Il **caratteristico cubo di vetro e acciaio**, da sempre **immagine simbolo delle Terme Merano**, fa bella mostra nel panorama meranese. **Maestosa e al tempo stesso leggera, l'avveniristica architettura** che ha reso famose le Terme regala un **gioco armonioso di linee e trasparenze**.

Al suo interno sono custoditi i "tesori" delle Terme Merano. La sala bagnanti, l'area sauna e le numerose sale relax, il centro medico e MySpa, il centro fitness e il Bistro. All'esterno, l'esclusiva terrazza panoramica Sun Deck con il Roof Whirpool regala una vista sulle piscine e sul parco curato di oltre 5 ettari. **Terme Merano, un'oasi di salute e benessere nel cuore della città**.

Acqua termale, fonte di benessere alle Terme Merano

Fin dai tempi di Sissi, **Merano** è nota meta di villeggiatura scelta come **città di cura**, per il suo clima mite e l'aria salutare. L'apertura delle **Terme Merano** ha cambiato il profilo da **stazione climatica** a **località termale**, valorizzando quella **vocazione alla salute e al benessere** che da sempre contraddistingue Merano.

L’acqua piovana penetra le rocce granitiche di San Vigilio arricchendosi di radon, fluoro e metalli rari; attraversa una galleria per 1200 m di lunghezza, a una quota di 1500 metri circa s.l.m.. Dopo un dislivello di 1223 metri, **quando il prezioso liquido raggiunge le Terme Merano è diventato acqua termale**. Un’acqua indicata in caso di affezioni croniche delle vie respiratorie, disturbi reumatici ed articolari. A disposizione degli ospiti sia le **inalazioni**, a getto di vapore, aerosol o doccia nasale micronizzata, sia i **bagni termali in vasca singola**.
Le cure inalatorie si possono effettuare in convenzione con il Servizio Sanitario Nazionale.

Inalazioni termali nel centro medico

Tuffo nel benessere alle Terme Merano

Dalla vasca fitness a quella con idromassaggio, dal bagno sorgivo ai tonificanti whirlpoools. E ancora la piscina per il nuoto controcorrente e quella con acqua salina, fino alle vasche per i bambini. Piscine con acqua calda e fredda, percorso termale Kneipp e piscina sportiva che confluisce nel laghetto esterno delle ninfee. **Sono ben 25 le piscine**, di cui 15 aperte tutto l’anno e 10 aperte da metà maggio a metà settembre. In totale 2.000 metri quadrati di superficie a disposizione degli ospiti delle Terme Merano.
Dal **cubo di vetro**, che costituisce uno dei corpi principali del complesso termale, si può sempre godere lo splendido scenario naturale, mediterraneo e alpino insieme, che caratterizza la città di Merano.

La sala bagnanti

Affacciate alla sala bagnanti, quasi fossero **nidi sospesi a mezz'aria** al di sopra delle piscine, si trovano le **4 Pool Suite**. Si tratta di ambienti esclusivi e di lusso pensati per 2 o 3 persone. Al loro interno si trovano: **lettino ad acqua, idromassaggio e bagno turco**, doccia e toilette. E ancora borsa delle Terme con accappatoio, asciugamani, ciabatte, kit di cortesia con prodotti della nuova linea cosmetica. Acqua e **frutta fresca**, una **bottiglia di spumante dell'Alto Adige**, un sale da bagno, un peeling e un impacco da utilizzare nel bagno turco. Sono questi gli ingredienti del benessere che promettono momenti di autentico relax. Ispirate ai prodotti altoatesini, si chiamano: **Apple Suite, Honey Suite, Grape Suite e Herb Suite**. Sono prenotabili per 3 ore o per tutto il giorno, a seconda del pacchetto scelto.

Una delle Pool Suite

Dalle saune alla neve

A riscaldare ancor più gli ambienti dell'area saune delle Terme Merano c'è il calore del legno, usato sia nelle saune che nelle sale relax. L'ospite può scegliere tra **diverse tipologie di sauna**. Dal caldarium con inalazioni idrominerali da cui si sprigionano vapori di erbe e fiori, alla **sauna finlandese esterna**, una delle più grandi dell'Alto Adige. Fino al **bagno di vapore Trauttmansdorff** che gode di un ampio spazio, tale da permettere di ospitare la **stufa della sauna** e poter così fare normalmente anche le **gettate di vapore** con spezie e aromi diversi.

La Sauna finlandese esterna

La **sauna al fieno biologico dell'Alto Adige** è caratterizzata dall'effetto calmante e rilassante del fieno, antinfiammatorio, benefico e rivitalizzante sull'organismo. Al suo interno si trovano 2 stufe per le gettate di vapore. Una speciale illuminazione può essere utilizzata per la **fototerapia**, mentre gli **oli essenziali del fieno** vengono assorbiti in maniera ottimale attraverso le vie respiratorie e la pelle.
Infine l'originale **Stanza della neve** è un ambiente luminoso e dal design moderno, con una panca in legno di abete antico. Accoglie i salutisti che si abbandonano alle **temperature glaciali**, **-10° C**, per raffreddare il corpo dopo la seduta in sauna. Il **freddo secco** infatti fa percepire una temperatura meno fredda di quella reale permettendo uno **sbalzo termico maggiore**. Da qui i **benefici per l'organismo**: stimolazione dei vasi sanguigni, rafforzamento del sistema immunitario, alleviamento del dolore, rilascio degli ormoni della felicità.

La Stanza della neve

MySpa, il "mio" benessere alle Terme Merano

Nella **MySpa** delle Terme Merano rivivono i trattamenti della tradizione, combinandosi a quelli di nuova generazione, innovativi e all'avanguardia. Il tutto declinato secondo tre temi: **Alto Adige, detox, personalizzazione**.
Il legame con il territorio e la natura altoatesina non è

certo una novità per le **Terme Merano**, da sempre il territorio contraddistingue l'offerta del gioiello meranese. Nella MySpa infatti **mela, uva, stella alpina, marmo, miele, siero di latte, fieno, erbe aromatiche**, tutto rigorosamente di provenienza altoatesina, diventano gli ingredienti del benessere.
A questo si aggiungono i **trattamenti disintossicanti** che contribuiscono a depurare l'organismo e liberarlo dalle scorie, dovute ad esempio a un'alimentazione poco sana, allo stress o alle tossine ambientali. In questo modo si alleggerisce l'organismo, si stimola il metabolismo e infine si rinforza il sistema immunitario. Ne traggono inoltre vantaggio la pelle e il bilancio energetico, proprio come la mente e lo spirito.

Trattamenti nella MySpa

Il tutto **personalizzato sull'ospite**. **Personale è l'ambiente, familiare**, cucito su misura, dove ognuno si sente a proprio agio. Ma ad essere **personalizzati sono soprattutto i trattamenti benessere**, modellati sulla persona e sulle sue esigenze, per ottenere il massimo risultato. Si consigliano certe tecniche piuttosto che altre, **si insiste dove c'è più bisogno**, si utilizzano prodotti ed essenze a seconda del tipo di pelle e delle necessità.
Numerosi sono i trattamenti messi a disposizione dalla MySpa, individuali o di coppia e specifici per l'uomo.
Da provare anche la **linea cosmetica di Terme Merano** che combina natura altoatesina e acqua termale, legame con il territorio e tecniche all'avanguardia. Il risultato sta nell'**altissima qualità** e **provenienza certa** dei **prodotti esclusivi** completamente naturali ed efficaci.

La linea cosmetica firmata Terme Merano

Meditare davanti al fuoco

Numerose sono le **sale relax** a disposizione degli ospiti. Distribuite su due livelli, ambienti **intimi e accoglienti** che assicurano molte postazioni di riposo in più, in un clima ancora più riservato e raccolto. **Legno e materiali naturali** contraddistinguono gli arredi, materassini di ultima generazione e grandi cuscini amplificano il benessere, mentre **dettagli di pregio selezionati con cura** impreziosiscono l'ambiente. Le linee sono quelle che si ritrovano in tutto il complesso termale, **pulite ed essenziali**, moderne e intramontabili. Ruolo fondamentale è rivestito poi dalla **luce**, ben calibrata per illuminare nei punti giusti senza disturbare il riposo. I **corpi illuminanti circolari** sembrano richiamare le sfere e i cerchi della sala bagnanti.

La nuova area relax

Aree relax esclusive e di design, le **Fire Places** regalano agli ospiti una **piacevole sosta davanti al camino acceso**. Divanetti e poltroncine, cuscini e simpatici punti d'appoggio, particolari di charme e candele che si aggiungono alla fiamma del caminetto. In queste **innovative lounge** tutto è curato nei minimi dettagli. Sono ideali per una pausa da dedicare al riposo, ma volendo anche alla lettura e alla meditazione. Ma la caratteristica che più colpisce le Fire Places sono i colori. **Alle tinte tradizionali** che contraddistinguono tutti gli ambienti delle Terme, panna, beige e marron, si aggiungono delle **note di colore ocra e ottanio**, toni che, accordandosi

perfettamente tra loro, regalano leggerezza e spensieratezza. **Vetrate** che lasciano passare la luce e **piante rigogliose** delimitano il **Kneipp Garden**, una sorta di giardino d'inverno che mette a disposizione degli ospiti un percorso Kneipp, per il benessere di gambe e piedi.

Il Kneipp Garden

Il Parco delle Terme Merano

Con la bella stagione l'offerta termale è ancora più completa grazie al **parco delle Terme Merano**. Oltre cinque ettari di manto erboso curatissimo fanno da cornice alle **piscine esterne** di varia grandezza e tipologia. E poi sentieri, oasi relax alberate e aiuole fiorite colorano il panorama.
Tra tutte le vasche spicca la **maestosa piscina di 33 metri** che s'insinua all'interno di un laghetto, cuore del parco termale, coperto da profumate ninfee. Proprio qui si trova un angolo dedicato alle **tartarughe palustri**, abbandonate dai proprietari e successivamente accolte e accudite dalle Terme Merano. Un **percorso tematico** ne illustra la storia e alcune curiosità.

Il parco delle Terme Merano

Tra le altre piscine, ci sono quella per il nuoto controcorrente e le vasche con acqua calda e fredda. E ancora la vasca Kneipp, il bagno di vapore immerso nella roccia, la cascata e le docce a fiotto. L'ambiente è ideale per lasciarsi andare alle emozioni, per sentire l'erba fresca stuzzicare i piedi nudi, per godersi il panorama del gruppo del Tessa.

Distribuite qua e là, in posizione defilata, si trovano le 8 **suggestive Relax Lounge**. Al loro interno un lettino per due persone, da affittare per mezza o per tutta la giornata **per un'esperienza di completo relax**, **a contatto con la natura altoatesina**.

Nella terrazza panoramica

Sospesi tra acqua e cielo, tra le bolle dell'idromassaggio e la **magnifica vista sul parco** delle Terme Merano. È l'esperienza che si vive nel **Roof Whirpool**, un'ampia vasca con acqua calda posizionata nella **terrazza panoramica Sun Deck**. Tutt'intorno **lettini per il relax** e postazioni per dedicarsi all'abbronzatura, morbidi cuscini e piante che regalano un po' d'ombra.
La terrazza **Park Lounge** offre lettini per il relax all'aria aperta, ampi divani colorati con grandi cuscini, fiori e candele. Un'atmosfera suggestiva, con splendida vista sul parco, su piscine e montagne.
Il complesso, in prevalenza realizzato con **legno e vetro**, è perfettamente **integrato all'ambiente circostante** e rispecchia **lo stile moderno e il design** che contraddistinguono le Terme Merano.

La terrazza panoramica Sun Deck

Sport e benessere alle Terme Merano

Non manca il centro **fitness** provvisto di attrezzature moderne e in grado di offrire un **variegato programma di corsi all'interno e all'aperto**. Jogging, cardiofitness, yoga, pilates, fisioterapia, acquagym, anche con personal trainer. **Leggerezza protagonista anche dei menù** serviti nel caffè di piazza Terme e nel Bistro Terme. Freschi ingredienti altoatesini, preparazioni che ne conservano le proprietà e combinazioni raffinate garantiscono il piacere gastronomico assicurando poche calorie e tanto gusto.

Il centro Fitness delle Terme Merano

In vacanza a Merano

Terme Merano conta su **numerose strutture ricettive partner** che spaziano dagli hotel 4 stelle agli appartamenti ai camping all'agriturismo. Le proposte di soggiorno sono consultabili nel sito delle Terme Merano.

Vista sulla città di Merano

Elena Cogo per Ufficio Stampa

INFORMAZIONI

www.termemerano.it

ARTICOLI CORRELATI

https://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/natale-alle-terme-merano-in-alto-adige/