



Le Terme di Fiuggi

Le migliori Terme all'aperto nel Lazio, per un soggiorno di relax e benessere.

Nel cuore dell'Italia, **tra colline ondulate, il Lazio** offre non solo storia e cultura, ma anche un rifugio per il benessere e il relax.

Infatti le sue **terme all'aperto** sono tesori nascosti, dove la natura si fonde armoniosamente con le proprietà curative delle acque termali.

## **Le migliori Terme all'aperto nel Lazio**

Le terme all'aperto nel Lazio rappresentano veri e propri **santuari di benessere**, dove corpo e mente possono trovare sollievo e rigenerazione.

**Immersi nella natura incontaminata** e avvolti dalle proprietà terapeutiche delle acque termali, i visitatori possono vivere esperienze indimenticabili di **relax e armonia**.

Che si tratti delle celebri **Terme di Fiuggi**, delle storiche **Terme dei Papi a Viterbo** o delle affascinanti **Terme di Cotilia**, il Lazio offre un'ampia scelta di destinazioni per rigenerarsi e prendersi cura di se stessi.

# Le Terme di Bullicame: un'oasi di benessere nel cuore del Lazio



Le Terme di Bullicame rappresentano una delle destinazioni termali più affascinanti e antiche nel territorio laziale. **Situate nelle vicinanze di Viterbo**, queste sorgenti termali hanno una storia ricca di fascino e mistero, risalendo addirittura all'epoca romana.

Le acque delle Terme di Bullicame sono **ad accesso libero** e sono caratterizzate da **una temperatura costante**.

**Ricche di minerali**, le acque sulfuree di Bullicame sono particolarmente **indicate per trattare disturbi dermatologici, affezioni reumatiche e problemi respiratori**.

Queste acque possono donare sollievo dai **dolori muscolari e articolari**, oltre a **benefici per la pelle e per il sistema respiratorio**.

Una **curiosità**: le Terme di Bullicame hanno una storia che si intreccia con la letteratura. **Vengono citate da Dante Alighieri nel Canto XIV dell'Inferno dove le paragona agli ambienti luciferini**. Questo per via delle acque calde, così tanto da *bullicare*, cioè sobbollire.

## Le Terme dei Papi a Viterbo tra le migliori nel Lazio

Le **Terme dei Papi**, situate nei pressi di Viterbo, rappresentano una gemma del benessere all'aperto, tra le migliori nel Lazio.

**Fondate nel XVI secolo**, queste terme devono il loro nome al fatto che furono **frequentate da numerosi pontefici**, che apprezzarono le proprietà curative delle loro acque ricche di zolfo, bicarbonato di calcio e magnesio.

Le acque sulfuree delle Terme dei Papi offrono sollievo per una vasta gamma di disturbi, tra cui **affezioni dermatologiche, problemi articolari e reumatici, disturbi respiratori e stress** gra

La piscina termale all'aperto copre un'area di **ben 2000 metri quadrati**, ed è alimentata dalle sorgenti naturali. I bagnanti possono immergersi completamente nelle acque benefiche, godendo di una sensazione di benessere e relax immediato.

Oltre alle piscine termali, i visitatori possono sperimentare la **fangoterapia**, rilassarvi nella **grotta naturale e umida con acqua termale a 48°C**. Inoltre possono usufruire dei trattamenti estetici offerti dalla **spa** e avviare un percorso personalizzato di cure termali.

**Le Terme di Stigliano: tranquillità e benessere nel cuore della Maremma Laziale**



Le **Terme di Stigliano**, situate nei pressi del comune di **Canale Monterano**, offrono ai visitatori un'esperienza unica di relax e rigenerazione, immersi in un ambiente naturale di straordinaria bellezza.

Queste terme vantano **una storia millenaria** che affonda le radici nell'epoca romana. Utilizzate già dai tempi antichi per le loro proprietà curative, queste acque termali hanno continuato a essere apprezzate nel corso dei secoli per i loro benefici per la salute e il benessere.

Queste acque termali sono particolarmente indicate per trattare **disturbi muscolari e articolari, affezioni dermatologiche, problemi respiratori e stress.**

**Circondate da boschi rigogliosi e colline verdi**, queste terme offrono ai visitatori un'oasi di tranquillità e serenità, lontano dal trambusto della vita quotidiana.

## **Le Terme di Cotilia a Rieti tra le migliori nel Lazio**

Proseguendo il viaggio verso Rieti, incontriamo **Le Terme di Cotilia**, incastonate tra le verdi colline.

E' nel **Medioevo** che queste terme acquisirono fama e prestigio, diventando una meta privilegiata per pellegrini e viaggiatori

in cerca di cure termali e spirituali. Ancora oggi, le Terme di Cotilia mantengono vivo il loro fascino storico, accogliendo visitatori da tutto il mondo in cerca di relax e benessere.

Sono costituite da **due laghetti di acqua intensamente solforica** che conferiscono loro potenti proprietà terapeutiche con **effetti benefici sugli apparati locomotore, circolatorio, respiratorio, genitale.**

## **Le Terme di Fiuggi: una risorsa termale storica e terapeutica**



Le **Terme di Fiuggi** rappresentano una delle destinazioni termali più rinomate e antiche d'Italia.

Si trovano **nella provincia di Frosinone** e anch'esse vantano una storia che **risale all'antichità romana**, quando le acque furono scoperte per caso da alcuni pastori.

Le acque delle Terme di Fiuggi sono note per la loro composizione unica, **ricca di minerali, in particolare solfato di calcio e magnesio.** Questa composizione conferisce alle acque di Fiuggi proprietà diuretiche e disintossicanti, particolarmente indicate per il trattamento di calcoli renali e disturbi del tratto urinario. Inoltre, le acque termali di Fiuggi sono apprezzate anche per il loro effetto **benefico sulla pelle e sul sistema circolatorio.**

Le piscine termali consentono ai bagnanti di rilassarsi completamente immersi nelle acque benefiche. Inoltre, le Terme di Fiuggi offrono una varietà di **trattamenti benessere, tra cui massaggi, fangoterapia e cure termali personalizzate**, per un'esperienza completa di relax e rigenerazione.

*Di Silvia Guelpa*



## **INFORMAZIONI:**

<https://www.termediviterbo.it/>

<https://www.cotiliaterme.it/>

## **ARTICOLI CORRELATI:**

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/terme-in-toscana/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/terme-in-trentino-alto-adige/>