



Vicino al cielo



ma preparata ed è necessario un test di ammissione. Se siete più meditative, consigliamo l'emozione del deserto. Un'esperienza introspettiva, al cospetto di un cielo sterminato. La contemplazione delle stelle in totale assenza di inquinamento luminoso, il pic nic tra le dune al tramonto e il birdwatching sono tra le proposte dal **Desert Luxury Camp** (desertluxurycamp.com) di **Merzouga**, in **Marocco**. Le tende a cinque stelle sono incastonate nella distesa del deserto sahariano di **Erg Chebbi**. Da non perdere le escursioni a dorso di cammello o in 4x4, i bagni di sabbia e il tè con i nomadi berberi.

Sul tetto del mondo per rafforzare l'autostima

Cosa può esserci di più stimolante di un'avventura estrema? Per mettersi alla prova davvero c'è il trekking fino al campo base dell'**Everest** a 5.356 metri, per avvicinarsi al tetto del mondo. Una salita graduale, lunga 18 indimenticabili giorni e un percorso incantevole tra natura ardita e monasteri buddisti, in compagnia di guide specializzate, sherpa e yak (evolutiontravel.it). Se dovete imparare a "volervi più bene", ecco invece l'offerta benessere del **Signiel Seoul**, da poco entrato nella collezione **The Leading Hotels of the World** (Lhw.com), ospitato nella famosa **Lotte World Tower** che svetta sulla capitale della **Corea del sud**. Con vista mozzafiato, sauna, bagno turco e cascata di ghiaccio per migliorare circolazione e metabolismo del sangue all'85° piano, Yoga Sunrise al 118°...

Sulle Alpi per disintossicarsi

Ve la siete goduta crogiolandovi al sole e tirando sempre tardi la sera? Ora la pelle provata ha bisogno di cure extra. Appena oltralpe, in **Tirolo** e **Svizzera**, tre oasi montane di lusso e tranquillità offrono trattamenti e coccole ad hoc, a base di prodotti a km zero, super green e della durata di almeno 80 minuti. Al **Gradonna Mountain Resort** (gradonna.at/it), da provare lo scrub al pino di cembro e cristalli di sale montano. Al **Krumers Post Hotel** (krumers-resort.com/it), La forza del cirmolo è un ri-



RELAX MONTANO

La sauna del Krumers Post Hotel, in Tirolo. In basso, un'eccellenza gastronomica dell'Alto Adige, lo speck. Sotto, la spa del Gradonna Mountain Resort.



Isole di benessere



VERO RELAX

A sinistra, il Signiel Seoul hotel, nella Lotte World Tower, in Corea del sud, ospita sauna e bagno turco. In alto, l'alba sulla cima dell'Everest, in Tibet.

