

A BUSCA PELO BEM-ESTAR

Não é de hoje que descobrimos que o autoconhecimento e o equilíbrio emocional, físico e espiritual podem ser as chaves para o desenvolvimento pessoal e da plenitude da vida.

Inspirações que surgem através da meditação para acalmar a mente, e os ensinamentos delineados pelo budismo e taoismo que miram a espiritualidade, são aliados importantes para esta mudança.

Ao mesmo tempo, técnicas como a yoga e o reiki nos levam de forma prática, a partir de um novo posicionamento de vida, a alcançar o bem-estar. Hoje, estes recursos estão espalhados por todo o planeta e é cada vez mais fácil chegar até eles.

Confira as nossas indicações sob medida para quem busca o bem-estar em toda sua plenitude.





RITUAALI

Itatiaia, Brasil

A saúde tem papel fundamental no Rituaali. Em uma região especial, de natureza preservada e próxima ao Parque Nacional de Itatiaia, no Rio de Janeiro, o centro de bem-estar tem entre suas principais inspirações renovar a mente e o corpo, buscando uma vida mais saudável, equilibrada e feliz. Apartamentos e chalés oferecem um clima de conforto, privacidade e tranquilidade, essenciais para quem busca reconquistar a qualidade de vida. Das várias linhas de tratamentos disponíveis, há programas personalizados para perder peso, melhorar o sono e aliviar o estresse.



KUROTEL CENTRO DE LONGEVIDADE & SPA

Gramado, Brasil

Na bela cidade de Gramado, na Serra Gaúcha, o Kurotel Centro de Longevidade e Spa é mais que um hotel. Ele é um centro que promove um estilo de vida mais saudável. Os hóspedes do Kurotel têm à disposição uma gama de atividades e tratamentos que, combinados com tecnologia de ponta, estimulam a longevidade física e o bem-estar. Os apartamentos e suítes do hotel ainda são totalmente integrados com a natureza ao redor, naqueles cenários cinematográficos que fazem a fama da cidade gaúcha.



LES SOURCES DE CAUDALIE

Bordeaux, França

Situado ao sudoeste da França, na região da Aquitânia, o hotel Les Sources de Caudalie está no coração do Château Smith Haut Lafitte, uma das melhores vinícolas da região. Seus confortáveis quartos e suítes foram decorados individualmente, inspirados na arquitetura típica da região. Destaque para seu spa, que oferece tratamentos de relaxamento à base de vinhos, a vinhoterapia.



CLINIQUE LA PRAIRIE SPA E HOTEL

Montreux, Suíça

Sempre lembrada nas listas de melhores spas do mundo, a Clinique La Prairie é também um dos maiores centros de medicina preventiva e bem-estar. O spa é referência quando o assunto é tratamento anti-aging. Em Montreux, conta com saunas, hammans e hidromassagem, além de terapias desenvolvidas exclusivamente para casais. A Clinique La Prairie é também um hotel, com diversos tipos de acomodações, como o Chateau originalmente construído no século 19 e recém renovado, com 14 quartos e suítes e terraços com vistas dos belos Alpes suíços e das margens do Lago Léman.