

Relax e benessere a San Casciano dei Bagni

Acque termali e discipline orientali in Val d'Orcia, nel cuore delle colline senesi



FOTO UFFICIO STAMPA

Godere delle proprietà benefiche delle acque termali, conoscere la storia di una tradizione antica e vivere un'esperienza di wellbeing fiabesca. Tutto questo è possibile a **San Casciano dei Bagni**, antico borgo della **Val d'Orcia**, da sempre noto per le sue sorgenti millenarie da cui sgorgano acque termali ricche di minerali.

Siamo in **Toscana**, nel cuore delle colline senesi, immersi nelle valli colorate dai numerosi vigneti della zona, dove hanno sede le storiche cantine dei vini della regione. San Casciano dei Bagni fa parte dei **Borghi più belli d'Italia** e ha una storia che risale ai tempi degli Etruschi, fortemente attratti dalle acque termali alle quali davano un valore sacro poiché credevano che il loro gorgogliare fosse una manifestazione della volontà divina. Grazie all'intraprendenza degli Etruschi, vennero fondati numerosi centri termali insieme a pianure coltivabili. Dopo di loro ci furono i Romani che, anch'essi sedotti dal territorio, sfruttarono le proprietà curative delle acque e fecero fiorire le **Terme di San Casciano**.

Dopo aver conosciuto il suo periodo di massimo fulgore nel Medioevo, grazie alla famiglia Medici, nel '900 la zona termale si è ampliata e rimodernata con interventi strutturali perfettamente integrati con il portico medico: è stato realizzato un arco di trionfo, restaurato il salone della sorgente, rinnovati gli ambienti e le cabine e costruita la piscina. Recentemente la struttura si è ulteriormente qualificata e allargata e oggi è dominata da **Fonteverde Natural Spa Resort**, che dopo il restauro del 2000, offre nuovi e attrezzatissimi spazi per il relax e i trattamenti termali, tra il fascino dell'architettura rinascimentale e l'eleganza degli ambienti curati nei dettagli.

Arrivati alle Terme di San Casciano ci si ritrova immediatamente immersi nella filosofia del posto che vede il termalismo come stile di vita, in un'ottica di completo benessere che comprende la cura della salute fisica, il relax e la bellezza estetica. Fonteverde è un resort a 5 stelle del Gruppo STB Società Terme e Benessere, di cui fanno parte anche i **Bagni di Pisa**, a **San Giuliano Terme** e **Grotta Giusti a Monsummano Terme a Pistoia** e sviluppa il concetto di Medical Spa affiancando alle terapie tradizionali aree di medicina estetica e trattamenti orientali. Quindi, oltre a rilassarvi, potrete godere di cure terapeutiche sotto il controllo di uno staff medico specializzato in dietologia, idrologia, dermatologia e medicina estetica.

Il tipo di orientamento terapeutico dei Bagni di San Casciano deriva dalle tradizioni degli antichi ed è legata al significato originario di Spa: **Salus per aquam**, ovvero "salute attraverso l'acqua".

Il Centro Termale di Fonteverde si sviluppa su un territorio di 5mila metri quadrati suddivisi su tre livelli e collegati alla struttura alberghiera da un corridoio interno.

Ricche di proprietà terapeutiche (calcio, zolfo, magnesio e fluoro), le piscine termali nascono da 40 sorgenti naturali. Le due interne sono dedicate al **Thalacqua Massage**, che consiste in una danza acquatica che rilassa i tessuti, e al Watsu, massaggio Shiatsu in ambiente acquatico. Un'altra piscina, in parte interna e in parte esterna, è adibita all'idromassaggio e propone percorsi drenanti e tonificanti a più getti detti **Bioacqua**. E ci sono poi trattamenti orientali, dalle antiche tecniche energetiche alla musicoterapia, specifiche per la cura di stress, insonnia e depressione. Insomma, tutto quello che vi serve per rigenerarvi e rilassarvi. È importante ricordare che il resort prevede anche delle stanze e una piscina dedicate agli animali domestici, oltre a piscine riservate ai clienti esterni.



FOTO UFFICIO STAMPA

Terminato il vostro percorso *termarium*, se vi resta un po' di tempo, è consigliatissima una visita nella campagna toscana delle zone limitrofe, tra vigneti e uliveti. Da vedere i siti archeologici di **Sovana**, **Chiusi** e, di interesse artistico, **Radicondoli**, patria di Ghino di Tacco, il brigante buono del Decamerone di Boccaccio. L'antica **via Cassia**, **Montepulciano** e **Montalcino** sono invece le destinazioni doc per i gustare i celebri vini Nobile e Brunello. Molto suggestivo è anche il piccolo borgo di San Casciano circondato dalle mura medioevali.