



Dove la **salute** "va in **buca**" !

Punto di riferimento per i golfisti di tutto il mondo, l'Argentario Golf Resort & Spa è anche il luogo perfetto per rilassarsi e rimettersi in forma, grazie a un percorso personalizzabile che parte dalla dieta e arriva alla Spa, seguendo la filosofia del Metodo Wellbeing



Per vincere nello sport, come nella vita, ci vuole metodo. Lo sanno bene all'Argentario Golf Resort & Spa, 5 stelle celebre per il suo campo da golf 18 buche, ma unico per i pacchetti che propone, tagliati su misura e basati proprio sul Metodo Wellbeing. Il centro dà infatti la possibilità ai suoi ospiti di seguire un programma specifico che ha inizio con un check-up completo dei parametri antropometrici e impedenziometrici oltre che con l'analisi del metabolismo, al fine di realizzare un percorso nutrizionale altamente personalizzato. È quindi nelle belle sale del Dama Dama Restaurant che, con l'attenta supervisione dello Chef Nicola Angelini, l'ospite ha la possibilità di scoprire come la cucina dietetica possa rivelarsi gustosa e fantasiosa attraverso un menù appositamente studiato e realizzato avvalendosi di prodotti biologici: frutta e verdura fresche e di stagione, cereali integrali come farro, avena, miglio, grano saraceno ma anche quinoa e amaranto, olio extravergine d'oliva usato esclusivamente a crudo, semi oleaginosi come noci, mandorle, nocciole, semi di zucca e di girasole. Sono questi i prodotti alla base della Dieta Wellbeing del dottor Naitana; l'approccio è evidentemente mediterraneo, l'idea quella di recuperare alcune sane abitudini del passato, lo scopo quello di educare a un'alimentazione corretta, che si può perseguire per dimagrire, certo, ma anche solo per vivere meglio e prevenire una serie di malattie. I piatti vengono preparati con ingredienti acquistati da piccoli produttori locali scrupolosamente selezionati e, in alcuni periodi dell'anno, arrivano direttamente dall'orto e dal frutteto interni alla proprietà. Ma, come abbiamo detto, all'Argentario Golf Resort & Spa la dieta vera e propria rientra in un percorso sinergico pensato per aiutare l'ospite a raggiungere gli obiettivi desiderati. Durante il soggiorno sarà quindi possibile godere dei servizi del centro benessere Espace, una Spa di 2700 metri quadri che include palestra, biosauna con cromoterapia, percorso Kneipp, piscine esterne, piscina interna riscaldata con vista panoramica e acqua salina e 6 cabine per massaggi e trattamenti. Qui, personale altamente qualificato sarà capace d'individuare i trattamenti più idonei al fine di ottenere risultati duraturi nel tempo. La struttura prevede quindi soggiorni esclusivi e differenziati proprio per venire incontro a ogni possibile esigenza dell'ospite.

dove&come

Argentario Golf Resort & Spa

Via Acquedotto Leopoldino – Porto Ercole (Gr)
Prezzo "pacchetto Wellbeing" (che include tra l'altro check-up, pensione completa personalizzata, ingresso al centro benessere con trattamenti specifici) per una notte: 515 euro a persona in camera doppia
Tel. 0564.810292
www.argentariosort.it