

PIACERI DI BELLEZZA

Il triangolo d'oro

Trattamenti salutisti e tradizione di ospitalità Sul Garda i rifugi benessere al top nel mondo

di **Michela Proietti**

Qui ci sono le limonaie più settentrionali d'Europa, e il lago pare un frammento di Mediterraneo, incastonato tra le colline moreniche e le Prealpi.

E gli scienziati ciclicamente arrivano per studiare il segreto della longevità degli abitanti, baciati in fronte dalla fortuna dell'apolipoproteina, un gene che funziona da spazzino dalle arterie. Non è un caso se in questo «triangolo magico» negli ultimi anni sono nati alcuni dei retreat più famosi al mondo: luoghi dove rilassarsi, disintossicarsi e coltivare il benessere.

La prima a intuire la vocazione del luogo è stata una francese visionaria, Joëlle Vassal, che il 17 luglio del 1988 ha aperto con l'italianissimo marito, Danilo Maggi, un posto simbolo della remise en forme: Villa Paradiso. «Quando abbiamo inaugurato non avevamo in mente qualcosa di tradizionale. Pensando alla temperatura mite e a quel microclima benefico generato dalla barriera di monti che circondano il lago, il pensiero è andato alla medicina preventiva. «Abbiamo intrapreso un percorso nostro, introducendo le flebo disintossicanti, le cure su misura e la gastronomia salutista, sotto la supervisione di una direzione scientifica». Gelosissimi della privacy dei loro ospiti, non hanno mai svelato i nomi scritti nel libro delle prenotazioni. Ma a fotografi e stampa locali non è sfuggito l'arrivo dei Grimaldi e di rockstar come Vasco

Rossi e Tina Turner. «Siamo abituati a ricevere tanti volti noti, ma ammetto che quando la mia cliente di Lugano mi ha detto: «Prenotami un'altra stanza che vengo con Tina, ecco, mi sono tremate le gambe!». I clienti arrivano da tutto il mondo e fa sorridere quando Joëlle racconta che ci sono ospiti che arrivano da New York «non per una tappa del tour italiano, ma proprio perché vengono direttamente da noi». La filosofia del chilometro zero in cucina e in cabina (con le erbe dell'orto botanico e l'olio extravergine del Garda) prosegue anche per il reclutamento dei dipendenti. «Sono tutti del Garda, gente rinomata per la dedizione e la gentilezza».

Qui vige il principio del sentirsi in vacanza, ma in un posto dove si sta facendo qualcosa di utile per la salute. Come fosse un personal trainer, qui lo staff medico segue personalmente ogni cliente, valuta la funzionalità degli organi e fa prelievi ematochimici. I posti sono pochi (la villa ha 33 stanze) e il protocollo prevede un soggiorno di una settimana: per chi non trova posto o punta a soggiorni più brevi, Joëlle nel 2001 ha aperto una «succursale», La Maison Du Relax, 13 minisuite. «Si arriva di giovedì e si riparte di domenica. Gli ospiti scendono persi-

A chilometro zero

Molte delle materie prime utilizzate provengono dal lago, per trattamenti bellezza e ristorazione. Anche il personale è tutto locale

no al ristorante in accappatoio e ciabatte e questo fa bene all'empatia: le nostre cliniche sono famose anche per le amicizie che si stringono e che durano negli anni, non solo tra clienti ma anche con lo staff medico, che continua a seguire tutti, anche dopo il check-out».

Senza lasciarsi intimorire da un precedente così di successo, nel 2008 la famiglia Leali (un nome molto conosciuto nel settore dell'acciaio), ha aperto a Gargnano, qualche curva sopra Villa Paradiso, il **Lefay Resort**. Ispirato all'ecosostenibilità e premiato proprio quest'anno come la migliore spa al mondo durante i World Spa & Wellness Awards, gli Oscar del benessere. «Nella Riviera dei Limoni la gente del Nord Europa veniva storicamente a svernare e noi abbiamo proseguito su quel solco», dice **Alcide Leali jr**, managing director del resort. «Abbiamo molti clienti dall'Austria e dalla Germania che dicono che il Garda è il primo angolo di Mediterraneo che incontrano uscendo dai loro paesi».

La sfida, anche qui, è stata quello di lanciare un concetto nuovo, per non essere replicabili. La formula giusta è arrivata combinando la medicina cinese con quella tradizionale e preventiva: oggi il celebre mix è noto come Metodo Lefay Spa Detox. «Molte delle materie prime utilizzate provengono dal lago, sia nelle terapie che nella ristorazione», spiega Leali che invita a provare trattamenti a chilometro zero come «gocce di lago», un massaggio antistress fatto con olio extravergine Lefay e lavanda.

Una grande attenzione è dedicata alla formazione del personale; che frequenta circa 2.000 ore di corsi all'anno.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il lago

La bellezza più forte dei piani regolatori

di **Giosuè Boetto Cohen**

Scoprimmo il lago di Garda alla metà degli anni 60, grazie a un'amica americana che non riusciva a passare il week-end in città. Spiegargli ai milanesi abituati a Stresa, Mandello, Pallanza era imbarazzante. «Il Garda! Ma che strano!? E com'è lontano!» dicevano i

più gentili, convinti che senza le ville patrizie, i grand hotel, le azalee e i torrenti di pioggia non ci fosse lago degno di nota. «Ma guardate che è come un mare! - tentava di spiegare mia madre - l'acqua è cristallina, ci sono la vite, l'ulivo e anche i limoni!» «Il bagno nel lago? Che idea!» - scuotevano il capo, pensando agli strapiombi oscuri del Lario e del Verbanò. Il Garda, nel pieno del boom, era ancora terra di bresciani, di veronesi (ma su una sponda ancor più lontana e innominabile) e dei primi tedeschi, che lo conquistarono davvero negli anni 80. Per noi bambini era un paradiso. I paesi solitari, intatti. Le stradine sterrate che correvano tra gli ulivi e le spiagge deserte: il regno della bici e del «guardie e

ladri». A Moniga, però, c'erano delle celebrità: Nantas Salvalaggio, scrittore, e Febo Conti, che presentava «Chissà chi lo sa». Sirmione era famosa per il castello e per la pizza, a Desenzano, e solo lì, arrivava la ferrovia. Sì perché la vita a lungo appartata del Garda si deve anche al fatto che manca il treno. A parte il breve tratto dove si va a Gardaland, duecento chilometri di costa non hanno mai visto un binario. Nell'800 faceva la differenza. Col tempo si sono affacciati alcuni nobili apripista: I Guarienti con il loro feudo a San Vigilio, i duchi de Ferrari e Cavazza nel palazzo finto-veneziano sull'Isola Borghese, i Bettoni con la villa settecentesca di Bogliaco e naturalmente i Feltrinelli, padroni a Gargnano di colline, limonaie, magioni, lungo-

laghi e opere pie. D'Annunzio più che una casa, avrebbe messo insieme un mausoleo. Oggi il Benaco ha recuperato terreno. Anzi, di terreno non ne ha quasi più. Il basso lago è diventato una Los Angeles in miniatura. Il nord, ancora affascinante, si è salvato perché di terra edificabile ce n'era poca. Ma anche lì il sacco di Toscolano Maderno degli anni 90 è paragonato a quello di Palermo. Per fortuna la bellezza, il clima mite, l'azzurro chiaro dell'acqua, quel misto di pianura e montagna che nessuno degli altri laghi ha, sono più forti dei piani regolatori e delle code sulla statale, che - assicurano gli immobiliari - finiranno loro col salvare il Garda.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il menu

Mangiare sano ma senza sacrifici estremi, né

digiuni eroici. La gastronomia dietetica è uno dei punti di forza di Villa Paradiso che con un

team di nutrizionisti ha messo a punto dei menu ad hoc. Ecco un pasto completo

fatto di 1.160 calorie e perfettamente bilanciato: gamberi e capesante alla piastra su polenta

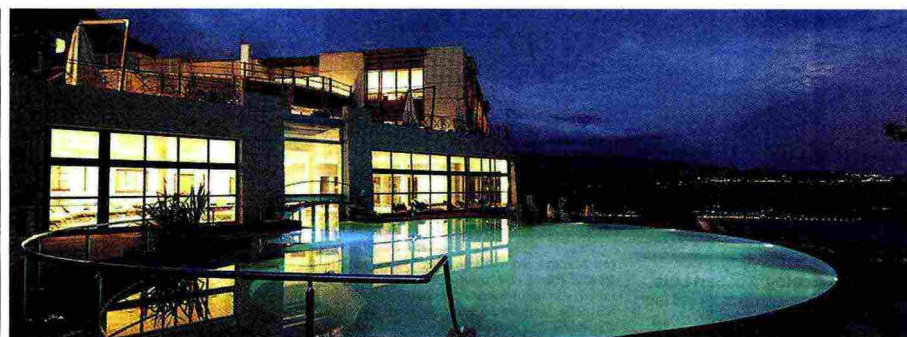
bianca come antipasto (250 calorie per porzione) e pasta fredda al pesto di rucola per

primo (370 cal.). Per secondo tagliata di tonno fresco ai semi della salute (400 cal) e infine il

dessert: la bavarese di lamponi freschi, con salsa yogurt e biscottino d'ananas, conta appena 140 calorie.

Vacanze detox

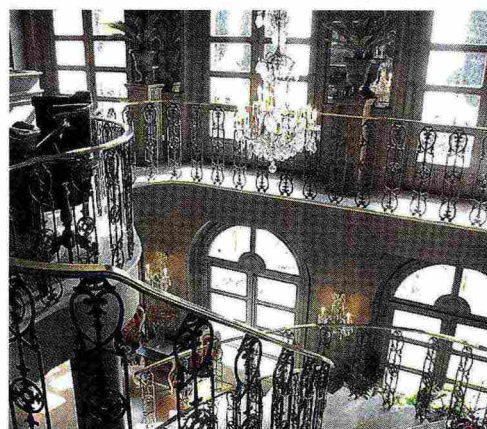
Villa Paradiso, Maison du Relax e Lefay Resort: tutti amati dai vip stranieri



Camere con vista Si affaccia sul lago di Garda la piscina del Lefay Resort, inaugurato nel 2008, tra luci e colori suggestivi



Di nicchia Ha solo 13 minisuite la Maison du Relax di Joëlle Vassal



Allure d'epoca Una scalinata interna di Villa Paradiso, a Gardone Riviera