



Il rituale dei bagni termale di Leukerbad

La tradizione e il rituale dei bagni termali a Leukerbad esistono fin da oltre 500 anni. Già i romani conoscevano i vantaggi dell'acqua termale e il suo effetto avvincente sulla salute e il benessere.

- 1 Inizia con una doccia abbondante per abituare il corpo al calore.
- 2 Immergiti dolcemente nell'acqua calda con la sua forza infinita, che fa sì che corpo e anima si rilassino immediatamente.
- 3 Movimento, i getti e ugelli d'acqua rilassano i muscoli e migliorano la circolazione del sangue e stimolano il sistema cardio-vascolare.
- 4 Dopo 20 minuti devi riposarti. Il corpo si rilassa ed entra in dormiveglia...
- 5 Dopo, ritorni nell'acqua calda naturale, che anni fa si è disperso nella regione del Torrent e risorge ora da oltre 65 sorgenti caldi. Lascia fluttuare il tuo corpo nell'acqua attivante cosicché possa assumere tanti minerali tramite la pelle. Così le articolazioni rimangono agili.
- 6 In caso dovresti avere altri problemmucci, con l'acqua termale li risolverai!
- 7 Per finire: un buon bicchiere di vino del vallese ci vuole.

L'acqua termale ci mette 40 anni per tornare alla luce, quindi anche tu, prenditi abbastanza tempo.

