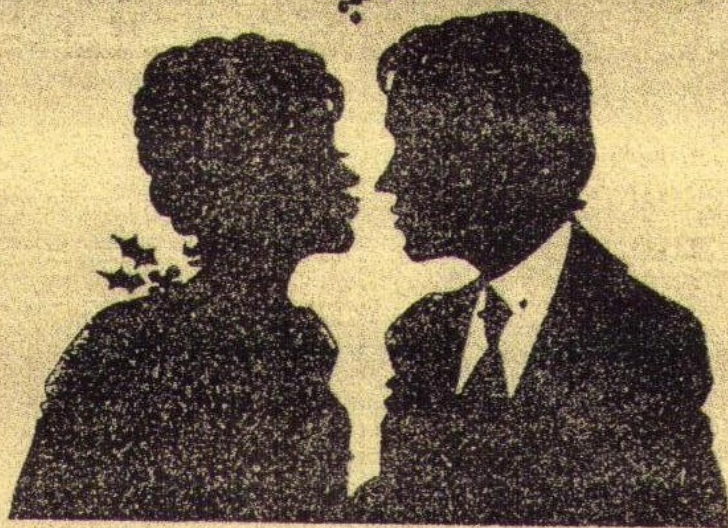


## All'insegna del benessere

**L**A vacanza sulla neve è un «must» delle feste natalizie, così, mentre gli operatori turistici fanno gli scongiuri perché continui a nevicare abbondantemente, c'è anche chi propone insieme allo sci vacanze «salutiste». Dal 26 dicembre al 2 gennaio l'albergo Miramonti di Frabosa Soprana (tel. 0124-244533) propone una settimana all'insegna del benessere psico-fisico con un programma di attività rigeneranti.

Durante il soggiorno al Miramonti, tra una discesa e l'altra, si può partecipare alle sedute di training autogeno e di «auto-realizzazione creativa», sotto-



porsi a massaggi shiatzu e seguire conferenze su temi relativi alla salute, l'alimentazione e le terapie dolci. Inoltre, all'arrivo, un medico naturalista assicura un check-up completo e l'eventuale elaborazione di un programma dietetico ad hoc o di terapie dolci attuabili sul posto. Per l'ultima notte dell'anno è previsto il tradizionale cenone con danze e balli. La quota per una settimana in pensione completa è di 800.000 lire.