



Terme di Saturnia Natural Destination is an exclusive resort where you can restore your mental and physical wellbeing in a memorable stay, including yoga and meditation; a yoga retreat is also planned, with special packages available

RELAXATION AND WELLBEING

TERME DI SATURNIA NATURAL DESTINATION: EXTRAORDINARY WATER AND PLENTY OF ACTIVITIES TO RESTORE MIND AND BODY
TERME DI SATURNIA NATURAL DESTINATION. UN'ACQUA STRAORDINARIA E TANTE ATTIVITÀ PER RIGENERARE CORPO E MENTE

text Virginia Mammoli

Where Lazio meets Tuscany there's a beautiful area that unites them: the Maremma. Here the landscape, flavours and dialects are an irresistible mixture of the two regions, and the result is a wholly authentic and unique identity. And in **Tuscan Maremma**, a few kilometres from the border, we find the **exclusive Terme di Saturnia Natural Destination resort** - a haven of wellbeing by **Starhotels Collezione** - set around an **ancient thermal spring** which flows with water that's unique in the world and has extraordinary properties; it was considered a holy site by the Etruscans and was a favourite place for the Ancient Romans, who were famously passionate about thermal baths. It is to the Romans that we owe the spring's current name: according to legend, the god Saturn, exhausted and angry at the constant wars among men, unleashed a thunderbolt upon the earth, creating a volcanic crater from which rose a warm, magical water that brought calm and wellbeing to humankind.

In addition to the thermal baths, the resort boasts **124 rooms and suites** - furnished in delicate shades of wood and travertine stone that blend simple contemporary style with Tuscan tradition - and the innovative and award-winning **Spa & Beauty Clinic**, one of the largest in the world. There's also an **18-hole golf course** designed by the American Ronald Fream, one of the leading architects in the field, **two restaurants** and a bar.

With 120 hectares of natural surroundings, the many activities available to enhance body and mind wellbeing include **yoga and meditation**. Throughout the summer, **until 15 September**, in collaboration with the LoYoga App, **professional yoga instructors** are available for **private or group lessons**, preceded by a dip in the ancient spring. And **from 17 to 24 September** there's a **full Yoga Retreat**, led by expert **Lorenza Minola**. An entire week in contact with the purity and spirit of nature, to renew balance, energy and vitality.

Là dove il Lazio tocca la Toscana c'è una terra bellissima che le unisce: la Maremma. Qui i paesaggi, i sapori e dialetti sono un mix irresistibile dei due territori, che ha dato vita a un'identità assolutamente autentica e peculiare. È nella **Maremma toscana**, a pochi chilometri dal confine, poco più di due ore da Roma, che si trova l'**esclusivo resort delle Terme di Saturnia Natural Destination** - oasi di benessere di **Starhotels Collezione** - sorto attorno a una **millenaria sorgente termale** dalla quale scaturisce un'acqua unica al mondo e dalla proprietà straordinarie, considerata fonte sacra dagli etruschi e già tra le destinazioni predilette dagli antichi romani, che per le terme avevano una vera passione. È a loro che si deve il nome attuale della sorgente, nato dalla leggenda secondo cui il dio Saturno, adirato e stanco delle continue guerre tra gli uomini, scagliò una folgore sulla Terra che generò un cratere vulcanico dal quale sgorgò una calda e magica acqua che riportò calma e benessere all'umanità.

Oltre al parco termale, il resort si compone di **124 camere e suite** - che giocano con le tinte tenui del legno e del travertino armonizzando la linearità dello stile contemporaneo con la tradizione toscana - dell'innovativa **SPA & Beauty Clinic**, fra le più premiate e grandi al mondo, di un **campo da golf a 18 buche**, progettato da uno dei più esperti architetti del settore, l'americano Ronald Fream, due ristoranti e un bar.

Tra le tante attività di benessere corpo-mente che si possono sperimentare nei suoi 120 ettari di natura ci sono anche le **pratiche dello yoga e della meditazione**. Per tutta l'estate, **fino al 15 settembre**, **yogi professionisti** in collaborazione con LoYoga App, sono infatti a disposizione per **lezioni private o in gruppo**, con in primis un'immersione nella sorgente millenaria. Dal **17 al 24 settembre** è poi in programma un vero e proprio **Yoga Retreat**, sotto la guida dell'esperta **Lorenza Minola**. Un'intera settimana per riconciliarsi con l'essenza e la purezza della natura, ritrovando il proprio equilibrio, energia e vitalità.