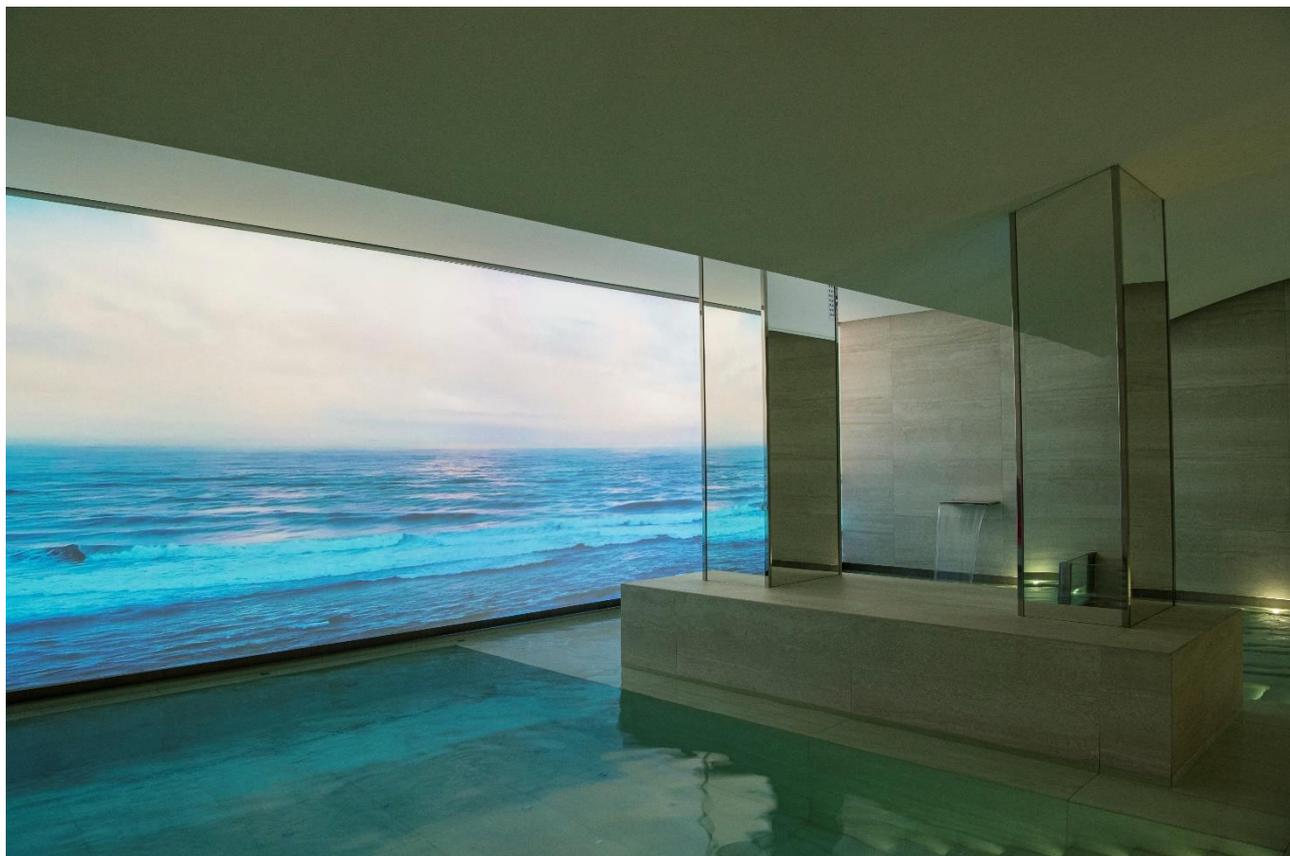


**LA SPA Helvetia & Bristol partecipa al World Wellness Weekend:
l'esperienza dei Bagni Romani si unisce al Pilates in acqua e reformer**



Firenze, mercoledì 18 settembre 2024. LA SPA dell'Helvetia & Bristol Firenze – Starhotels Collezione celebra il **World Wellness Weekend**, l'evento mondiale dedicato al benessere fisico e mentale giunto alla sua ottava edizione, che avrà luogo **dal 20 al 22 settembre 2024**, in cui sarà possibile usufruire di sessioni gratuite di **Pilates Reformer** e della nuova attività di **Pilates in Acqua**. L'evento è in collaborazione con Pilates One e HealthFarm by **Stilnovo**, rete italiana di yoga e benessere.

Il World Wellness Weekend diventa così l'occasione per scoprire un'attività peculiare come il pilates in acqua ed i suoi innumerevoli benefici, come la diminuzione della ritenzione idrica grazie al massaggio che si crea col movimento dell'acqua, alla tonificazione dei muscoli e all'allentamento delle tensioni alla schiena e la sua azione contro lo stress, grazie al controllo della respirazione combinato al singolo gesto ed al galleggiamento. Un momento di coccola per riallineare mente e corpo al ritorno della routine in città.

Le sessioni in programma per il weekend sono alle ore **8:00 e 9:00** del mattino per il **pilates in acqua** e alle ore **10:00 e 11:00** del mattino o **13:00 e 14:00** del pomeriggio per il **pilates reformer**, e saranno **gratuite su prenotazione**.

LA SPA

HELVETIA&BRISTOL

In questa speciale occasione, gli ospiti avranno la possibilità di vivere l'esperienza completa dei **Bagni Romani**, la *wet area* de LA SPA che si ispira alle Terme Capitoline, due ore di benessere con uno speciale **sconto del 50%** sulla tariffa di listino.

Situato in un ambiente onirico e soffuso, il percorso dei Bagni Romani si apre con il *Calidarium*, l'esperienza avvolgente di vapore caldo de l'Hamam, prosegue con l'*Aquamotus*, le docce emozionali Vichy Shower che stimolano e massaggiano il corpo. Continua con il *Sudatorium*, Sauna Finlandese intensa e secca, ed il suo opposto *Frigidarium*, un'immersione nel freddo per abbassare la temperatura corporea, fino al *Tepidarium*, la Stanza del Sale, da cui si possono ammirare le fondazioni di epoca medievale.

C'è infine il *Lacus Quietis*, l'area dedicata alle piscine, vero plus de LA SPA che è la sola nel centro di Firenze a poterne vantare ben due. Ricavate nello spazio che un tempo era occupato dal caveau del Banco di Roma, le vasche offrono profondità e giochi d'acqua diversi, sotto la spettacolare video arte sospesa ad opera di Felice Limosani.

Per info e prenotazioni:

Email: info@laspahelvetiabristol.com

Tel: 055 266 5626

Per scoprire di più sul World Wellness Weekend: https://bit.ly/HelvetiaBristol_worldwellnessweekend

Helvetia & Bristol Firenze – Starhotels Collezione

Via dei Pescioni, 2 50123 Firenze

Tel. + 39 055 26651

Starhotels

Starhotels, primo gruppo privato alberghiero italiano, è leader nell'ospitalità a 4 e 5 stelle. Il gruppo vanta 30 hotel per un totale di oltre 4.200 camere e residenze di lusso situati nel cuore delle migliori destinazioni italiane oltre a Londra, Parigi e New York.

Starhotels si propone come sinonimo dell'eccellenza dell'ospitalità italiana, offrendo un servizio impeccabile capace di anticipare e superare i desideri e le aspettative dei propri ospiti.

I prestigiosi **Starhotels Collezione** - icone di stile nel cuore delle più belle destinazioni del mondo - si distinguono per la loro posizione strategica, il design ricercato degli ambienti e un servizio personalizzato. Gli Starhotels Collezione si trovano a Firenze, Londra, Milano, New York, Parigi, Roma, Saturnia, Siena, Trieste, Venezia e Vicenza.

Gli **Starhotels Premium**, situati nel cuore delle più belle città italiane a Bergamo, Bologna, Firenze, Genova, Milano, Napoli, Parma, Roma, Saronno e Torino, si distinguono per lo stile contemporaneo, perfetta sintesi di eleganza e comfort, e da un servizio eccellente e accogliente capace di trasmettere un intangibile senso di familiarità e benessere al cliente.

Press Office

Email: pressoffice@starhotels.it

Tel: 055 3692251

www.starhotels.com

www.starhotelscollezione.com



[#starhotels](#) [#starhotelscollezione](#) [#laspahelvetiabristol](#)