

Soggiorno benessere a Chianciano Terme

9/21 giugno 2019



Località termale e terapeutica ben nota in Italia, **Chianciano Terme** si sviluppa a cavallo tra la Val d'Orcia (con le sue crete è dal 2004 patrimonio dell'umanità dell'Unesco) e la Valdichiana, tra le colline dei vini di Montepulciano e le attrattive rinascimentali di Pienza.



Le **Terme di Chianciano** sono il luogo ideale per scoprire il benessere e rigenerarsi grazie al potere curativo e rilassante delle acque termali.

Parco Acqua Santa - Nel parco secolare dell'Acqua Santa sgorgano le acque per la cura del fegato e dell'apparato gastroenterico, Acqua Santa ed Acqua Fucoli. Si effettua in convenzione con il Servizio sanitario la cura idropinica con l'Acqua Santa, cura arricchita dai bagni e fanghi epatici presso le Terme Sillene. L'Acqua Santa è un'acqua termale e minerale, classificata come bicarbonato-solfato calcica, che sgorga a 33°. La terapia idropinica è depurativa, detossinante e stimola il metabolismo. Si beve al mattino a digiuno, per cicli di cura consigliati di almeno 12 giorni, convenzionata con il SSN, secondo le modalità prescritte dal medico; è efficace per le patologie del fegato e delle vie biliari, quali la dispepsia di origine gastroenterica e biliare, la calcolosi biliare, nei postumi di interventi chirurgici sulle vie biliari.

Parco Fucoli - L'Acqua Fucoli ha una temperatura alla sorgente di 16,5° ed è quindi un'acqua minerale fredda, che si classifica come bicarbonato-solfato-calcica. Alla Sorgente, si assume nel pomeriggio, a processo digestivo completato: determina un aumento della quantità della bile e ne favorisce il deflusso, esercita un'azione antinfiammatoria sulla mucosa gastroduodenale. Ricca di calcio, combatte l'osteoporosi ed è indicata per regolarizzare la motilità intestinale.

Parco Terme di Sant'Elena - Nel Parco, in posizione centrale rispetto al nucleo abitato, sgorga l'acqua Sant'Elena. Questa agisce sul metabolismo dell'acido urico riducendolo, aumenta la diuresi depurando l'organismo dalle sostanze tossiche, attenua l'infiammazione delle vie urinarie, favorisce durante e dopo la cura l'eliminazione dei calcoli renali e della renella; è indicata per la ricchezza di bicarbonati ed oligoelementi nella cura delle dispepsie e delle gastroenteropatie, facilita la digestione ed è consigliata per la sua alcalinità reale nell'attività sportiva.

Terme sensoriali - Realizzate all'interno del parco termale dell'Acqua Santa, sono uno stabilimento basato sui criteri della naturopatia. L'ospite, in tre ore e mezzo di tempo, ha la possibilità di seguire percorsi diversi: la piramide energetica, il melmarium, l'ice crash, piscine con idromassaggi, una di acqua salina, due saune, il bagno turco, le docce emozionali, l'aromaterapia, la cromoterapia, la musicoterapia, il percorso Kneipp e la stanza del silenzio interiore. Esiste anche un'area relax interna dove sorseggiare tisane e un giardino dove prendere il sole. Si trova anche la "stanza del gusto" con un menu a buffet ideato dal professor Nicola Sorrentino. Al piano superiore delle Terme sensoriali, il Centro Benessere è stato studiato per coniugare le moderne tecnologie per la *remise en forme* ed il rilassamento psico-fisico con l'estetica classica e le tecniche derivate dalla saggezza orientale, dalla naturopatia e medicina olistica.

Piscina termale Theia - Theia, *colei che splende fin lontano*, era la madre di Selene nella mitologia etrusca e non potevano che essere a lei intitolate le nuovissime piscine termali, quattro esterne e tre interne, tutte collegate tra loro per oltre 500 metri quadri di vasche, alimentate dall'acqua della sorgente termale Sillene. Questo a testimonianza della storia antica delle terme, giacché le acque termali erano conosciute dagli Etruschi e dai Romani. Ricche di anidride carbonica, carbonato di calcio, bicarbonato e solfati, che ne determinano la tipica opacità, esercitano un'azione antinfiammatoria sul sistema muscolo scheletrico ed eutrofica sulla pelle. La temperatura dell'acqua delle piscine è compresa fra i 33 gradi e i 36 gradi, quindi anche quelle esterne sono utilizzabili in tutte le stagioni.

Proposta per 1 ciclo di cure termali della durata di 12 giorni da effettuarsi, su prescrizione medica, a carico del SSN, da scegliere tra:

- cure idropiniche (12 cure idropiniche)
- fango-balneo-idroterapia (12 cure idropiniche, 6 fanghi epatici e 6 bagni carbogassosi)
- fangobalneoterapia (12 fanghi e 12 bagni terapeutici)
- cure inalatorie (12 aerosol e 12 inalazioni)
- 12 bagni terapeutici con idromassaggio per patologie vascolari



Via G. di Vittorio (ang. Via Adige)
53042 Chianciano Terme
Tel. +39 0578 60552

A circa 800 metri dallo stabilimento termale (collegato da un servizio navetta a disposizione degli ospiti), in una posizione tranquilla e panoramica da cui si domina lo splendido paesaggio toscano ed i laghi, l'*****Hotel Cristina** offre un ambiente confortevole e familiare.



Tutte le camere sono dotate di ogni comfort: bagno, asciugacapelli, telefono, frigobar, aria climatizzata, tv lcd, cassaforte, wi-fi gratuita e balcone. Cucina con piatti tipici, ricchi buffet di antipasti e verdure sia a pranzo che a cena. Su richiesta pasti per celiaci e diete alimentari per sportivi ed intolleranti. A disposizione dei clienti: terrazza solarium e giardino.



*** Quote individuali di partecipazione
(minimo 25 partecipanti)**

*calcolate in base alle tariffe in vigore al 30/11/2018

**€ 795 in camera doppia
€ 915 in camera singola**

Programma di viaggio

Domenica 9 giugno: incontro dei partecipanti all'aeroporto, check-in e partenza per Roma/Fiumicino. Arrivo e trasferimento a Chianciano Terme con bus GT (2h). Assegnazione delle camere riservate e pranzo. Nel pomeriggio, visite mediche e accettazione per le cure termali. Cena e pernottamento.

Lunedì 10 giugno / giovedì 20 giugno: pensione completa in hotel. Mattine dedicate alle cure termali, pomeriggi a disposizione. Escursione di mezza giornata a Pienza e Montepulciano, con visita guidata del centro storico.

Venerdì 21 giugno: Prima colazione e pranzo in hotel e conclusione del ciclo di cure termali. Nel pomeriggio, partenza con bus GT per l'aeroporto di Roma Fiumicino e imbarco sul volo di rientro per le rispettive città di provenienza. Arrivo e fine dei nostri servizi.

Partenza per/da Roma Fiumicino	Cagliari	AZ 1532 CAG FCO ore 08.25/9.30	AZ 1585 FCOCAG ore 19.10/20.15
	Alghero	OB 4501 AHO FCO ore 07.00/08.00	OB 4532 FCO AHO ore 21:30 – 22.35
<i>* operativi aerei da riconfermare</i>			

La quota comprende:

- Voli aerei da Cagliari e Alghero per/da Roma Fiumicino secondo gli operativi indicati, incluse tasse aeroportuali e franchigia bagaglio (8 kg. in cabina, 23 kg. in stiva)
- Trasferimenti aeroporto/hotel e vv con bus GT
- Sistemazione presso l'***Hotel Cristina in camere doppie con servizi privati
- Pensione completa dal pranzo del primo giorno al pranzo dell'ultimo, bevande incluse. Buffet di verdure e antipasti, due primi a scelta con servizio al tavolo, un secondo con contorno cotto, dolce della casa, frutta a buffet.
- Servizio di navetta da/per lo stabilimento termale
- 2 serate danzanti in hotel
- Escursione di mezza giornata a Pienza e Montepulciano (bus GT e guida)
- assicurazione medico + bagaglio

Per coloro che effettuano le cure termali, sono inoltre compresi:

- Ingresso al Parco Acquasanta (mattina) con accesso alle seguenti attività di intrattenimento: ballo con orchestra dal vivo, conferenze mediche e culturali, presentazione di libri, ginnastica dolce, messa all'aperto (sono esclusi gli ingressi all'area mescita per effettuare la cura idropinica con Acqua Santa). NB: il pomeriggio l'ingresso al Parco Acquasanta è libero, mentre sono a pagamento le seguenti attività: ballo all'interno della sala "Nervi" e cura idropinica con Acqua "Fucoli" (per queste attività è previsto un supplemento)
- N. 1 ingresso alle Piscine Termali Theia con utilizzo del centro benessere

La quota non comprende:

il ticket per le cure termali; i trattamenti non convenzionati, l'ingresso alle piscine termali e alle Terme Sensoriali; il noleggio dell'accappatoio (€2,50/giorno); la polizza annullamento viaggio (facoltativa, €55 per persona, da sottoscrivere al momento dell'iscrizione al viaggio); la tassa di soggiorno (€5,60 in totale); mance, extra personali e quanto non espressamente indicato alla voce precedente.

Ulteriori servizi in convenzione e a pagamento:

- abbonamento pomeridiano per 12 cure idropiniche con acqua Fucoli e 12 ingressi ai pomeriggi danzanti presso il Salone Nervi: euro 25
- sconto 25% su acquisto di prestazioni termali (prezzo di listino, singole prestazioni, escluso abbonamenti pacchetti) - N.B: per prestazioni termali si intende quelle in convenzione con il servizio sanitario nazionale

<http://www.termechianciano.it/public/Files/con001000/8/Listino%202017.pdf>

- sconto 10% (sui singoli servizi, escluso abbonamenti ed offerte) su acquisto di trattamenti benessere (ingressi alle spa, massaggi e trattamenti viso e corpo)
<http://www.termechianciano.it/informazioni/I/8/tariffe>

Prenotazioni: segreteria Cral Regione Sardegna tel. 070 4509741
segreteria@cralregionesardegna.it

Orari al pubblico: lunedì ore 16/19 – martedì/mercoledì/giovedì ore 09.30/12.30)

Pagamenti: bonifico bancario intestato a Cral Regione Sardegna codice IBAN
IT49V010150499900000011200 - Causale: acconto/saldo soggiorno Chianciano Terme 2019

- Acconto (contestuale alla prenotazione): € 300 p.p. entro 15/02/2019
- Saldo: entro il 9/05/2018

Quote sociali: è necessario essere in regola con il pagamento della quota sociale 2019

Direzione tecnica

