

Costume

# Nella vicina Svizzera tra piste ghiacciate e bagni fumanti

Pur essendo il Nord Italia, come abbiamo visto, ricchissimo di località termali, la sorgente termale più vicina a Varese è paradossalmente in un altro Stato; si tratta di Stabio, in Svizzera, subito dopo il valico di confine di Gaggiolo.

In Svizzera, disseminate nei vari cantoni, esistono moltissime località termali, ben conosciute dagli abitanti della nostra provincia che spesso, partendo comodamente la mattina da casa propria, abbinano la giornata sugli sci alla sosta rigenerante in una piscina termale riuscendo anche ad essere a casa per cena.

## Stabio - 15 km di Varese

Nella cittadina di Stabio, dov'è la sorgente termale in assoluto più vicino alla provincia di Varese, in origine gli abitanti disprezzavano talmente quella pozza d'acqua maleodorante che affiorava nella piazza della chiesa che decisero di farla coprire, preoccupati che gli effluvi fossero pericolosi per la salute. Nessuno nel 1682 sospettava che quella sorgente ricca di solfati (e perciò maleodorante) era una fonte di acqua termale che avrebbe in seguito alimentato 4 stabilimenti termali in paese e vissuto, nella metà del 1800, momenti di grande splendore. Illustri ospiti arrivavano a Stabio proprio per godere delle benefiche cure termali. Il periodo d'oro durò fino alla fine della grande

guerra, dopodiché per le terme di Stabio fu il declino e i 4 stabilimenti uno ad uno chiusero tutti.

Le acque di Stabio - classificate come sulfuree, salso bromo iodate, fluorate - sono utilizzate oggi per inalazioni, fanghi e balneoterapia e per la riabilitazione articolare. Attualmente le Terme sono in ristrutturazione e non è possibile alloggiare a Stabio ma la vicinanza alla nostra provincia è tale da poter programmare un ciclo di cure facendo i pendolari (tra l'altro sono attive molte convenzioni con i comuni vicini al confine per l'accesso ai trattamenti termali, con particolari sconti). Per chi arriva da un po' più lontano l'occasione è ottima per alloggiare in uno dei bellissimi bed and breakfast di cui è ricca la nostra provincia, immersi nel verde e a pochi km dal confine svizzero (di recente apertura il Cà Bianca a Venegono Superiore [www.bbcabianca.it](http://www.bbcabianca.it) a soli 12 km dalle Terme di Stabio, merita una visita



**Dal confine tra provincia di Varese e cantone Ticino, fino alla bassa Engadina, diverse e variegata offerte.**

anche Villa Adriana, le cui camere sono ricavate in una villa d'epoca stile liberty, a S. Ambrogio di Varese [www.villaadriana.eu](http://www.villaadriana.eu) o Villa Valentina a Tradate, molto utilizzata anche come location per matrimoni ([www.villa-valentina.com](http://www.villa-valentina.com)).

■ [www.stabioterme.ch](http://www.stabioterme.ch)

### Andeer - 142 km da Varese



Nel cantone Grigioni, poco oltre il tunnel del San Bernardino, presso la località di Andeer le sorgenti sono una dozzina e l'acqua minerale arriva direttamente dalla montagna. Da 700 anni gli uomini ne sfruttano la forza terapeutica e rigenerante.

Con l'inizio della stagione sciistica è quasi una tradizione, per i frequentatori delle piste di San Bernardino e Splügen, concludere la giornata sugli sci con una sosta rilassante alle terme prima del rientro a casa. I bagni termali Aquandeer sono un vero toccasana per il benessere fisico e spirituale. Oltre alla piscina coperta, una zona sauna e un reparto

**Nel Vallese, Leukerbad vanta 30 piscine di acqua termale nota fin dai tempi dell'antica Roma.**

per le varie terapie, i bagni termali Aquandeer hanno anche una piscina scoperta con lettini subacquei per idromassaggio, doccia massaggiante per la nuca e idromassaggio; in questo modo, gli ospiti possono godersi il meraviglioso paesaggio naturale in perfetta armonia con

quella piacevole sensazione di benessere. Analizzare l'acqua dei bagni termali Aquandeer dal punto di vista chimico è piuttosto semplice: stronzio, magnesio e potassio. Ma per goderne gli effetti benefici bisogna provarla di persona. A proprio piacimento, gli ospiti possono scegliere di godere gli effetti benefici dell'acqua nella tranquilla piscina coperta oppure nella grande piscina scoperta. La cosa migliore sarebbe provarle entrambe. Dopotutto l'acqua si mantiene sempre ad una temperatura costante di 34 gradi.

■ [www.mineralbadandeer.ch](http://www.mineralbadandeer.ch)

### Leukerbad - 189 km da Varese

A Leukerbad, notissima località nel cantone Vallese, il bagno nell'acqua termale è l'attività e l'attrazione principale per 365



giorni l'anno, che sia primavera, estate, autunno o inverno. Una ricca offerta attende gli ospiti: Leukerbad conta 30 piscine con acqua termale, adatte ad ogni gusto e ad ogni tasca. Con 3.9 milioni di litri al giorno, Leukerbad ha il più ricco approvvigionamento di acqua termale di tutta Europa. Quattro centri termali pubblici invitano tutti gli ospiti a godere dei benefici dell'acqua termale. Lasciatevi viziare in una delle 10 vasche termali (da 28°C a 43°C) e dall'offerta wellness variegata dello stabilimento termale più frequentato a Leukerbad, il Burgerbad (1.400 m). Godetevi l'acqua termale vitalizzante, ricca di minerali, che sgorga dalle sorgenti locali, nel cuore di un mondo alpino imponente. Docce a getto d'acqua, ugelli massaggianti, idromassaggio e una grotta in pietra naturale propongono svago e relax: un indimenticabile evento termale nel mezzo della natura ad ogni condizione meteorologica. La vasca sportiva di 25 m, un bacino per i bambini e il primo scivolo per pneumatici Xtube di tutta la Svizzera, con le sue ripide curve, assicurano l'ambiente giusto anche per chi ama l'attività e il divertimento.

Le sorgenti termali di Leukerbad sono state sfruttate già dai tempi dei romani fino ad oggi senza alcuna interruzione. A Leukerbad vengono utilizzate tutt'ora 8 sorgenti o gruppi di sorgenti a fini balneologici o energetici. In tutto sono circa 65 le sorgenti termali registrate in catasto. Si tratta di sbocchi d'acqua filtrante tiepida che, nel caso della sorgente St. Lorenz, arriva fino a 51°C con una portata costante di ca. 900 l/min. acqua a base di calcio e solfato con un contenuto piuttosto considerevole di sodio, stronzio e ferro e un altissima concentrazione di fluoruro.

■ [www.leukerbad.ch](http://www.leukerbad.ch)

## Scuol - 245 km da Varese

Nei dintorni di Scuol, nella bassa Engadina, sgorgano oltre venti sorgenti di acqua minerale. Oggi dieci fonti vengono sfruttate per cure idropiniche,



bagni all'anidride carbonica e per alimentare il "Bogn Engiadina Scuol".

Un paesaggio naturale tutelato, quello del Parco Nazionale Svizzero, il castello di Tarasp, il "Bogn Engiadina Scuol" con le prime Terme romano-irlandesi della Svizzera, autentici villaggi engadinesi con molti edifici storici e una ricca cultura retoromantica: c'è molto da vedere in Bassa Engadina, oltre ad assaporare il piacevole calore della vasca termale esterna ammirando le "Dolomiti" della Bassa Engadina e il Piz Pisoc, più alta vetta del Parco Nazionale.

Relax totale alle terme romano-irlandesi: i bagni di vapore a varie temperature, combinati con l'aria asciutta e calda della sauna, regalano una vera attrazione wellness.

Il rituale romano-irlandese combina due tradizioni balneari europee. Gli antichi romani giuravano sull'effetto rilassante dei bagni di vapore a varie temperature, mentre gli irlandesi apprezzavano le virtù dell'aria secca e calda. La cultura termale del XIX secolo ha integrato i due stili in un unico rituale: nelle terme romano-irlandesi ci si sottopone a un riscaldamento e a un raffreddamento graduale con aria calda e a benefiche immersioni nell'acqua e nel vapore. Le temperature variano lentamente in modo da favorire il rilassamento e il raccoglimento. Fa parte di questo bagno un massaggio con spazzola e sapone che pulisce la pelle e ne favorisce l'irrorazione sanguigna, come pure la spalmatura di crema per donare alla pelle l'idratazione necessaria. Avvolti in un telo caldo ci si può poi ritemperare nella quiete e nella luce soffusa del locale di riposo, o godere la stupenda vista dal locale di riposo panoramico. Una curiosità: nelle terme romano-irlandesi non si gira in costume da bagno, ma in una comoda toga fornita dalla ricezione.

■ [www.scuol.ch](http://www.scuol.ch)

*Cristina Cannarozzo*

**Ad Andeer è tradizione concludere le sciate con un bagno termale. A Scuol viene riproposta in unicum la diversa tradizione delle terme romane e di quelle irlandesi.**