



**THERMES
DE TOSCANE**

**“Tout est merveilleux en Toscane.
Même la façon dont je me sens.”**

LA TOSCANE
UNE RENAISSANCE SANS FIN

Projet de Toscana Promozione Turistica

toscanapromozione.it

Pour plus d'informations et pour approfondir

visittuscany.com


Conception graphique par baliano.com



**“Dans les eaux des thermes de Toscane,
mes émotions remontent à la surface.”**

LA TOSCANE
UNE RENAISSANCE SANS FIN

THERMES: UN PLONGEON DANS LA NATURE, POUR RAMENER NOTRE ESSENCE À LA SURFACE

 Envie d'une pause régénératrice, immergés dans des cadres de rêve et entourés de paysages d'une rare beauté pour retrouver votre équilibre psychophysique? Envie d'être transporté vers des horizons à perte de vue, où l'on peut se consacrer à l'écoute de soi, dans le respect total de son temps et de ses rythmes, sans renoncer à une véritable connexion avec le territoire, en savourant l'authenticité des produits, en goûtant la particularité de la cuisine, en découvrant les caves à vin? Cela peut sembler une illusion, mais c'est exactement ce qui attend toutes les personnes qui choisissent les thermes toscans. En effet, le sous-sol de cette région extraordinaire abrite depuis la nuit des temps, un trésor naturel unique, une ressource bénéfique, curative et sacrée: l'**eau thermale**. Plus d'une trentaine d'établissements ponctuent le territoire, témoignant de l'abondance et de la nature multiforme des eaux présentes; des sources qui, ajoutées les unes aux autres,

donnent vie au bassin thermal le plus riche et le plus diversifié d'Italie et placent le thermalisme toscan au premier rang, en termes d'ampleur et d'exhaustivité de l'offre. En **Toscane**, tous les types d'eau sont représentés, un **véritable unicum**: les eaux froides qui n'atteignent pas 20°C, les eaux hypothermales entre 20°C et 30°C, les eaux homéothermales entre 30°C et 40°C, et les eaux hyperthermales qui dépassent 40°C, atteignant des sommets de 52°C. Leur force est le résultat de la singularité géologique des lieux, et très souvent de leur nature géothermique: on passe ainsi des eaux froides filtrant des profondeurs des marbres apuans, aux eaux chaudes générées par la puissance du système volcanique de l'Amiata. Chacune de ces eaux, en fonction de leur conformation chimique et physique, possède des qualités différentes, certifiées d'un point de vue médico-thérapeutique, capables de soulager les symptômes de diverses pathologies. Mais ce qui est encore plus important, c'est que ces **eaux saines** apportent avant tout bien-être et équilibre, car en plus du corps, elles procurent comme par magie sé-

réinité, énergie et vigueur à l'âme. Les cures thermales, les parcours détox et les soins de bien-être répondent aux besoins de ceux qui veulent se sentir au centre d'une véritable expérience, de ceux qui souhaitent ressentir avec tous leurs sens, les caractéristiques et la puissance d'une nature qui permet de l'explorer par contact direct, par une immersion totale. Des séjours de **détente totale**, où le bien-être passe par l'exploration de toute la beauté environnante, mais à un rythme lent et durable. Ainsi, un long bain peut devenir le point culminant d'une agréable promenade dans les bois, ou le long des routes de terre qui tracent la géométrie des champs, et un massage peut clôturer, avec une véritable régénération musculaire, un itinéraire cycliste le long d'un ancien chemin de pèlerinage ou d'une boucle cyclotouristique à la découverte des **villages** et des **pièves de campagne**. Les thermes donnent l'occasion de vivre la nature "à fleur de peau", mais aussi de savourer ses goûts et ses parfums, de profiter de ses paysages, de connaître l'histoire profonde des lieux, en écoutant ses récits. S'abandonner à

des **pratiques anciennes** et primordiales qui nous ramènent aux coutumes et aux rituels de nos prédécesseurs étrusques et romains, lorsque la guérison était associée à la spiritualité et donnait lieu à la construction de lieux dont la richesse artistique est attestée par des découvertes archéologiques continues, tels les magnifiques chefs-d'œuvre en bronze de la période étrusque-romaine récemment mis au jour.

Les thermes représentent **une immersion** dans la **nature**, la **culture** et la **beauté**, qui re-font émerger notre essence la plus profonde. De véritables itinéraires thermaux sillonnent la région, donnant lieu à une expérience qui place le voyageur au centre, avec la Toscane tout autour. Immergés dans le cadre merveilleux de la nature et des paysages, entourés par l'harmonie des formes, en contact avec la puissance des éléments, il suffit de choisir l'Eau dans laquelle se laisser aller: des îles aux montagnes, en passant par les collines, la campagne, les forêts, les grottes... un univers à explorer entièrement, lentement et consciemment.

ENTRE MERS, MONTAGNES ET FORÊTS

 Il existe des endroits où vous pouvez marcher sur la plage et se retrouver en quelques minutes à 1300 mètres au-dessus du niveau de la mer. La Lunigiana, un territoire à cheval entre les Apennins et les Alpes Apuanes, avec ses forteresses riches en histoire, ses souvenirs de pèlerins le long de la Via Francigena, et les 1300 grottes karstiques recensées, ainsi que la Garfagnana voisine, constituée de forêts et de villages anciens, constituent une zone thermique caractérisée par des eaux froides riches en sels minéraux, dont le soufre, le chlorure et le sodium. Aux **Thermes d'Equi**, les eaux jaillissent des profondeurs des Alpes Apuanes, des eaux curatives qui resurgissent du sous-sol enrichies de divers éléments: parmi eux, le soufre à l'état colloïdal. Les **Thermes de la Lunigiana** jouissent d'un emplacement idéal pour proposer des excursions à la découverte de l'ancien territoire composé de pièves et châteaux et de villages médiévaux tout à fait charmants. En descendant d'altitude, on re-

joint le territoire de la Lucchesia, caractérisé par le passage sinueux du fleuve Serchio, qui traverse des bois colorés et ombragés, créant un paysage parsemé d'anciennes pièves et de "spedali" médiévaux, des refuges et hôtels pour les pèlerins voyageant sur la Via Francigena. L'Orrido di Botri se distingue par sa beauté naturelle. Il s'agit d'un canyon naturel creusé au fil des millénaires par les eaux, que l'on peut escalader en partie, entre hautes parois, gorges, cascades et bassins d'eau cristalline. C'est là que se trouve Bagni di Lucca, autrefois uniquement accessible par le pont du diable de Borgo a Mozzano, rendu célèbre par ses arches asymétriques qui semblent défier les lois de l'architecture depuis 1000 ans. C'est ici que les **Thermes Bagno Barnabò** ont récemment rouvert leurs portes, où vous pourrez profiter de bains chauds et de soins, sous le signe du bien-être et de la mémoire historique. Depuis des siècles, carrefour de cultures, d'échanges, de rencontres, le territoire de la Valdnievole s'étend entre Lucques et Pistoia, créant un poumon vert naturel, rendu unique par ses célèbres stations

thermales. C'est ici que jaillissent les précieuses eaux des **Thermes de Montecatini**, inscrits par l'Unesco, en 2021, sur la liste des "Grandes villes d'eaux d'Europe" compte tenu de l'importance de leur établissement thermal, constitué d'une architecture Art nouveau et néogothique, immergée dans de magnifiques parcs et jardins historiques. Les eaux jaillissent des profondeurs souterraines, traversant des zones de calcaire, d'argile et de jaspe qui les rendent pures et riches en minéraux. Les traitements sont procurés auprès de sources historiques aux noms évocateurs: Regina, Excelsior, Leopoldine, Torretta, Redi, Salute et Tettuccio. Des thermes anciens et polyvalents qui, en plus des cures hydroponiques, offrent un large éventail de propositions bien-être et de soins. Non loin d'ici, Monsummano Terme garde un véritable trésor: la **Grotte Giusti**. Elle s'étend sur plus de 200 mètres sous terre, créant des labyrinthes souterrains de stalactites et de stalagmites. Ici, les eaux enrichies en bicarbonate, calcium, magnésium et sulfate ainsi que les vapeurs bénéfiques imprègnent l'atmosphère de cette grotte millénaire.





ENTRE INTÉRIEUR DES TERRES ET LITTORAL

□ En Versilia, la mer, les montagnes, les collines et les plages de sable infinies sont entrées dans l'imaginaire collectif comme synonymes de vacances et de divertissement. Les **Thermes de la Versilia** combinent les propriétés des eaux salées, bromées et iodées riches en sels avec les nombreux effets bénéfiques de la tourbe du lac de Massaciuccoli.

Dans la plaine verdoyante au pied du Monte Pisano se trouve San Giuliano Terme, un endroit idéal pour les amateurs de tourisme lent. Grimpez les pentes de la montagne, à pied, à vélo ou à cheval, le long des sentiers et des anciens chemins de ferme, explorez les pièves et les vieux moulins. Aux **Thermes Bagni di Pisa**, les eaux sulfatées, bicarbonatées, calciques, magnésiennes s'écoulent à 38°C pour régénérer le corps, l'esprit et l'âme.

En se déplaçant sur la terre de passage, on croise la route de la **Via Francigena**, un ancien chemin de pèlerinage qui rejoignait le chemin de Saint-Jacques et menait à Rome.

À Gambassi Terme, le thermalisme entre dans l'essence de la spiritualité et pouvait constituer la halte idéale pour des pèlerins du XXI^e siècle, la conclusion parfaite d'une étape parcourue à travers les bois, les collines et les villages anciens.

Les Thermes de la Via Francigena offrent une variété de services thermaux qui exploitent les caractéristiques de l'eau salée de Pillo.

Au cœur des collines pisanes, se dresse un petit village aux maisons anciennes et ensoleillées. La renommée de ce village d'origine étrusque s'est développée grâce à ce qu'on appelait l'Acqua Mathelda (du nom de Mathilde de Canossa) et dont on disait qu'elle faisait rajeunir. En effet, les **Thermes de Casciana** sont connus depuis le Moyen Âge pour les propriétés curatives de leurs eaux et de leurs bains de boue.

Si l'on se dirige vers la Côte des Étrusques, le long de l'Aurelia, qui sépare presque la mer de la campagne, se trouvent les thermes de Sassetta et Venturina.

Les **Thermes de Sassetta** sont situés dans un bassin naturel dans le Val di Cornia, terre

étrusque. La superbe piscine en plein air est un kaléidoscope de couleurs, qui reflète la succession rythmique des saisons. Elle est située au cœur du parc forestier de Poggio Neri, une oasis naturelle non contaminée, où vous pouvez accéder à des parcours de "bien-être diffus" qui allient la puissance des eaux à l'authenticité d'un cadre époustoufflant.

Dans l'Antiquité, la région de Venturina était appelée "Caldana", c'est-à-dire terre chaude; en effet, aux **Thermes de Venturina**, l'eau sort à 36°C, elle est sulfureuse-alcaline. Le thermalisme classique est combiné à des soins de bien-être et esthétiques du corps.

Il suffit de prendre le ferry pour rejoindre la côte de l'Elbe et, à Portoferraio, les **Thermes San Giovanni**. L'établissement se trouve dans une position magnifique et extraordinairement panoramique, face à la Darsena Medicea, enchâssée telle une pierre précieuse dans le golfe d'Elbe. Les cures thermales y sont enrichies par un unicum irremplaçable constitué de limon: la boue marine thermale, qui est utilisée dans les soins de thalassothérapie.

IMMERGÉS DANS LA POÉSIE DES COLLINES



En pénétrant dans le vaste territoire de Sienne, nous traversons des terres qui accueillent les visiteurs avec le charme d'antan, l'étonnante merveille des vallées, des bois et des crêtes; avec les champs, les oliveraies et les rangées de vignes qui embellissent les collines.

Au cœur des Crêtes siennoises, anciennes formations résultant de l'érosion de l'eau sur des sédiments argileux, se dressent de petits villages d'origine médiévale au charme extraordinaire.

Parmi ceux-ci, Rapolano Terme, dont le toponyme désigne son cœur chaleureux et connu comme tel depuis l'Antiquité. Les **Thermes di San Giovanni** sont entourés de collines argileuses, de vignobles et d'oliveraies, un endroit idéal pour passer des vacances tranquilles sous le signe de la détente.

En activité depuis le XVIIIe siècle, les **Thermes Antica Querciolaia** sont fiers d'avoir accueilli Giuseppe Garibaldi, qui,

en se baignant dans une piscine en travertin qui existe encore aujourd'hui, a pu soulager ses blessures grâce aux eaux miraculeuses. Le Val d'Elsa est une terre de passage depuis l'Antiquité, traversée par la Via Francigena et ses nombreux itinéraires qui serpentent entre pièves et châteaux, bois et cours d'eau. Une vallée choisie par les ermites pour son atmosphère paisible, une terre d'abbayes, dont celle dédiée à San Galgano, magique et légendaire.

Ses vestiges spectaculaires nous invitent à nous abandonner à un territoire à la fois intact et sauvage, dans une atmosphère qui nous emmène hors du temps, dans un cadre d'un grand charme où il est possible de se retrouver et de trouver son équilibre. Ici, la beauté rencontre les eaux chaudes des **Thermes de Petriolo**, immergés dans les collines du Val di Merse, où l'eau jaillit à la température extraordinaire de 43°C.

Le Val d'Orcia est l'expression classique du paysage toscan, de douces collines ornées de lignes interminables de cyprès: un paysage évocateur qui a inspiré les artistes

et les poètes au cours des siècles et qui suscite des émotions chez les voyageurs aujourd'hui. Entre le Val d'Orcia et le Val di Chiana, s'élève le village de Montepulciano. Arpenter ses rues, qui regorgent de bâtiments imposants de la Renaissance, jusqu'à la place emblématique, nous permet d'entrer dans l'histoire d'un territoire dont la racine identitaire a toujours été représentée par son *Vino Nobile*. Dans cette dimension idéale, offrez-vous une dose de bien-être en visitant les **Thermes de Montepulciano**, créés pour tirer pleinement parti du potentiel curatif des eaux souterraines bénéfiques pour la santé.



AU PIED DE L'ANCIEN VOLCAN



La terre, le feu, l'air et l'eau caractérisent ce territoire fortement lié aux forces naturelles primitives. Terre fertile et généreuse, elle offre des paysages marqués par l'alternance continue de champs et de forêts de hêtres et de châtaigniers. Tout est dominé par la présence du volcan éteint du mont Amiata, dont les eaux puissantes et curatives jaillissent à Bagno Vignoni, Bagni San Filippo et Saturnia.

Au cœur du Val d'Orcia se trouvent les **Thermes de Bagno Vignoni**, construits à côté de l'immense bassin situé au centre de la ville, d'où coulent en abondance les merveilleuses eaux chaudes qui, par le passé, étaient également utilisées pour soulager la fatigue des pèlerins voyageant sur la Via Francigena toute proche.

À quelques pas de là, les eaux des **Adler Thermae** qui s'écoulent à 1 000 mètres de profondeur remontent à la surface, à 50°C, pour régénérer le corps et l'esprit.

Les mêmes bienfaits sont procurés par les

eaux du **Posta Marcucci**, qui offre une vue imprenable sur la nature et le paysage.

Au milieu des collines boisées qui ouvrent la vue sur le mont Cetona et le mont Amiata, se dresse une véritable "ville de la santé", Chianciano Terme, connue pour ses célèbres sources: Santa, Fucoli et Silene, qui doit son nom à la légendaire nymphe des bois transformée en fontaine par la déesse Diane. Dans la verdure des parcs des **Thermes de Chianciano**, au milieu de villas et d'hôtels historiques, jaillissent quatre types d'eau bénéfiques pour le corps et l'esprit.

Depuis les terrasses des **Thermes Sant'Elena**, on se soumet aux cures, tout en profitant d'une vue inégalée sur les trois lacs en contrebas - Chiusi, Montepulciano et Trasimeno.

À San Casciano dei Bagni, la présence de sources a toujours caractérisé la région : ce sont les Étrusques qui les ont découvertes et qui ont pris conscience de leurs propriétés thérapeutiques. Au pied du village, près de la source connue sous le nom de Bagno Grande, une importante et vaste campagne

de fouilles archéologiques a mis au jour un sanctuaire romain agrémenté d'un magnifique bassin votif. Une témoignage qui reconnaît dans ce don du sous-sol, la présence et la puissance des dieux, leur cadeau fait aux hommes. La découverte d'une admirable statue en bronze, représentant la déesse de la santé Hygée, constitue non seulement un événement d'une importance internationale, mais témoigne également d'une pratique non seulement de bien-être -un esprit sain dans un corps sain- mais considérée aussi comme sacrée: liée à des cultes votifs et religieux.

La profondeur de la source des eaux de **Fonteverde** est un gage de garantie de la pureté microbiologique de l'eau, et d'un jaillissement continu et abondant. Des bienfaits thérapeutiques, mais aussi pour le corps et l'esprit: au contact des paysages dessinés par les collines siennoises, et de leurs panoramas intemporels, encadrant d'anciennes fermes, des monastères et des petits villages.

Sorano, un village également fondé par les

Étrusques, se dresse sur une haute forteresse rocheuse, entourée de puissantes murailles médiévales protégeant une douce architecture Renaissance. Non loin du village, au milieu des bois qui abritent la millénaire Pieve di Santa Maria dell'Aquila, des sources d'eau thermale jaillissent à une température constante de 37,5°C et alimentent les piscines des **Thermes de Sorano**.

Saturnia nous offre l'un des spectacles les plus impressionnants de la nature, grâce à un torrent d'eau jaillissant à pas moins de 800 litres par seconde à 37°C et créant aux emblématiques Cascades du Moulin, un endroit au charme envoûtant et unique au monde. En plus de cette merveille que la nature offre à tous, le territoire compte deux stations thermales bien équipées.

Les piscines thermales du centre **Fonte Pura Saturnia** s'insèrent parfaitement dans le paysage et utilisent les eaux de sa propre source riche en éléments bienveillants.

Au pied du village médiéval du même nom, les **Thermes de Saturnia** ont été conçus pour éveiller les cinq sens.

1. THERMES DE LA LUNIGIANA
page 18
2. THERMES D'EQUI
page 20
3. THERMES DE LA VERSILIA
page 22
4. THERMES BAGNO BERNABÒ
page 24
5. THERMES DE MONTECATINI
page 26
6. GROTTI GIUSTI
page 30
7. BAGNI DI PISA
page 32
8. THERMES DE LA VIA FRANCIGENA
page 34
9. THERMES DE CASCIANA
page 36
10. THERMES ANTICA QUERCIOLAIA
page 38
11. SAN GIOVANNI TERME RAPOLANO
page 42
12. THERMES DE SASSETTA
page 44
13. THERMES DE PETRIOLO
page 46
14. THERMES DE MONTEPULCIANO
page 48
15. THERMES SANT'ELENA
page 50
16. ADLER SPA RESORT THERMAE
page 54
17. THERMES BAGNO VIGNONI
page 56
18. THERMES DE CHIANCIANO
page 58

19. THERMES DE VENTURINA

page 60

20. HÔTEL POSTA MARCUCCI

page 62

21. FONTEVERDE

page 66

22. THERMES SAN GIOVANNI

page 68

23. FONTE PURA SATURNIA

page 70

24. THERMES DE SORANO

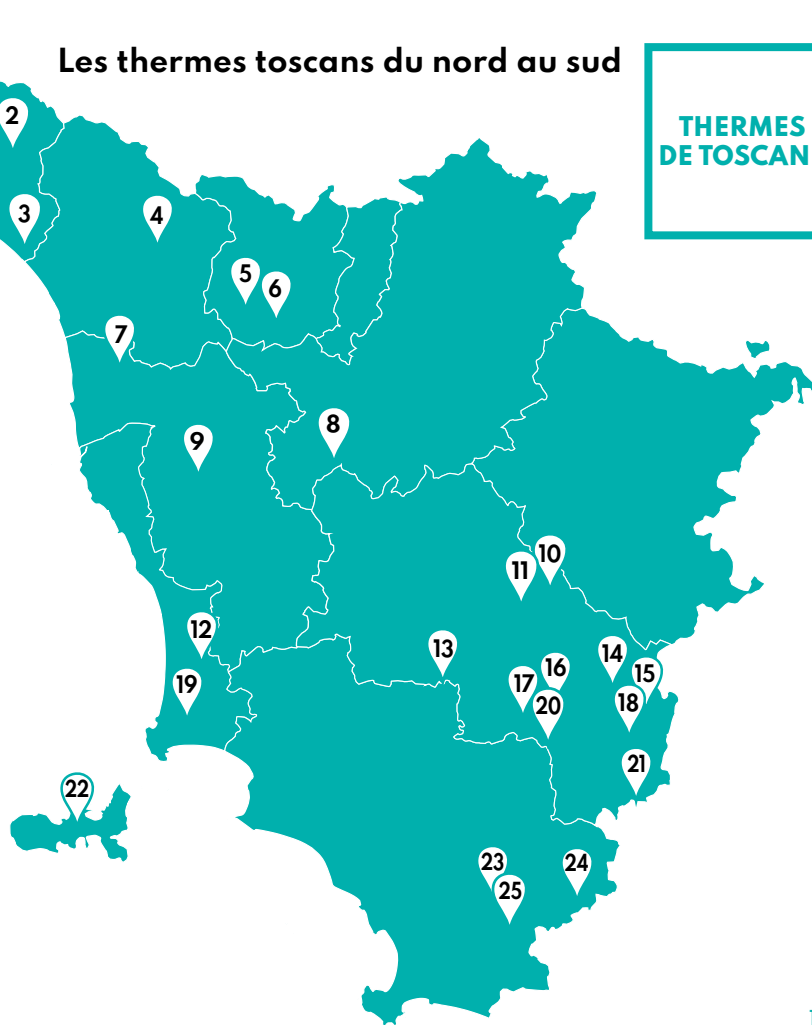
page 72

25. THERMES DE SATURNIA

page 74

Les thermes toscans du nord au sud

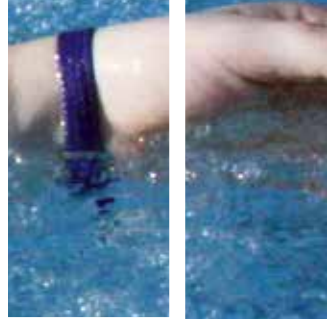
THERMES
DE TOSCANE





REFRAIN TOSCAN

Les bienfaits des eaux thermales se retrouvent dans certaines chansons populaires qui égayaient la vie des paysans de la Toscane. “Eau de source, eau bénie, je veux maintenant embrasser ma bien-aimée pour couronner l’amour que j’ai dans mon cœur. Eau thermale, eau salubre, je veux vous emmener maintenant jusqu’à l’autel pour dire un oui ferme au Seigneur”.



“Ma petite station thermale de montagne.”

TERME DELLA LUNIGIANA
Località Montelungo
54027 Pontremoli (MS)

info@termedellalunigiana.com
www.termedellalunigiana.com



Caractéristiques de l'eau.

Eau thermale sulfurée et chlorée.
Température à la source 18°C.



Indications thérapeutiques.

Indiquée dans le traitement des
maladies gastro-intestinales,
dermatologiques et des voies
urinaires. Applications de boue pour
les troubles liés aux rhumatismes.



THERMES DE LA LUNIGIANA

Le long de la route de la Cisa, au pied des sommets les plus pittoresques et les plus évocateurs de l'arrière-pays toscan, se dressent les Thermes della Lunigiana, une petite station thermale familiale dans un cadre montagneux, perchée à 900 mètres d'altitude et point de départ idéal pour visiter l'ancien territoire et les villages médiévaux caractéristiques, les églises et les châteaux de la Lunigiana. De la source du petit village de Cavezzana jaillissent des eaux thermales sulfureuses à une température de 18°C qui peuvent être utiles dans le traitement de nom-

breuses affections. En effet, lorsqu'elles sont ingérées, elles procurent des bienfaits au système gastro-intestinal et urinaire; en cas d'inhalation, elles contribuent plutôt à améliorer les troubles respiratoires et oto-rhino-laryngologiques. Les bains d'eau sulfureuse sont excellents pour les problèmes dermatologiques, et enfin, les boues qui, à l'issue d'un processus de maturation d'au moins six mois dans les eaux thermales, soignent les problèmes du système ostéo-articulaire. L'établissement est équipé d'inhalateurs modernes et de locaux pour les bains et les boues.

“Pour moi,
il y a quelque
chose d’unique
dans ce lieu plein
de charme.”

TERME DI EQUI
Via Pedretti, 20
54013 Fivizzano (MS)

+39 0585 949339
info@termediequi.it
www.termediequi.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau salée, sulfatée et alcaline.
Température comprise entre 17°C
et 27°C.



Indications thérapeutiques.

Pouvoir curatif dû à la singularité
du soufre à l'état colloïdal qu'elles
contiennent.



THERMES D'EQUI

L'eau thermale est certainement l'un des systèmes de guérison les plus anciens et les propriétés de la source d'Equi étaient déjà connues à l'époque romaine. Depuis des siècles, l'eau de pluie est recueillie par les majestueux monts Apuans, filtrée sous terre, enrichie de sels minéraux et de principes actifs précieux pour la santé, puis ramenée à la surface, où elle est collectée et exploitée. Le cœur de marbre des monts Apuans est à l'origine des eaux curatives qui alimentent les Thermes d'Equi depuis des siècles. Les eaux des Thermes d'Equi jaillissent du sous-sol à une

température comprise entre 22°C et 27°C, ce qui en fait des sources hypothermales; il s'agit d'une eau minérale au sens propre du terme, avec un résidu fixe supérieur à 1 g/l (4,8 g/l), et compte tenu de sa composition chimique spécifique, elle est classée parmi les eaux chlorées, sodiques, sulfatées, alcalines terreuses et, en tant que telle, elle est caractérisée par la présence de grandes quantités de chlorures, de sodium et de sulfates et, dans une moindre mesure, de bicarbonate, de calcium, de potassium, de magnésium et de traces de lithium, de brome et de fer.

“Pour me
détendre je
viens ici, à
deux pas de
la mer.”

TERME DELLA VERSILIA
Viale Marina, 191
54038 Cinquale di Montignoso (MS)

+39 0585 807255
spa@termedellaversilia.com
www.termedellaversilia.com



Caractéristiques de l'eau.

Eau riche en iode, sodium et brome.
Température à la source 17°C.



Indications thérapeutiques.

Un cocktail prodigieux qui
détend les muscles, soulage les
tensions, combat les inflammations
articulaires et la cellulite, aide à
perdre du poids et augmente la
vitalité.



THERMES DE LA VERSILIA

À deux pas de la mer, avec les Alpes Apuanes en toile de fond et à trois kilomètres de Forte dei Marmi, les Thermes della Versilia sont situés à l'intérieur de l'hôtel Villa Undulna, entourés d'un magnifique parc donnant sur le front de mer, dans un lieu de silence et de paix idéal pour retrouver des forces en se consacrant à son propre bien-être. Au centre des jardins se trouve le grand bassin dont l'eau salée, bromée et iodée jaillit du sous-sol à 17°C, le fruit d'une alchimie naturelle qui a mis en contact les eaux de mon-

tagne avec les dépôts de sel d'une ancienne mer des environs. Les thérapies proposées ont des effets bénéfiques sur les troubles arthro-rhumatismaux, vasculaires et dermatologiques. Une riche sélection de massages traditionnels occidentaux et orientaux est proposée parmi les soins de beauté qui associent les bienfaits de l'eau thermale aux effets extraordinaires de la tourbe naturelle du lac Massaciuccoli voisin.

“Un endroit
magnifique
où je me
régénère.”

TERME BAGNO BERNABÒ
Via Bagni Caldi, 36
55022 Bagni di Lucca (LU)

info@termebagnobernabo.it
www.termebagnobernabo.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau sulfatée, bicarbonatée et calcique. Température à la source 39,2°C.



Indications thérapeutiques.

Traitement des pathologies ostéo-articulaires, musculo-tendineuses et arthro-rhumatismales et action anti-inflammatoire, dépurative, myorelaxante et analgésique.



THERMES BAGNO BERNABÒ

Bagno Bernabò est une élégante station thermale située sur les pentes du Colle di Corsena, dite colline du bien-être. Elle doit son nom à Bernabò, un Florentin qui, au cours de la première moitié du XVI^e siècle, guérit d'une grave maladie de la peau en s'immergeant accidentellement dans la boue chaude de ces eaux thermales.

Plus tard, en 1810, Elisa Baciocchi construira l'établissement actuel resté parfaitement intact. Les eaux de la source Bernabò jaillissent à 39,2°C degrés. L'établissement

est équipé de plusieurs vestiaires avec des bassins individuels en marbre, utilisés pour tous les soins thermaux et de bien-être: Bain thermal, boues, thérapie Kneipp, douche filiforme visage, massages et soins visage/corps. On trouve aussi une piscine octogonale dédiée aux bains thermaux et la Grotte de vapeur.

“La beauté
de ce parc
historique me
fascine à chaque
fois.”

TERME DI MONTECATINI
Viale Verdi, 41
51016 Montecatini Terme (PT)

+39 0572 7781
direzione@termemontecatini.it
www.termemontecatini.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau thermale provenant de diverses sources. Température variable selon la source.



Indications thérapeutiques.

Elles concernent le traitement du système digestif en particulier la constipation, les maladies du foie et des voies biliaires, les maladies métaboliques et l'arthropathie.



THERMES DE MONTECATINI

Le rituel des eaux se pratique au sein des temples thermaux, dont l'excellence est représentée par l'établissement Tettuccio. Il entend incarner le modèle d'une ville d'eau, de loisirs et de culture, chère à l'époque de l'Italie thermale. En effet, à l'intérieur du Tettuccio, vous trouverez également le Café historique, la Salle d'écriture, la bibliothèque, la pittoresque Salle Portoghesi, la galerie des boutiques et le parc monumental. Les eaux de Montecatini (Tettuccio, Regina, Leopoldina et Rinfresco) jaillissent d'autant

de sources provenant de profondes couches calcaires à une température de 18°-34°C et appartiennent à la catégorie salée, sulfatée et alcaline. Elles sont principalement utilisées pour les thérapies hydropiniques, les bains, les boues, les inhalations, les ventilations, les insufflations et les bains à remous. En outre, elles sont très efficaces dans le traitement des maladies hépatobiliaires et gastro-entériques, ainsi que pour les troubles musculo-squelettiques, vasculaires et ORL.

LA HUITIÈME MERVEILLE

Les Thermes de Monsummano figurent parmi les plus uniques au monde, grâce à une grotte définie par le maître Giuseppe Verdi “la huitième merveille du monde”. La Grotte Giusti fut découverte en 1849 et depuis, Monsummano est devenu l’un des centres thermaux les plus importants, grâce aux propriétés bénéfiques de ses eaux.



“La nature est
poésie, elle
est ma source
d’inspiration et
de bien-être.”

GROTTA GIUSTI
Via Grotta Giusti, 1411
51015 Monsummano Terme (PT)

+39 0572 9077991
info@grottagiustispa.com
www.grottagiustispa.com



Caractéristiques de l’eau.

Eau bicarbonatée, calcique, sulfatée et magnésienne. Température comprise entre 28°C et 34°C.



Indications thérapeutiques.

Les eaux et l’ozone stimulent le métabolisme cellulaire. Indiqué pour toutes les formes de maladies vasculaires périphériques et la fibromyalgie.



GROTTE GIUSTI

Complètement immergée dans la beauté de la nature toscane, la Grotte Giusti accueille ses hôtes dans une villa du XIXe siècle qui a retrouvé toute sa splendeur grâce à une restauration soignée et raffinée qui permet aux hôtes de se plonger dans une atmosphère pleine d'élégance et de charme.

La villa est un écrin qui renferme des trésors insoupçonnés: la merveilleuse grotte, une cavité millénaire qui s'étend sur plus de 200 mètres sous terre; la source thermale à 36°C qui crée un lac souterrain chaud où vous pouvez vous

baigner; les chambres à couper le souffle, où vous pouvez vous détendre à une température régulée et constante, comme dans un organisme vivant. Un véritable paradis naturel entre les stalactites et stalagmites, divisé en plusieurs zones: Paradis, Purgatoire et Enfer, avec des températures allant de 28°C à 34°C; les vapeurs qui y sont inhalées sont bénéfiques et thérapeutiques. La magnifique station thermale propose mille parcours entre santé et bien-être, des moments inoubliables de paix et de beauté pour le corps et l'esprit.

“L’endroit où
je sens que la
terre prend
soin de moi.”

BAGNI DI PISA
Largo Shelley, 18
56017 San Giuliano Terme (PI)

+39 0578 572333
info@bagnidipisa.com
www.bagnidipisa.com



Caractéristiques de l'eau.

Eaux sulfatées, bicarbonatées, calciques et magnésiennes. Elles jaillissent à une température de 38°C.



Indications thérapeutiques.

Indiquées dans la prévention et le traitement des troubles musculo-squelettiques, respiratoires, cutanés et gastro-intestinaux.



BAGNI DI PISA

Au pied d'une colline d'oliviers séculaires, se trouve Bagni di Pisa. Bagni di Pisa, avec son atmosphère intemporelle, est l'endroit idéal pour se reconnecter avec soi-même et entamer un parcours vers un nouveau style de vie plus sain, grâce à la méthode et au programme Equilibrium. Un environnement régénérant où même la nourriture devient une expérience unique : la tradition des saveurs toscanes authentiques rencontre la créativité et la légèreté des plats du Chef Umberto Toscano. Depuis les fenêtres des élégantes

suites, dont les voûtes originales du XVIIIe siècle sont ornées de fresques dans des tons pastel, la vue s'ouvre sur le fascinant panorama toscan, jusqu'à la ville de Pise et sa tour penchée, symbole de la ville et attraction touristique majeure. Bagni di Pisa est un joyau architectural enfermé dans un écrin naturel et artistique qui dégage un parfum d'histoire et de traditions anciennes. Bagni di Pisa est membre de The Leading Hotels of The World et de Traveller Made.

“L'énergie de
l'eau et des
vapeurs me
donne de la
force.”

TERME DELLA VIA FRANCIGENA
Piazza G. Di Vittorio, 1
Gambassi Terme (FI)

+39 0571 638863
info@termeviafrancigena.it
www.termedigambassi.com



Caractéristiques de l'eau.

Eau salée, bromée et iodée.
Température à la source 15°C.



Indications thérapeutiques.

Convient aux thérapies
hydropiniques, liées au système
digestif et aux thérapies par
inhalation, pour les troubles du
système respiratoire.



THERMES DE LA VIA FRANCIGENA

Les Thermes de la Via Francigena sont enchâssés entre les collines et les oliveraies qui accompagnaient les pèlerins au Moyen Âge et continuent de fasciner les marcheurs aujourd'hui. Chef de file du projet du Parco Benestare qui combine des boucles de trekking aux parcours thermaux de bien-être et de détente, ces thermes offrent aux visiteurs et hôtes une approche moderne et diversifiée des cures thermales traditionnelles. Le thermes offrent un véritable parcours vers le bien-être le long duquel il est possible de

se détendre dans la piscine intérieure d'hydromassage puis profiter des eaux du grand bassin extérieur et continuer dans la zone hammam entre le sauna et le bain turc, les douches émotionnelles, aromatiques et de chromothérapie. En plus des cures hydro-piniques qui exploitent l'unicité de l'eau salée de Pillo, le centre thermal propose également une superbe gamme de traitements de soins personnels et spirituels qui complètent le parcours dédié à la régénération et à la récupération des meilleures énergies.

**“L'eau
thermale
prend soin de
moi et me fait
du bien.”**

TERME DI CASCIANA
Piazza Garibaldi, 9
56034 Casciana Terme, Lari (PI)

+39 0587 64461
info@termedicasciana.it
www.termedicasciana.com



Caractéristiques de l'eau.

Eau bicarbonatée, sulfatée et calcique. Température à la source 35,7 °C.



Indications thérapeutiques.

Propriétés thérapeutiques contre les dysfonctionnements circulatoires, les rhumatismes et l'arthrose, l'uricémie, l'hypercholestérolémie, la rhinite, la pharyngite, la bronchite et les troubles gynécologiques.



THERMES DE CASCIANA

L'imposante façade néoclassique datant de 1870, les décorations en stuc doré et les fresques de l'ancien Casino et du Gran Caffè delle Terme, tel est le magnifique accueil que le village de Casciana Terme réserve aux hôtes qui arrivent au complexe thermal Terme Villa Borri: une structure du XVIII^e siècle élégamment restaurée. L'eau thermale de Casciana Terme, connue depuis l'Antiquité sous le nom d'Acqua Mathelda, est particulièrement riche en sels et dioxyde de carbone. La boue thérapeutique produite, laissée à maturation dans

les eaux thermales pendant plus de six mois, acquiert toutes ses qualités et son potentiel. Pour ceux qui en ont besoin, un centre de rééducation moderne avec quatre salles de sport est à disposition. Pour les amateurs de détente, il existe deux grandes piscines d'eau thermale où vous pourrez retrouver énergie et positivité. Dans l'élégant centre de bien-être, les curistes sont accueillis dans l'un des douze postes de soins exclusifs: de véritables suites thermales rendues uniques par la restauration méticuleuse et habile d'anciennes peintures murales.

“Dans ces
eaux
j’immerge
corps et
esprit.”

TERME ANTICA QUERCIOLAIA
Via Trieste, 22
53040 Rapolano Terme (SI)

+39 0577 724091
infoterme@termeaq.it
www.termeaq.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau riche en calcium, magnésium, sodium et potassium. Température comprise entre 39-40°C et 22-25°C.



Indications thérapeutiques.

Indiquée dans le traitement des maladies respiratoires, locomotrices et cutanées.



THERMES ANTICA QUERCIOLAIA

Depuis le XVIII^e siècle, les thermes Antica Querciolaia à Rapolano Terme sont un exemple de qualité dans le secteur du bien-être et de la santé, offrant une large gamme de traitements afin de répondre aux besoins de ses clients. Connue depuis l'Antiquité et utilisée pour ses propriétés bénéfiques, la source Antica Querciolaia est située dans la province de Sienne, une région où l'art, l'histoire et la nature sont en parfaite harmonie. Cet endroit est idéal pour régénérer le corps et l'esprit. Tout près de Sienne, les thermes

font du bien-être un art de vivre. À Rapolano, où résonne l'atmosphère de Sienne, les vertus bénéfiques de l'eau s'allient à l'habileté de mains expertes, au plaisir d'un soin et à l'authenticité d'un séjour. Sienne, Sienne et encore Sienne, une destination de rêve. Une ville qui allie une vision de l'avenir et une riche tradition historique; un nom qui évoque des scènes de chaleur humaine, des délices du goût, l'art à son plus haut niveau.



GIUSEPPE GARIBALDI

En 1867, Giuseppe Garibaldi se rendit à Rapolano Terme pour se remettre de ses blessures subies sur l'Aspromonte. Tous les matins, le général se rendait à l'Antica Querciolaia pour y subir des traitements qui lui étaient très bénéfiques car comme l'écrivit le héros lui-même à un ami: "Les Bains de Rapolano ont éliminé un inconfort au niveau de mon pied gauche et l'effet a été instantané".

“À San Giovanni Terme Rapolano, je renais.”

SAN GIOVANNI TERME RAPOLANO
Via Terme S. Giovanni, 52
53040 Rapolano Terme (SI)

+39 0577 724030
info@termesangiovanni.it
www.termesangiovanni.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau sulfurée, bicarbonatée et calcique. Température à la source 39°C.



Indications thérapeutiques.

Problèmes liés à la peau et aux systèmes moteur et respiratoire. Des massages avec des techniques classiques et orientales sont effectués.



SAN GIOVANNI TERME RAPOLANO

Une station thermale surplombant les crêtes siennoises, un havre caché au milieu des parfums et des couleurs de la campagne toscane, immergé dans un parc soigné et embelli par une véritable singularité naturelle où l'on peut profiter d'une atmosphère unique. 58 chambres au style frais et élégant et deux restaurants où vous pourrez goûter à la recherche et à la créativité, un style informel mais suggestif. Cinq piscines thermales avec une eau à différentes températures allant de 30°C à 39°C et une piscine d'eau salée pour la nage à contre-courant.

Profitez pleinement des sensations de détente, de bien-être et bénéficiez en même temps des effets curatifs incontestables pour la peau, le système musculaire et respiratoire induits par les éléments naturels, tels que le soufre et le bicarbonate, présents dans ces eaux. En plus des cures thermales traditionnelles, dans le Centre de bien-être, on se consacre à la remise en forme des curistes, grâce à des propositions de beauté pour le visage et le corps, conçues sur la base des produits uniques du territoire: huile, vin et boue sulfureuse.

“Je retrouve
la chaleur de
la vie dans
ses eaux
thermales.”

LA CERRETA TERME
Via Della Cerreta, 7
57020 Sassetta (LI)

+39 0565 794352
info@lacerreta.it
www.lacerretaterme.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau sulfatée, calcique et hyperthermale. Température à la source 49,6°C.



Indications thérapeutiques.

Les précieux minéraux et oligo-éléments ont des effets thérapeutiques majeurs sur le système respiratoire, la peau et le système ostéomusculaire.



THERMES DE SASSETTA

Entamez un parcours du “bien-être diffus” : conçu comme une mosaïque d’écoute, de relation avec la nature environnante et de contact avec les énergies des éléments. Ici, l’eau jaillit naturellement de la terre à 51°C et alimente la structure thermale inspirée des anciens thermes étrusques et romains. Vous pourrez profiter des thermes tout en séjournant à La Cerreta, un agritourisme biodynamique installé au cœur de la forêt. Des fermes en pierre, les meilleurs produits de la terre servis à table et des pauses de calme et de silence pour se consacrer à soi-même. L’action

d’une eau thermale unique au monde est combinée à des parcours et des traitements holistiques uniquement à base de produits naturels, associés à des techniques et des savoir-faire manuels issus de traditions anciennes. Cette harmonie entre éléments et connaissances apporte de profonds bénéfices à la santé du corps et de l’esprit. L’eau des Thermes de Sassetta est riche en sulfates, en calcium, en minéraux ainsi qu’en oligo-éléments. Elle possède de merveilleux effets thérapeutiques sur les systèmes respiratoire, ostéomusculaire et cutané.

“La nature des thermes me fascine.”

TERME DI PETRIOLO
Strada Provinciale di Petriolo,
53015 Monticiano (SI)

+39 0577 757104
info@termepetriolo.it
www.termepetriolo.it

MERCURE PETRIOLO SIENA TERME &
SPA HOTEL
Località Petriolo, 74
Civitella Paganico (GR)
mercurepetriolosienahotel@gmail.com
www.mercurepetriolosienatermespa.it



Caractéristiques de l'eau.
Eau hydrogénée sulfurée.
Température à la source 43°C.



Indications thérapeutiques.
Maladies ostéoarticulaires,
arthropathies chroniques, maladies
de la peau telles que l'acné, le
psoriasis, l'eczéma et les maladies
du système respiratoire.



THERMES DE PETRIOLO

Sur le territoire de Sienne, dans un paysage d'une étonnante beauté, jaillit une fontaine millénaire bénéfique pour la santé. Les Thermes de Petriolo, connus dès l'époque romaine, sont immergés dans les collines verdoyantes entre le Val di Merse et la Maremma. Ils ont été fréquentés par d'illustres personnages, notamment des membres de la famille Médicis, des papes, des cardinaux et des nobles. La source située sur les berges du torrent Farma fait jaillir, à une température de 43°C, une eau riche en sels, aux mul-

tiples propriétés thérapeutiques attestées depuis l'époque romaine et restées inchangées à ce jour. Le lieu idéal pour retrouver l'harmonie dans une atmosphère de détente absolue tout en bénéficiant des propriétés extraordinaires des eaux thermales de Petriolo.

L'établissement est équipé de bains thermaux, d'un centre d'inhalation, d'une section dédiée aux boues/bains et d'un centre de bien-être.

“Je ressens ici
le plaisir de la
beauté et du
bien-être.”

TERME DI MONTEPULCIANO
Via delle Terme, 46
53045 Montepulciano (SI)

+39 0578 7911
info@termedimontepulciano.it
www.termedimontepulciano.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau thermale sulfureuse salée,
bromée et iodée. Température
supérieure à 20°C.



Indications thérapeutiques.

Une large gamme de traitements
pour les maladies respiratoires,
rhumatismales et cutanées.



THERMES DE MONTEPULCIANO

Des paysages uniques et des racines culturelles qui remontent à loin: les Thermes de Montepulciano, au cœur de la Valdichiana siennoise, se proposent comme un centre de santé, de prévention et de bien-être à même d'exploiter l'exclusivité des eaux thermales riches en soufre et brome qui jaillissent du sous-sol. La piscine d'eau salée et le centre de bien-être sont sans nul doute la solution idéale pour tous ceux qui souhaitent se détendre et rétablir une parfaite harmonie entre le corps et l'esprit. En plus des propositions thermales

traditionnelles telles que les piscines thermales, les parcours vasculaires, les piscines de contraste et les douches écossaises, l'établissement de santé des thermes est à même de proposer des thérapies intégrées et holistiques qui profitent à la santé comme à la beauté dans le centre de physiothérapie et de rééducation. Les soins proposés par le spa sont également conçus pour offrir de purs moments de détente: les boues et les produits entièrement naturels aident à soulager les tensions et à retrouver toute votre énergie.

**“Je me sens
en vacances
aux thermes
Sant’Elena.”**

TERME SANT’ELENA
Viale della Libertà, 112
53042 Chianciano Terme (SI)

+39 0578 321728
info@termesantelena.it
www.termesantelena.it



Caractéristiques de l’eau.
Eau thermale oligominérale
bicarbonatée alcalino-terreuse.
Température de 13°C.



Indications thérapeutiques.
Cure hydropinique pour les
maladies des reins et des voies
urinaires, ainsi que dans les
troubles du système gastro-
intestinal.



THERMES SANT'ELENA

Adossés au versant d'une douce colline, au milieu de chênes centenaires, de majestueux cyprès et d'oliviers argentés, les Thermes de Sant'Elena dominent depuis un siècle de superbes panoramas sur les lacs de Chiusi, Montepulciano, Trasimeno et du mont Amiata. Le parc luxuriant et élégant qui abrite les sources pour les cures hydropiniques constitue un cadre idéal pour un séjour sous le signe du repos et pour passer de véritables "vacances santé". Cette atmosphère agréable est effectivement à même d'accroître les propriétés thé-

rapeutiques naturelles propres aux eaux thermales. Un style de vie lent, à l'ancienne, fait de promenades, de lectures, de rencontres le long des routes panoramiques du grand parc à l'italienne dans lequel ont été installées les structures dédiées aux traitements. La source oligominérale se trouve dans l'ancienne chapelle de Sant'Elena. L'eau jaillit à une température de 13°C et, grâce à ses propriétés scientifiquement prouvées, elle est recommandée pour favoriser les cures rénales et soulager les troubles des voies urinaires et du système gastro-intestinal.

LA COMTESSE ET LE MERLE

Mathilde de Canossa possédait un merle dressé qui un jour tomba malade mais guérit là où il s'était baigné dans les eaux d'un ruisseau. La comtesse, étonnée de ce qui s'était produit, y plongea elle-même et après avoir testé les propriétés exceptionnelles de cette source miraculeuse, décida de faire construire une station thermale au profit des malades.



“**Mon oasis
de paix et
de chaleur
bienfaisante.**”

ADLER SPA RESORT THERMAE
Strada di Bagno Vignoni, 1
53027 San Quirico d'Orcia (SI)

+39 0577 889001
info@adler-thermae.com
www.adler-resorts.com



Caractéristiques de l'eau.

Eau bicarbonatée, sulfatée,
alcalino-terreuse et hyperthermale.
Température 36°C.



Indications thérapeutiques.

Bénéficie à tout le corps: en
particulier les voies respiratoires,
la structure ostéo-articulaire et la
peau.



ADLER SPA RESORT THERMAE

À l'Adler, ce qui est frappant, c'est le complexe cinq étoiles dont l'atmosphère invite à se débarrasser des "fardeaux" du quotidien. Le paysage de rêve s'ouvre sur une véritable "expérience": les douces collines du Val D'Orcia, l'écoulement des eaux, l'air pur, un ciel infini. L'intérieur respire la convivialité et la chaleur, et le personnel de l'hôtel Adler se distingue par son attention et son amabilité. L'espace Adler Aquae comprend des piscines thermales avec bains à remous et cascades d'eau, des piscines sportives, un

parc de saunas et plusieurs coins détente. 5 types de sauna: le bain turc dans la "Grotte du philosophe", le bio-sauna au bord du lac, le sauna finlandais dans la forêt, le calidarium aux herbes toscanes et le sauna étrusque à la vapeur de sel. De renommée internationale, la philosophie du bien-être de l'Adler Spa repose sur l'originalité, l'authenticité et l'excellence. Une équipe de 42 professionnels vous accueille ses hôtes sur leur parcours de beauté et bien-être. Point fort: la haute qualité et l'innovation des soins de la marque Adler.

“Une ressource
naturelle
inestimable,
un cadeau
pour moi.”

ALBERGO LE TERME
P.zza delle Sorgenti, 13
Loc. Bagno Vignoni
53027 San Quirico d'Orcia (SI)

+39 0577 887150
info@albergoleterme.it
www.albergoleterme.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau bicarbonatée, sulfatée,
alcalino-terreuse et hyperthermale.
Température 49°C.



Indications thérapeutiques.

Maladies du système osseux, des
muqueuses. Action tonifiante sur la
peau.



THERMES BAGNO VIGNONI

Dans un coin du Val d'Orcia, surplombant le bassin historique au centre de l'ancien village de Bagno Vignoni se dresse, dans un ancien palais du XVe siècle, l'hôtel le Terme: une délicieuse oasis de bien-être où vous pourrez retrouver harmonie et sérénité, sous le signe d'une gestion familiale, entre passion et professionnalisme. La station thermale est installée dans l'hôtel et propose des soins raffinés empreints de la philosophie verte, combinant les bienfaits des eaux thermales avec une gamme sophistiquée de soins et de massages occidentaux, orientaux

et indiens. Les eaux thermales riches en sels de carbonate et de sulfate, connues pour leur pouvoir curatif sur les os et les muqueuses, jaillissent à 39°C directement de la source et permettent de se prélasser dans des bains relaxants dans l'élégante piscine et sous les magnifiques cascades d'eau. Le sauna romain complète le centre de bien-être. L'élégante terrasse panoramique permet de contempler un nombre infini de panoramas sur le village tout en dégustant des plats issus de la tradition toscane, raffinés et revisités de main de maître.

“Ici, je vis une
expérience
sensorielle
unique à
chaque fois.”

TERME DI CHIANCIANO
53042 Chianciano Terme (SI)

+39 0578 68501
prenotazione@termechianciano.it
www.termechianciano.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau bicarbonatée, sulfatée et calcique. La température varie selon les sources.



Indications thérapeutiques.

Pathologies du foie et des voies biliaires, pathologies vasculaires et rhumatismales, action anti-inflammatoire, mucolytique et sédative sur la muqueuse.



THERMES DE CHIANCIANO

Terme di Chianciano sont une top destination internationale pour le thermalisme en Toscane grâce à l'excellence de l'offre et à une position géographique extraordinaire entre Valdichiana et Val d'Orcia. Créées en 2013, les piscines thermales Theia, alimentées par la source Sillene, offrent des températures comprises entre 33°C et 36°C, des bassins extérieurs et intérieurs reliés les uns aux autres sur une superficie totale de 600 mètres carrés. Les seuls en Italie où les enfants peuvent vivre une expérience de bien-être amusante dans la grotte sèche, la grotte humide, les douches émotionnelles et les piscines qui leur sont entièrement dédiées. Le spa

Terme Sensoriali est un endroit magique pour rétablir l'harmonie entre le corps et l'esprit grâce à des eaux thermales dont les propriétés sont connues depuis l'Antiquité. Le spa est inséré au cœur du parc Acqua Santa, entouré d'arbres centenaires; l'endroit idéal pour profiter du silence et du parfum qui embaume la nature. Terme Sensoriali accueille vingt merveilles, vingt différentes expériences holistiques. Elles sont équipées d'une salle de bain turc, bains à remous, musique sous-marine, saunas, bains de boue, musicothérapie, chromothérapie, salle de sel, aromathérapie, espace détente avec tisanes, jardin, pyramide énergétique, douche glacée.

“Les ther-
mes comblient
mon désir de
santé.”

TERME DI VENTURINA
Via delle Terme, 36/40
57021 Venturina Terme (LI)

+39 0565 855759
info@termediventurina.it
www.termediventurina.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau riche en soufre, alcalino-terreuse. Température à la source 36°C.



Indications thérapeutiques.

Efficace dans le traitement des maladies du système respiratoire, des maladies de l'oto-rhino-laryngologie, des maladies rhumatismales des os, des articulations et des voies biliaires.



THERMES DE VENTURINA

Les Thermes de Venturina sont situés dans la partie nord de la Maremme, enchâssés entre la mer et les collines toscanes, entourées de vues à couper le souffle et de paysages magnifiques au cœur de la Côte des Étrusques; un endroit idéal pour profiter des bienfaits d'anciennes sources thermales. L'Hôtel delle Terme est un véritable espace de détente 4 étoiles: 44 chambres design, élégantes et confortables, qui donnent directement accès au centre thermal. Pour les amateurs de bien-être et de relaxation, le Centre propose

les eaux à 31°C et 36°C des deux superbes piscines: l'une en plein air et la seconde à l'intérieur de la structure, toutes deux alimentées par la source Cratere, déjà connue à l'époque étrusque. Outre le thermalisme "classique", qui propose des traitements hydro-piniques, d'inhalation et de balnéothérapie, il existe également des soins de bien-être et de beauté pour le corps: à l'intérieur, les clients peuvent choisir parmi une liste complète de thérapies naturelles, le meilleur traitement pour une remise en forme complète.

“Dans les eaux
j’expérimente
un monde
fluide et
enveloppant.”

ALBERGO POSTA MARCUCCI
Via Ara Urcea, 43
53027 Bagno Vignoni (SI)

+39 0577 887112
albergo@postamarcucci.it
www.postamarcucci.it



Caractéristiques de l’eau.

Eau bicarbonatée, sulfatée, alcalino-terreuse et hyperthermale.
Température comprise entre 35°C et 38°C et entre 28°C et 32°C.



Indications thérapeutiques.

Cette eau se distingue depuis des siècles par sa salubrité, indiquée pour les maladies des systèmes respiratoire, osseux et cutané.



HÔTEL POSTA MARUCCI

L'hôtel est situé à Bagno Vignoni dans le Val d'Orcia, un patrimoine naturel d'une rare beauté.

L'histoire prend forme au milieu du XIXe siècle, lorsque la famille Marucci, originaire de Bagno Vignoni, commença à gérer une auberge avec épicerie et service de réception du courrier. Nous sommes au cœur du Val d'Orcia, un magnifique morceau d'une Toscane douce et légère, mue par de douces vagues de collines parsemées de cyprès, d'oliviers et de chênes. Un siècle plus tard, en 1956 pour être exact, la famille Marucci entama la construction du

corps principal de l'hôtel actuel sur une vigne déracinée. C'est lorsque l'eau chaude se mit à jaillir de la piscine construite à même le jardin, et nous sommes au milieu des années 1970, que l'hôtel commença à devenir un lieu de culte, de plaisir et de bien-être. L'eau, qui coule naturellement à une température de 49°C, est l'élément liquide qui s'intègre parfaitement à la solidité d'une structure dans laquelle des meubles anciens, des objets de famille et des signes concrets de modernité essentielle trouvent leur place.



SILÈNE AMOUREUSE

La nymphe Silène quittait son royaume la nuit et montait sur la terre ferme pour observer le berger dont elle était amoureuse, qui était en train de dormir dans la prairie à côté des brebis. Lorsque Diane découvrit ce qu'il se passa, elle décida de punir la nymphe en la transformant en une source qui déverse encore aujourd'hui des eaux curatives à Chianciano Terme.

“Mon parcours de bien-être a commencé ici.”

FONTEVERDE
Località Terme, 1
53040 San Casciano dei Bagni (SI)

+39 0578 572333
info@fonteverdespa.com
www.fonteverdespa.com



Caractéristiques de l'eau.

Eau sulfatée, calcique, fluorée et magnésienne. Température à la source 42°C. Propriétés anti-inflammatoires et antalgiques.



Indications thérapeutiques.

Améliorer la fonctionnalité des voies respiratoires. Cure hydropinique pour l'ostéoporose et source alimentaire d'électrolytes pour les sportifs.



Commandé par le Grand-Duc Ferdinand Ier de Médicis, le magnifique palais qui abrite le Resort et le Spa a été construit directement sur la source thermale, près du charmant village médiéval de San Casciano dei Bagni, niché dans les collines siennoises. Fonteverde est un bijou d'art, un refuge hors du temps où vous pourrez découvrir une nouvelle harmonie du corps et de l'esprit grâce à la méthode Equilibrium. L'eau de la source remplit d'une chaleur naturelle les spectaculaires piscines panoramiques et les bassins dédiés aux traitements. Depuis les terrasses

spacieuses, vous pourrez admirer un paysage où le temps s'est arrêté, ponctué de fermes, de monastères et de petits villages. Partout, on respire l'histoire et la tradition, dans un cadre naturel à couper le souffle. Il possède 78 chambres et suites ainsi que de nombreuses installations exclusives, dont 7 piscines thermales avec cascade et bains à remous, un parcours aquatique, un parcours vie, un centre de fitness, un parcours étrusque et une piscine thermale pour les amis à quatre pattes, une piscine d'été, 2 restaurants et 4 salles de réunion.

“Ici, je
ressens le
pouvoir de
guérison de
l'eau.”

TERME SAN GIOVANNI
ISOLA D'ELBA
Località San Giovanni
57037 Portoferraio (LI)

+39 0565 914680
info@termeisoladelba.it
www.termeisoladelba.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau salée et iodée et limons: boue marine thermale.



Indications thérapeutiques.

Effet anti-inflammatoire, drainant et rééquilibrant. La fangothérapie est utile dans le traitement et la prévention de l'arthrose, des rhumatismes, des contractures musculaires et du psoriasis.



THERMES SAN GIOVANNI

Les thermes jouissent d'un emplacement à couper le souffle et extraordinairement panoramique en face de la Darsena Medicea de Portoferraio. Un immense parc surplombant la mer et ombragé par des eucalyptus, des palmiers et des tamaris, dans lequel vous pourrez vous balader et vous détendre entre les soins. L'eau salée et iodée de la station thermale est parfaite pour les cures d'inhalation, et le centre de rééducation emploie des opérateurs et des équipements de très haut niveau. Les algues et les plantes

marines qui végètent au fond du bassin thermal ont des propriétés curatives certifiées et permettent de proposer aux hôtes des traitements contre l'arthrose et les rhumatismes, des soins esthétiques et de relaxation pour les sportifs. Le limon hautement curatif est un unicum inimitable utilisé dans la thalassothérapie spécialement enrichie pour renforcer l'action de l'eau de mer. Les Thermes Isola d'Elba constituent un microcosme idéal d'union entre la mer et la terre, offrant des sensations de pure harmonie.

“Je me suis
immergée dans
tes eaux pour
renaître. Merci
Source Pura.”

FONTE PURA SATURNIA
Loc. Crocina
58014 Saturnia (GR)

+39 0564 601313
info@hotelsaturnofontepura.com
www.hotelsaturnofontepura.com



Caractéristiques de l'eau.

Eau sulfureuse, carbonique, sulfatée, bicarbonatée et alcaline. Température à la source 37,5°C.



Indications thérapeutiques.

Balnéothérapie et pour le traitement des maladies artéo-rhumatismales, des maladies gynécologiques et dermatologiques, notamment le psoriasis.



FORTE PURA SATURNIA

Plongez dans la nature de la Maremme, sur les pentes d'une petite colline où se dresse l'hôtel Saturno fonte Pura: 25 chambres conçues avec des finitions inspirées du style toscan tout à fait singulier, un restaurant servant des plats simples à partir des matières premières locales, ainsi qu'un charmant centre de bien-être avec sauna où se faire chouchouter. Vous vous sentirez accueilli comme dans un village toscan typique, parfaitement inséré dans le paysage et rassemblé autour de la charmante piscine thermique

à plusieurs niveaux avec sauts d'eau et hydromassage. L'eau thermique a une température agréable de 37,5°C, elle est riche en soufre et autres oligo-éléments qui y sont dispersés. Ses propriétés thérapeutiques anti-inflammatoires sont reconnues et aident ceux qui souffrent de problèmes arthrorhumatismaux, dermatologiques, gynécologiques et l'efficacité de cette eau extraordinaire contre le vieillissement de la peau a été largement démontrée.

**“Le corps est le
seul endroit où
je suis obligé de
vivre. Je vais en
prendre soin.”**

TERME DI SORANO
Località Filetta, 25
58010 Cerreto - Sorano (GR)

+39 0564 632028
info@termedisorano.it
www.termedisorano.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau thermale bicarbonée,
magnésienne et calcique.
Température supérieure à 37,5°C.



Indications thérapeutiques.

Effets anti-inflammatoires,
antimicrobiens, antiprurigineux,
séborégulateurs, antioxydants
et régulateurs de la circulation
cutanée.



THERMES DE SORANO

Laissez-vous emporter par les atmosphères dorées de la Maremme, entre les villages de tuf et le charme de Pitigliano et Sorano. Détendez-vous complètement dans un élégant parc thermal qui offre à ses hôtes d'agréables coins et des journées de pur bien-être. Reposez votre corps et votre esprit bercés par les eaux chaudes des trois piscines et rajeunissez vous avec les soins et rituels experts proposés par le Spa. Les Thermes de Sorano offrent une expérience complète. Les hébergements sont situés autour de l'ancienne pieve et de la

source thermale, tout comme le restaurant, dont les plats s'inspirent des produits frais du territoire. On s'immerge dans l'eau bicarbonatée, magnésienne et alcaline qui jaillit à 37°C dans le grand bassin, pour ensuite découvrir dans les bois la superbe "Piscine des Frères" qui, depuis 500 ans est alimentée par deux sources qui jaillissent entre les rochers. Le Day Spa accueille ses hôtes dans un cadre fait de parfums et de musique douce et propose un menu de soins à base de principes actifs et d'essences entièrement naturelles.

“À Saturnia,
j’ai éprouvé un
merveilleux
sentiment de
tranquillité.”

TERME DI SATURNIA
Loc. Follonata, Saturnia
58014 Manciano (GR)

+39 0564 600111
prenotazioni@termedisaturnia.it
www.termedisaturnia.it



Caractéristiques de l'eau.

Eau sulfureuse, carbonique, sulfatée et bicarbonatée. Température à la source 37,5°C.



Indications thérapeutiques.

Maladies de la peau, action protectrice, antioxydante/anti-âge et purifiante sur le foie, diminue les tensions des systèmes cardio-circulatoire et respiratoire.



THERMES DE SATURNIA

La source thermale la plus célèbre d'Italie. Au pied du village médiéval du même nom, au cœur de la Maremme toscane, se déploie 120 hectares de bien-être: Terme di Saturnia se raconte autour de la source séculaire qui, selon la légende, a été créée par Saturne et d'où jaillit une eau unique et puissante. Cet endroit renferme une beauté authentique, historique et naturelle. La marque Terme di Saturnia fait partie de The Leading Hotels of World et offre à ses clients non seulement le complexe cinq étoiles avec

130 chambres et suites, mais aussi 100 hectares de parc séculaire et un terrain de golf avec un parcours à 18 trous; la source millénaire qui jaillit à une température corporelle constante dans un cratère volcanique et quatre piscines thermales avec cascades et bains à remous; le Spa primé avec plus de cent traitements exclusifs pour le corps et le visage; ainsi qu'un excellent restaurant où la cuisine est synonyme d'élégance. Autrement dit, un véritable refuge au charme inimitable, bâti sur l'excellence.

LA Foudre DE SATURNE

Un jour, Saturne se mit en colère contre les hommes qui étaient toujours en guerre les uns contre les autres, il prit alors un coup de foudre et le lança sur la terre, faisant jaillir du cratère d'un volcan une eau sulfureuse et tiède qui enveloppa tout et le calme revint. De ce ventre accueillant sont nés des hommes plus sages et plus heureux.



NOTES DE VOYAGE

NOTES DE VOYAGE

NOTES DE VOYAGE

NOTES DE VOYAGE

visittuscany.com



Regione Toscana

