



#### IL PARCO SI FA IN...CINQUE!

*Cinque grandi progetti ludici sono il cuore dell'attrazione del Parco delle Terme di Boario che diventa sempre più la grande piazza per le famiglie.*

Le proposte per il divertimento di bambini, ragazzi e giovani sono il tema fondamentale dell'estate 2010: oltre al Percorso vita ed alla possibilità di godere dell'immenso patrimonio arboreo (oltre 150 specie da tutto il mondo, tra cui spicca il magnifico Taxodium Disticum) ed al giardino botanico camuno (con 50 essenze naturali di erbe e fiori di montagna), da questa estate ci sono ben 5 attrazioni tra loro perfettamente integrate che sono:

-1- **Alpine Coaster**: regala a grandi e bambini l'ebbrezza di una discesa a tutta velocità in assoluta sicurezza. La slittovia su monorotaia a due posti si snoda tra paraboliche e curve mozzafiato dalla parte alta del Parco termale fino all'arrivo nella zona del padiglione Fausta.

-2- **Adventure Park**: si rivolge ad una clientela molto ampia, alle famiglie, agli sportivi. È stato realizzato secondo i principi di massima sicurezza e permette di attraversare un ponte tibetano, salire una scala di corda, camminare in equilibrio sulle stappe mobili fra due piante superando la naturale paura del vuoto in un sano esercizio di controllo delle proprie emozioni.

-3- **Powerfan**: vera novità del 2010, permette agli utenti una discesa da un'altezza di 10 mt. molto rapida ed emozionante e nello stesso tempo un atterraggio molto dolce e sicuro.

-4- **Acrojump**: è una struttura-gioco assolutamente innovativa che permette contemporaneamente a 4 utenti di effettuare salti ed acrobazie aeree sfruttando l'elasticità dei tappeti con coppie di elastici ancorati ai lati dell'imbrago tramite snodi speciali.

-5- **Tappeti elastici**: sono un sicuro divertimento per bambini e ragazzi.

Informazioni e prenotazioni: [parco avventura](#); [www.didatour.it](http://www.didatour.it);



#### UNA BELLA SORPRESA AL GIORNO

*L'animazione all'interno del Parco termale propone ogni giorno iniziative variegate e ricche di proposte per dare un senso gioioso e positivo alla vacanza.*

Ecco il programma di animazione delle Terme dal 28 Giugno al 11 Luglio

Lunedì 28 giugno

10,00 - Concertino "anni 60"

16,00 - Disco Liscio

Martedì 29 giugno

16,00 - Ballo liscio con "Elio"

21,00 - Spettacolo comico: "Gente de Core" e Disco Liscio

Mercoledì 30 giugno

10,00 - Quartetto d'archi: "Dietro le Quinte"

16,00 - Disco Liscio

21,00 - Orchestra "Gigliana Gilian"

Giovedì 1 luglio

16,00 - Ballo liscio con: "Gnappo Band"

Venerdì 2 luglio

10,00 - Concertino "Jazz Internazionale"

16,00 - Disco Liscio

21,00 - Spettacolo comico: "Prima" "Amore o Bolle" e Disco Liscio

Sabato 3 luglio

16,00 - Ballo liscio con: "Elio"

21,00 - Orchestra "Punto e virgola"  
 Domenica 4 luglio  
 16,00 - Gran Ballo Liscio con Duo Walter Villa  
 Lunedì 5 luglio  
 10,00 - Concertino "anni 60"  
 16,00 - Disco Liscio  
 Martedì 6 luglio  
 16,00 - Ballo liscio con "Elio"  
 21,00 - Spettacolo comico: " Di palo in frasca - Varietà' " e Disco Liscio  
 Mercoledì 7 luglio  
 10,00 - Quartetto d'archi: "Dietro le Quinte"  
 16,00 - Disco Liscio  
 21,00 - Orchestra "Messaggio"  
 Giovedì 8 luglio  
 16,00 - Ballo liscio con "Valter Villa"  
 Venerdì 9 luglio  
 10,00 - Concertino "Jazz Canzoni Italiane"  
 16,00 - Disco Liscio  
 21,00 - Spettacolo comico " Zuppa di Piselli " e Disco Liscio  
 Sabato 10 luglio  
 16,00 - Ballo liscio con: "Elio"  
 21,00 - Orchestra "Elio Quintet"  
 Domenica 11 luglio  
 16,00 - Gran Ballo Liscio con Duo Gnappo Band  
 Info: [www.termediboario.it](http://www.termediboario.it);



#### IL NEMICO "VINCIBILE"

*L'osteoporosi è un nemico silenzioso e subdolo che mina per anni la salute della donna: ma oggi si può sconfiggere se si impara a conoscerlo.*

Con il termine "osteoporosi" si intende una condizione per cui lo scheletro è soggetto ad un maggiore rischio di fratture, in seguito alla diminuzione di massa e alle modificazioni della microarchitettura delle ossa. Ne sono affette le donne (98% dei casi clinici) ed i segni premonitori appaiono già in età fertile (secondo alcuni ricercatori addirittura dai 16 anni di età). Lo stato di progressiva perdita del calcio delle ossa aumenta con l'aumentare dell'età, con picchi importanti intorno all'età menopausale. Quando i segni sono ormai evidenti, al medico non rimane che trattare la malattia con farmaci che spesso non hanno l'effetto desiderato. C'è, però, un percorso che consente alle donne di conoscere per tempo la caratteristica e le condizioni delle proprie ossa: si tratta dell'esame definito "densitometria (o mineralometria) ossea computerizzata", abbreviata con il termine MOC. Si tratta di un esame non invasivo, ripetibile nel corso degli anni, sia su tutto il corpo (total body) che nei vari distretti (monodistrettuale: settore lombo-sacrale; bidistrettuale: aggiungendovi anche l'analisi del femore). Presso le Terme di Boario è in atto una forte campagna di sensibilizzazione, riservata alle donne di tutte le età, che consente di effettuare una MOC in tempi rapidi, senza liste d'attesa, con una diagnosi altrettanto rapida e sicura. Un colloquio con lo specialista consentirà, quindi, di impostare il miglior quadro preventivo che si basa su stili di vita, alimentazione, movimento e controllo posturale. Tutto questo aiuta ad allontanare il più possibile il rischio di insorgere della temuta osteoporosi.

Per ulteriori informazioni: [www.termediboario.it](http://www.termediboario.it); [www.centromedicocastagna.it](http://www.centromedicocastagna.it);  
[www.osteoporosi.it](http://www.osteoporosi.it); [www.osteoporosi.net](http://www.osteoporosi.net);

#### L'ACQUA DEL CALCIO



*L'acqua minerale di Boario contiene calcio, tanto, buono e utile all'organismo. Lo dicono le ricerche scientifiche che ne dimostrano anche l'efficacia.*

L'acqua minerale Boario nasce dal cuore delle sorgenti termali di Boario, da sempre fonte di benessere e garanzia di qualità. Ricca dei sali minerali essenziali per rigenerare e depurare il nostro corpo, ha un buon contenuto di magnesio (40 mg per litro), in quantità giusta da assumere per assicurare il buon funzionamento e l'equilibrio di tutto l'organismo. Ma c'è di più: il contenuto di ben 131 milligrammi/litro di calcio (calcio, peraltro, tutto e subito assimilabile dall'organismo), con un bassissimo tenore di sodio: soli 5 milligrammi/litro. Quindi, non c'è rischio di ritenzione idrica, ma addirittura l'acqua è indicata dai medici termali come coadiuvante nella diuresi. Buono anche il tasso dello ione bicarbonato: 300 milligrammi/litro, con garanzia di digeribilità e tollerabilità dell'acqua in ogni momento della giornata e della vita. Da segnalare anche i 2 milligrammi/litro per il potassio, presente in tracce ma molto utile per la sua funzione di coadiuvante nell'attività muscolare.

Suggerimenti: cerca su "google" alla voce "acque minerali"; "acqua Boario";

Info: [www.federterme.it](http://www.federterme.it); [www.ferrarelle.it](http://www.ferrarelle.it)

#### UN CHECK-UP DALLA TESTA AI PIEDI

*Le Terme di Boario con il gruppo "Henry's Parrucchieri" hanno ideato uno speciale check-up GRATUITO che si svolgerà ogni giovedì dalle 11.00 alle 13.00*



Si tratta di un'iniziativa coordinata tra le Terme e il gruppo "Henry's parrucchieri" di Vallecamonica-Sebino: l'iniziativa è completamente GRATUITA e si avvale della preziosa consulenza del dott. Franco De Costanza, dermatologo e collaboratore delle Terme, che visiterà le persone che si presenteranno al Centro Violati con uno speciale INVITO per un check-up della pelle del viso e del corpo, mentre il Centro Henry's presso il Parco delle Terme provvederà ad effettuare quello sul capello. L'invito si può ritirare nei saloni Henry's (Edolo, Bienno, Piamborno, Boario, Iseo), o presso la Spa e il Centro estetico delle Terme. Il check-up si svolge dalle 11.00 alle 13.00 ogni giovedì secondo il seguente calendario: 1-8-15-22-29 luglio; 5-26 agosto; 2-9-16-23 settembre.

Info: [www.termediboario.it](http://www.termediboario.it); [www.enrysiparrucchieri.it](http://www.enrysiparrucchieri.it)

#### TUTTO IL BENESSERE DEL CALDO



*Il mese di luglio alla SPA (Salus Per Aquam) offre opportunità per scoprire il valore terapeutico e tutto il benessere del caldo erogato con sapienza.*

Il percorso che la SPA propone, vi consente di conoscere uno dei trattamenti più antichi che il trascorrere del tempo ci abbia consegnato: il bagno turco. Un bagno di vapore rinvigorente e rigenerante non solo per il corpo ma anche per lo spirito, volendo anche un momento di ritrovo socializzante ma sicuramente un momento di relax e vero benessere. Si tratta di un'applicazione idrica sotto forma di vapore caldo che si svolge in un locale dove l'umidità relativa è molto alta (dal 90 al 100%).

Qui il calore dilatando i vasi sanguigni favorisce la circolazione. L'abbondante sudorazione agevola l'eliminazione delle tossine e stimola il rinnovo cellulare lasciando l'epidermide luminosa, elastica e morbida. Per le sue proprietà è una delle migliori terapie per ridurre stress e stanchezza, scaricare le tensioni nervose, migliorare la qualità del sonno spesso compromesso dalla calura estiva. Viste le temperature elevate, in questo ambiente è consigliabile una sosta moderata da intervallare con soste in ambienti freschi, brevi pause e bicchieri d'acqua fresca che troverete nella zona relax a vostra disposizione. Vi aspettiamo! **[continua]**

#### L'ESTATE DI MANI E PIEDI

*Mani e piedi si mettono maggiormente in evidenza proprio in estate: ecco dunque alcuni consigli utili per rendere più belle queste parti del corpo.*



Prendetevi un piacevole momento per curare mani e piedi...

Potrete stare comodamente seduti su una morbidissima poltrona corredata di un fantastico idromassaggio che donerà relax ai vostri piedi, mentre l'operatrice coccolerà le vostre mani, per renderle ancora più belle.

Manicure e Pedicure in tutta tranquillità. **[continua]**

### la rubrica degli appuntamenti

- Ogni lunedì dalle 18.00 alle 18.30 incontro con il Medico termale parla delle cure a Boario
- Ogni martedì mattina visita guidata al Centro Cure, alla SPA e alla Riabilitazione
- Ogni mercoledì sperimentazione del metodo Tecar riservato agli ospiti delle Terme
- Fine settimana per tutti alla SPA delle Terme con ampio solarium nel verde
- Prossimo screening gratuito con Amplifon sulla sordità: venerdì 9 luglio



Chinesiologia, massofisioterapia, palestra con personal training, percorso vita guidato, piscina vascolare, Laser FP3, Metodo Delos e Tecarterapia sono le proposte della nostra Riabilitazione a tutto campo, per ogni necessità e ad ogni età.

Info e prenotazioni: [www.termediboario.it](http://www.termediboario.it) - [info@termediboario.it](mailto:info@termediboario.it)

Terme di Boario: CUP 0364-525011 (Prenotazioni cure, Visite specialistiche e SPA)

La Newsletter n. 9 sarà pubblicata Giovedì 15 luglio 2010. Arrivederci!

Terme di Boario S.p.A. - Piazzale delle Terme, 3 - 25041 Darfo Boario Terme (Bs)  
Tel. +39 0364 525011 - Fax +39 0364 525444 - numero verde: 800.800.198

Se non visualizzi correttamente il messaggio, **CLICCA QUI**  
Se non desideri più ricevere questa newsletter, **CLICCA QUI**