

Bio Agriturismo Tenuta Antica

Benessere e Ospitalità nella Langa Astigiana



Wild Wellness Experience

Il Benessere totalmente immerso nella Natura

**Wild Wellness Experience: un percorso benessere guidato
con sauna, idromassaggio, biolago e zone relax
totalmente immersi nella bellezza
del giardino naturale del Bio Agriturismo Tenuta Antica**



Le tappe del percorso benessere



Il percorso prevede
2 saune,
la prima secca,
derivante dalla tradizione
finlandese;
la seconda
da quella russa
con rituali
per una stimolazione
multisensoriale.

Possibilità di effettuare l'immersione fredda nel biolago,
con piante acquatiche che depurano l'acqua,
ninfee e fiori di loto, per una vera esperienza Wild.



Altre esperienze di benessere olistico:

- Massaggio rilassante con olii essenziali
- Trattamento Shiatsu
- Riflessologia plantare
- Yin Yoga e Hatha Yoga
- Nordic walking

Le tappe del percorso benessere



Momento di relax per essere coccolati con alcuni rituali come ad esempio un piccolo trattamento di digitopressione e drenaggio energetico ai piedi.



Immersione nell'idromassaggio riscaldato a legna per unire il piacere al benessere accompagnato da aperitivo con i vini biologici della Tenuta Antica



Altre esperienze di benessere olistico:

- **Meditazione guidata e rilassamento muscolare**
- **Lezione di Qi Gong (ginnastica terapeutica secondo la medicina cinese)**
- **Analisi energetica secondo la medicina e astrologia cinese (Ba Zi) per aiutare a raggiungere il proprio equilibrio**
- **Consulenza con i fiori di Bach**

Bio Agriturismo Tenuta Antica



Il Bio Agriturismo Tenuta Antica si trova a Cessole, nel cuore della Langa Astigiana, immerso in un paesaggio incantevole e rilassante. Produzione biologica di vino e nocciole, servizio di pernottamento e colazione in accoglienti camere o suites con pietra di Langa a vista, cucina casalinga con prodotti del territorio e piatti stagionali. Ampi spazi interni ed esterni per gruppi, attività e corsi.



Per info e prenotazioni:

+39 339 7951498 

info@tenuta-antica.com 

www.tenuta-antica.com 

Bio Agriturismo Tenuta Antica 

tenuta_antica 

**Regione Busdone, 2
14050 Cessole (AT)** 