

WMAAG

WELLNESS,
BODY & MIND,
BEAUTY,
SPORT, DESIGN
English / Italiano

N. 4

MARCH
MARZO
2025

Wellness Concepts

spa_system® pro: THE FORMAT BY STARPOOL FOR A NEW WELLNESS CONCEPT

*spa_system® pro:
IL FORMAT STARPOOL
PER UNA NUOVA
CONCEZIONE
DI BENESSERE*

Travel & Spa

SIX SENSES IBIZA

Six Senses Ibiza

Design & Tech

GIO PACANI

Gio Pagani

Wellness Trends & Culture

AUFGUSS,
TRADITION AND INNOVATION
TO THE BEAT WITH THE NEW RITUALS
BY NICOLA GOZIO

Aufguss,
tradizione e innovazione a ritmo di musica
con i nuovi rituali di Nicola Gozio





OUR FIRST 50 YEARS.

I nostri primi 50 anni.

edited by/a cura di **Riccardo Turri**

WELLNESS, INNOVATION, RESEARCH, DESIGN, TERRITORY. MANY ARE THE WORDS THAT DEFINE THESE **50 YEARS OF STARPOOL**, BUT WERE I TO CHOOSE ONLY ONE, IT WOULD BE **CONTINUITY**.

Maybe, important anniversaries like this one allow us to retrace a long journey, made of many people who, with professionalism and dedication, have pursued a common goal:

improving other people's quality of life. I have been the vehicle for **a project started within my family**, thanks to my father Ardelio and his desire, stated in the 1975 company articles of association, to **deal in wellness** at a time when no one talked about it. An industrialisation process started under the governance of my brother Paolo, where there were no experience or technologies whatsoever.

Nothing but a **vision going far into the future**. We were the first to adopt the concept of **wellness centre** and relate it to the products, taking inspiration from the Roman baths.

Always faithful to the original idea, we have reached a **high level of engineering**, which allowed us to offer the market **more reliable and technologically sophisticated**

products, thanks to continuous research and innovation. Among all the innovations, the greatest one was probably having the courage to go beyond the product by spreading an actual **wellness culture and an application method**.

One step at a time, we ended up working in extraordinary places – from the most iconic hotels in the world, to American football teams, soccer teams, the world of sports in general, as well as that of business and show business – without ever losing sight of our values.

Now we need to look forward and go on with the same will to explore, capture and read the market trends in advance. And, talking about reading, in this new issue of our **WMAG**, you will find **news and updates on wellness and its many faces**. They are for you and for those who have come to visit us at **Casa Starpool** over the years to share their wellness project with us. **My sincerest thanks go to all of you.**

BENESSERE, INNOVAZIONE, RICERCA, DESIGN, TERRITORIO. SONO TANTE LE PAROLE CHE DEFINISCONO QUESTI **50 ANNI DI STARPOOL**, MA SE DOVESSI SCEGLIERNE SOLO UNA, SAREBBE **CONTINUITÀ**.

*Forse perché anniversari importanti come questo permettono di ripercorrere un lungo cammino, insieme a tante persone che, a con professionalità e dedizione, hanno perseguito un obiettivo comune: **migliorare la qualità della vita di altre persone**. Sono stato il traghettatore di **un progetto nato con la mia famiglia**, grazie a mio padre Ardelio e al suo desiderio, impresso nello statuto del 1975, di **occuparsi di benessere** in un'epoca in cui nessuno ne parlava. Con la governance di mio fratello Paolo ha preso il via un vero processo di industrializzazione, laddove non esistevano né esperienza né tecnologie, ma solo una **visione estremamente lungimirante del futuro**.*

*Per primi, abbiamo importato il concetto di **centro benessere** e messo in relazione dei prodotti, ispirandoci alle terme romane. Sempre fedeli all'idea originale, abbiamo raggiunto **un elevato livello di ingegnerizzazione**, che ha permesso di offrire*

*al mercato **prodotti più affidabili, tecnologicamente evoluti**, grazie alla ricerca e all'innovazione continua. Tra tutte, l'innovazione più grande è stata forse avere avuto il coraggio di andare oltre il prodotto, arrivando a diffondere una reale **cultura del benessere e un metodo di applicazione**. Un passo alla volta, ci siamo trovati a lavorare in posti straordinari - dagli hotel più iconici del mondo, fino alle squadre di football americano, di calcio, al mondo dello sport, dell'industria e dello spettacolo - senza mai perdere di vista i nostri valori. **Ora dobbiamo guardare avanti** e continuare con la stessa voglia di esplorare, intercettare e anticipare i trend di mercato. E, a proposito di anticipazioni, sfogliando questo numero del nostro **WMAG**, troverete **novità e aggiornamenti sul wellness e sulle sue mille sfaccettature**. Li dedichiamo a voi e a coloro che in questi anni sono venuti a trovarci a **Casa Starpool** per condividere il loro progetto di benessere con noi. **A tutti va il mio grazie più sincero.***

WMAG N. 4

MARCH MARZO 2025

3 EDITORIAL Editoriale



16

Magazine published by Starpool S.r.l.
Rivista edita da Starpool S.r.l.

Editorial Staff • Redazione: Via Stazione 25
38030 Ziano di Fiemme (TN) • T +39 0462 571881 • starpool.com.

Document management • Gestione documento: Marketing
department.

Graphic design • Progetto grafico: LifeCircus.

In cooperation with • Hanno collaborato: Healthfarm by Stilnuovo,
Emlyn Brown, ITAS Mutua, Pastificio Felicetti, Nicola Gozio,
Mandarin Oriental Milan, National Basketball Players Association,
Luciana Zanoner, Magnifica Comunità di Fiemme, Dr. Vincenzo
Primitivo, Villa Petriolo, Hotel Adlon Kempinski, Six Senses Ibiza,
Gio Pagani, Rinnova Health, Andrea Ponzoni, Paolo Cattaneo,
Luca Formentini, Gianluca Ballarin, Comfort Zone.

Photo credits • Crediti Fotografici: Gaia Panozzo, Swisshotel Tbilisi,
Fairmont Riyadh, ITAS Mutua, Lorenzo Placo, Stefano
Dal Pozzolo, Mandarin Oriental Milan, Davide Barbieri, Marco
Coppola & Karolina Valeikaite, Sofia Obregon, Paola Adame,
Davide Meneghini, Aldo Cantù, Angelo Mercurio, @luoghisecrets,
Adlon Kempinski, Six Senses Ibiza, National Basketball Players
Association, Rinnova Health, Gio Pagani.

Wellness Trends & Culture

6 HEALTHFARM BY STILNUOVO CHOOSES STARPOOL AS WELLNESS PARTNER FOR SPORT RECOVERY

*Healthfarm by Stilnuovo sceglie Starpool
come wellness partner per il recupero sportivo*

16 THE REVIVAL OF ANCIENT WELLNESS PRACTICE IN SAUNA AND COLD THERAPIES ACCORDING TO EMLYN BROWN

*La rinascita dell'antica pratica del benessere
nella sauna e nelle terapie del freddo secondo
Emlyn Brown*

22 ITAS MUTUA THE IDEA OF WELL-BEING IN THE ITALIAN OLDEST INSURANCE COMPANY

*ITAS Mutua
l'idea di wellbeing nella più antica compagnia
assicurativa italiana*

28 FELICETTI AND THE PASTA CRAFT THAT HONOURS WELLNESS AND TRADITION

*Felicetti e l'arte della pasta che celebra benessere
e tradizione*

34 AUFUSS TRADITION AND INNOVATION TO THE BEAT WITH THE NEW RITUALS BY NICOLA GOZIO

*Aufuss
Tradizione e innovazione a ritmo di musica
con i nuovi rituali di Nicola Gozio*

42 LET'S HEAR IT FROM THE EXPERT DAN O'BRIEN. NBPA: THE IMPORTANCE OF RECOVERY AND MENTAL WELL-BEING IN PROFESSIONAL SPORT

*La parola all'esperto Dan O'Brien.
NBPA: l'importanza del recupero e del benessere
mentale nello sport professionistico*



48

Wellness Concepts

48 EXPLORING OUR FIRST 50 YEARS

Un viaggio nei nostri primi 50 anni

64 WOOD RECOVERY PROJECT BY STARPOOL: WE CELEBRATE OUR 50 YEARS WITH A PROJECT FOR THE ENVIRONMENT

*Wood Recovery Project Starpool: festeggiamo
i nostri 50 anni con un progetto per l'ambiente*

72 SPA_SYSTEM® PRO: THE FORMAT BY STARPOOL FOR A NEW WELLNESS CONCEPT

*spa_system® pro:
il format Starpool per una nuova concezione
di benessere*

80 COLD AND LONGEVITY A WINNING COMBO

Freddo e longevità: un binomio vincente

Travel & Spa

86 SIX SENSES IBIZA: AN AUTHENTIC VISION OF THE ISLAND BETWEEN HOSPITALITY, SUSTAINABILITY AND CELEBRATION

*Six Senses Ibiza:
una visione autentica dell'isola tra ospitalità,
sostenibilità e celebrazione*

96 MANDARIN ORIENTAL, MILAN AND THE NEW URBAN HAVENS FOR DAILY WELL-BEING

*Mandarin Oriental, Milan e i nuovi rifugi
urbani per un benessere quotidiano*

108 VILLA PETRIOLO AND THE SECRETS OF LONGEVITY

Villa Petriolo e i segreti della longevità



118 THE WELLNESS CONCEPT BY STARPOOL AT THE FIVE-STAR WELLNESS OASIS AT HOTEL ADLON KEMPINSKI

*Il wellness concept di Starpool
nell'isola benessere a cinque stelle
dell'hotel Adlon Kempinski*

Design & Technology

124 GIO PAGANI INNOVATION WITHOUT BORDERS, EVEN IN WELLNESS

*Gio Pagani
Una modernità senza barriere di stile,
anche nel wellness*

132 TECHNOLOGY AND SCIENCE MEET WELLNESS: INTERMITTENT HYPOXIC TRAINING. THE RINNOVA HEALTH MODEL

*Tecnologia e scienza incontrano il wellness:
l'allenamento ipossico intermittente.
L'esempio Rinnova Health*

140 STARPOOL AT THE DISCOVERY OF ITS SOUND IDENTITY

*Starpool alla scoperta della propria identità
sonora*

WGame

154 WHAT DO YOU NEED MOST FOR YOUR WELL-BEING AT THE MOMENT?

*Di cosa hai più bisogno in questo momento
per il tuo benessere?*

HEALTHFARM BY STILNUOVO CHOOSES STARPOOL *as Wellness Partner for sport recovery*

*In a natural and evocative environment, within walking distance from the historic city centre of Florence, **Healthfarm by Stilnuovo** is the first health gym in Italy: a cutting-edge centre where training is transformed in a bespoke experience for healthy physical and mental longevity.*

Sport performance requires a significant **physical and mental effort**, but intense training and exertion are not all there is. To achieve and maintain high-level performance and prevent injuries, rest and recovery are necessary as well. **If adequately integrated in athletes' preparation programs**, they allow not only to achieve **top performance** in a short time, but also to maintain it in the

medium to long term.

After physical effort, the body needs an appropriate rest period for the muscles to recover and restore full function. With this in mind, it becomes fundamental to **integrate the recovery phase in a training program**, in that it allows the body to **trigger the necessary processes of reconstruction and regeneration** to regain balance and enhance one's

capabilities before the next physical effort.

The **health gym Healthfarm by Stilnuovo** in Florence designed programs to do just that, and chose us their **Wellness Partner for sport recovery**.

This exclusive facility was designed to **offer a bespoke training experience**, with an **integrated**



Sport Infrared Lounger by Starpool:
a versatile solution for infra-red therapy.
Sport Infrared Lounger by Starpool:
una soluzione versatile per la terapia a infrarossi.

HEALTHFARM BY STILNUOVO SCEGLIE STARPOOL COME WELLNESS PARTNER PER IL RECUPERO SPORTIVO

NATA IN UN AMBIENTE NATURALE
E SUGGESTIVO, A DUE PASSI
DAL CENTRO STORICO DI FIRENZE,
HEALTHFARM BY STILNUOVO
È LA PRIMA PALESTRA DELLA
SALUTE IN ITALIA, UN CENTRO
ALL'AVANGUARDIA DOVE
L'ALLENAMENTO SI TRASFORMA
IN UN PERCORSO PERSONALIZZATO
VERSO UN BENESSERE COMPLETO
E UNA LONGEVITÀ SANA,
SIA FISICA CHE MENTALE.

Le **performance sportive**, da sempre, richiedono un notevole **impegno fisico e mentale**, ma allenamento intenso e fatica non sono tutto. Per raggiungere e mantenere prestazioni ad alti livelli e prevenire infortuni, sono necessari anche **riposo e recupero**. Se **correttamente integrati in un programma di preparazione atletica**, consentono non solo di raggiungere una **performance ottimale** nel breve termine, ma anche di mantenerla nel medio-lungo termine. Dopo uno sforzo fisico, infatti, il corpo ha bisogno di un adeguato periodo di riposo affinché i muscoli



Area dedicated to preparation
to pilates and muscle recovery
with Zerobody Dry Float.
Area dedicata alla preparazione
al pilates e al recupero muscolare
con Zerobody Dry Float.

approach that combines advanced technology and attention to psycho-physical health, also including nutrition, stress management and sleep quality. In the life of people who do physical activity, it is essential to **favour both the right pre-training activation and the adequate recovery and relaxation after the training**. This is why, the facility also offers our **innovative formats** that, through a combination of cutting-edge technologies, contribute to the improvement of psycho-physical performance. The Health Coaches working at Healthfarm – all of them kinesiologists with a degree in motor sciences – guide the members through **customised wellness circuits**, planning and organising both prevention and training protocols, meeting the specific requirements of each individual and the subjective load of each member.

Zerobody Cryo: Starpool's innovation for cold therapy.

Zerobody Cryo, l'innovazione Starpool per la terapia del freddo.



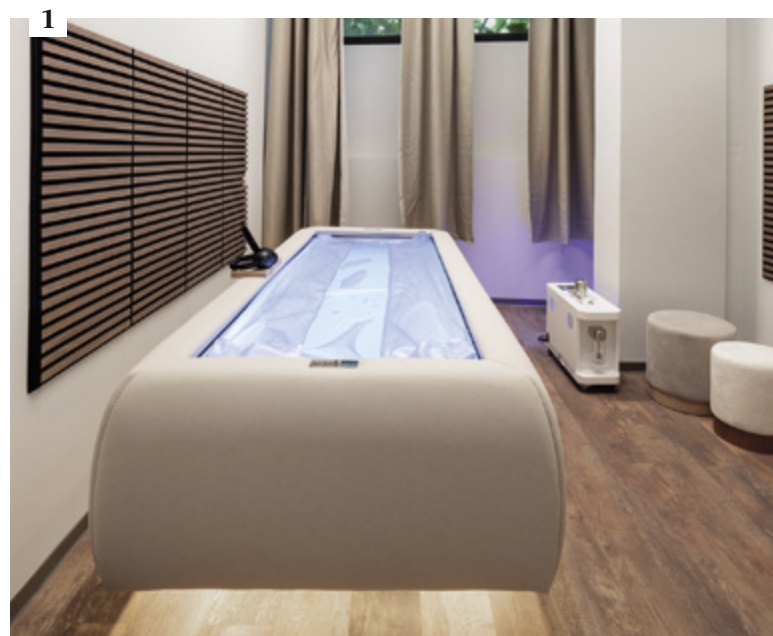
possano recuperare e ripristinare le loro funzionalità ottimali. Ecco che diventa fondamentale **integrare la fase di recupero in un piano di allenamento**, per permettere al corpo di **attivare i processi di ricostruzione e rigenerazione** necessari per assestarsi e per aumentare le proprie capacità in vista di un nuovo sforzo.

È ciò che prevedono i percorsi studiati dalla palestra **della salute Healthfarm by Stilnuovo** di Firenze, che ci ha scelti come **Wellness Partner per il recupero sportivo**. Questa struttura esclusiva è stata progettata per **offrire un'esperienza di allenamento su misura**, con un **approccio integrato** che combina tecnologia avanzata e attenzione alla salute psico-fisica, anche dal punto di vista di alimentazione, gestione dello stress e qualità del sonno. Nella vita di ogni persona che pratica attività fisica è essenziale **favorire sia l'adeguata attivazione muscolare di pre-allenamento che l'opportuno recupero e rilassamento post-allenamento**. Per questo, all'interno della struttura, sono stati inseriti anche i nostri **format innovativi** che, attraverso una combinazione di tecnologie all'avanguardia, concorrono al miglioramento delle performance psico-fisiche. Gli Health-Coach di Healthfarm, tutti chinesiologi laureati in scienze motorie, guidano gli iscritti attraverso **percorsi personalizzati di benessere**, pianificando e programmando protocolli di prevenzione e allenamento che rispondono alle specifiche esigenze individuali e al carico soggettivo di ogni iscritto.

THE PROGRAMS DEVELOPED BY HEALTH COACHES CONCERN THE DOMAINS OF LONGEVITY, POSTURE, TERTIARY PREVENTION, METABOLIC AND STRENGTH TRAINING.

Longevityfarm: for long-term health

A project that educates on **prevention** according to the company vision "Your Wellbeing for Healthy Longevity". The Farmcoach, a specialised kinesiologist, implements a **customised protocol** based on training, nutrition, stress management and sleep quality, after having evaluated a set of parameters, such as body composition, posture, metabolism and strength.



1

Pilatesfarm and Biolisticfarm: well-being and posture

Ideal programs for those who want to prevent joint pain by strengthening muscles and improving flexibility, mobility and neuromuscular coordination. The activities consist of **exercises of conscious and guided breathing on Zerobody Dry Float**, favouring the connection between mind and body and making the subsequent posture exercises easier. The benefits of the exercises are enhanced by the **infra-red ray therapy on Infrared Lounger** which, before the training, targets deep muscles to promote stretching and strengthening.

2



I programmi messi a punto dagli Health Coach interessano le aree Longevity, postura, prevenzione terziaria, allenamento metabolico e di forza.

LONGEVITYFARM: PER LA SALUTE A LUNGO TERMINE

*Un progetto che educa alla **salute preventiva** secondo la visione aziendale "Your Wellbeing for Healthy Longevity". Il Farmcoach, chinesologo specializzato, mette a punto un **protocollo personalizzato** basato su allenamento, alimentazione, gestione dello stress e qualità del sonno, partendo dalla valutazione di parametri quali la composizione corporea, la postura, il metabolismo e la forza.*

PILATESFARM E BIOLISTICFARM: BENESSERE E POSTURA

*Programmi ideali per chi desidera prevenire dolori articolari, rinforzando la muscolatura e migliorando flessibilità, mobilità e coordinazione neuromuscolare. Le attività prevedono **esercizi di respirazione consapevole** e guidata su **Zerobody Dry Float**, che favoriscono la connessione mente-corpo e facilitano l'esecuzione dei successivi esercizi posturali. I benefici di queste attività sono potenziati dalla terapia a **raggi infrarossi su Infrared Lounger** che, prima dell'allenamento, prepara in modo mirato la muscolatura profonda all'allungamento e al rinforzo.*

1-2. Area dedicated to physical therapy, equipped with Zerobody Dry Float and Molecular Hydrogen Booster by Starpool.

Area dedicata alla fisioterapia, attrezzata con Zerobody Dry Float e Molecular Hydrogen Booster, by Starpool.

3-4. Area dedicated to performance and recovery, equipped with Sport Sauna and Sport Infrared Lounger by Starpool.

Area dedicata alla performance e al recupero, attrezzata con Sport Sauna e Sport Infrared Lounger by Starpool.



3



4

Healthcarefarm: tertiary prevention

These programs are designed to support people with chronic diseases – like obesity, diabetes and heart diseases – osteoporosis, metabolic syndrome and menopause, adjusting the training with the Biocircuit technology by Technogym. The **infra-red ray therapy** on **Infrared Lounger** promotes muscle activation before the training, making the activities easier for people with reduced mobility or with a sedentary lifestyle. Dry floatation sessions on **Zerobody Dry Float** help to reduce the stress related to chronic inflammation.

1



1. Sport Infrared Lounger by Starpool: a versatile solution for infra-red therapy.

Sport Infrared Lounger by Starpool: una soluzione versatile per la terapia a infrarossi.

2

2. Zerobody Cryo: Starpool's innovation for cold therapy.

Zerobody Cryo, l'innovazione Starpool per la terapia del freddo.

Strengthfarm: training strength

These programs target the development of strength and the improvement of techniques, using heavy loads through isotonic equipment and free weights. Using **Zerobody Cryo** before the training ensures **fast activation and optimum neuromuscular connection**, thus improving performance during strength sessions.

HEALTHCAREFARM: PREVENZIONE TERZIARIA

*Programmi pensati per supportare persone con patologie croniche, quali obesità, diabete e cardiopatie, osteoporosi, sindrome metabolica e menopausa, attraverso allenamenti adattati grazie alla tecnologia Biocircuit di Technogym. La terapia a **raggi infrarossi su Infrared Lounger** facilita l'attivazione muscolare pre-allenamento, rendendo più agevoli le attività ai soggetti con mobilità ridotta o tendenza alla sedentarietà. Le sessioni di galleggiamento asciutto su **Zerobody Dry Float** aiutano a ridurre lo stress legato all'infiammazione cronica.*

FITNESSFARM E SKILLS' IMPROVEMENTFARM: ALLENAMENTO METABOLICO

*Programmi che puntano a migliorare la composizione corporea, la forma fisica e le capacità funzionali in modo divertente e dinamico, a ritmo di musica. Le attività vengono modulate su diverse intensità e combinano aspetti metabolici e di forza. Nel post-allenamento è prevista una sessione su **Zerobody Cryo**, per favorire un **recupero ottimale** e restituire al corpo una sensazione di energia e benessere.*

STRENGTHFARM: ALLENAMENTO DELLA FORZA

*Programmi dedicati allo sviluppo della forza e al miglioramento della tecnica esecutiva, con l'utilizzo di carichi elevati, attraverso macchinari isotonici e pesi liberi. L'impiego di **Zerobody Cryo** nel pre-allenamento garantisce **un'attivazione rapida e una connessione neuro-muscolare ottimale**, migliorando così la performance durante le sessioni di forza.*



Area dedicated to preparation to pilates and muscle recovery with Zerobody Dry Float.

Area dedicata alla preparazione al pilates e al recupero muscolare con Zerobody Dry Float.



Dry floatation therapy on Zerobody Dry Float combined with molecular hydrogen inhalation.
 Sessione di dry float therapy su Zerobody Dry Float, abbinata all'inalazione di idrogeno molecolare.

In addition to two Zerobody Cryo beds and four Infrared Loungers, the **recovery area** also features a **Sport Sauna**, which, thanks to its dry and intense heat, favours blood flow and enhances athletic performance.

In addition, the facility features a **medical area with a section dedicated to longevity**, where **Zerobody Dry Float** is combined with **Molecular Hydrogen Booster**, for the inhalation of molecular hydrogen – a powerful antioxidant to fight the harmful effect of free radicals, favour muscle recovery and improve cognitive function. All of which during a dry floatation session on over 400 litres of warm water.

Healthfarm by Stilnuovo offers a truly unique and complete experience encompassing training, recovery and wellness. A perfect synergy that proves how an **integrated and technologically sophisticated approach** can actually improve people's quality of life.

L' **area recovery**, oltre a due Zerobody Cryo e quattro Infrared Lounger, include anche una **Sport Sauna** il cui calore secco e intenso favorisce il rilassamento muscolare, migliora la circolazione sanguigna e potenzia le prestazioni atletiche.

Il centro dispone inoltre di **un'area medica con una sezione dedicata alla longevità**, dove l'uso di **Zerobody Dry Float** è combinato con **Molecular Hydrogen Booster** che permette l'inalazione di idrogeno molecolare, un potente antiossidante utile per contrastare l'effetto dannoso dei radicali liberi, favorire il recupero muscolare e migliorare le funzioni cognitive. Il tutto durante un'esperienza di galleggiamento asciutto sopra oltre 400 litri di acqua calda.

Healthfarm by Stilnuovo offre un'esperienza decisamente unica e completa che abbraccia allenamento, recupero e benessere. Una perfetta sinergia che dimostra come un **approccio integrato e tecnologicamente avanzato** possa davvero migliorare la qualità della vita delle persone.



SENIOR VP WELLBEING, STRATEGY
DESIGN & DEVELOPMENT, ACCOR



Emlyn Brown

Brown started his career in the fitness industry with Holmes Place, before moving to the wellness and hospitality sector in 1996.

Over the last 22 years, he has had several leadership roles in the spa and fitness sector worldwide.

He was senior leader at Resense Spas and well-being director at the award-winning GOCO Hospitality.

He held management positions at Six Senses Resorts & Spas. Currently, he is senior vice president of wellbeing, strategy, design, development at Accor.

Brown ha iniziato la sua carriera nell'industria del fitness con Holmes Place prima di entrare nel settore del benessere e dell'ospitalità nel 1996.

In 22 anni ha ricoperto diversi ruoli di leadership in tutto il mondo nel settore delle spa e del fitness.

È stato leader senior presso Resense Spas e direttore del benessere presso la pluripremiata GOCO Hospitality. Ha ricoperto posizioni dirigenziali presso Six Senses Resorts & Spas. Oggi è responsabile dello sviluppo strategico e della strategia di design per il benessere in Accor.

The revival of ancient wellness practice in sauna and cold therapies

“We're witnessing an important revival of the ancient practice of wellness, expressed through saunas and cold therapies, with an important focus on water as a healing tool”.

This is the view of Emlyn Brown, **Senior Vice President** for the strategy, design and development of well-being at **Accor**.

We can believe him.

In his personal opinion, traditional practices connected to the **“sweat culture”** are enjoying a massive global revival, with more countries and **younger generations embracing it in innovative ways**.

Despite cultural differences, the act of sweating remains a universal wellness language. **Heat therapy has transcended borders**, with each culture creating its own version.

Examples include the Ottoman hammam, the Mayan Temescal, the Japanese mushi-buro, and the Russian Banya. **Sauna** is the most

popular and well-known, with its roots in Finnish and Estonian culture, and **has long been valued for its health benefits**. Regular use promotes detoxification, enhances circulation, and aids relaxation. Recent studies link frequent sauna sessions to **improved cardiovascular health, enhanced immune function, and increased longevity**.

Cold therapy also has deep roots, starting from the cold plunges in Nordic and Japanese traditions. Known for their role in sports recovery, **cold plunges reduce inflammation, improve circulation, and enhance mood** by releasing endorphins.

This practice stimulates the autonomic nervous system, making it an effective stress resilience tool.

The modern resurgence of sauna and cold plunge circuits reflects a larger trend toward **holistic wellness** and **natural therapies**.

Also according to Emlyn Brown: **“Social media** has amplified this resurgence, with **enthusiasts sharing their experiences** on platforms like Instagram and TikTok, emphasizing both the immediate and long-term benefits. The influence of celebrities

La rinascita dell'antica pratica del benessere nella sauna e nelle terapie del freddo

“Stiamo assistendo a un'importante rinascita dell'antica pratica del benessere, che trova espressione nelle saune e nelle terapie del freddo, con un focus fondamentale sull'uso dell'acqua come strumento di guarigione”.

È quanto sostiene **Emlyn Brown, Vicepresidente Senior di Accor** per la strategia, la progettazione e lo sviluppo del benessere. E c'è da credergli. Dal suo personale punto di vista, pratiche tradizionali, legate alla **“cultura del sudore”**, stanno vivendo una massiccia rinascita a livello globale, con un numero sempre maggiore di Paesi e di giovani che le abbracciano in modo innovativo. Al di là delle differenze culturali, l'atto di sudare rimane un linguaggio universale per il benessere.



has further popularized these practices, making “sweat culture” an **essential part of contemporary wellness routines**.

This trend symbolizes a shift in wellness **from a “me” approach to a communal “we” experience**. Saunas, democratic and affordable, offer **a place for relaxation and socialization, making them increasingly appealing to Millennials and Gen Z**, who seek healthier alternatives to traditional social spaces. The cold plunge adds a **physical challenge that appeals to social media culture**, providing great visibility. For spa and hotel operators, this evolution in wellness signals **a significant opportunity**. Saunas are now coming to the forefront as the amount of facilities that want to include them in their services surges. **Many urban boutique studios now offer dedicated heat and cold circuits**, meeting the needs of city dwellers looking for convenient wellness solutions.”

Emlyn Brown, who is witnessing this shift, tells us about

how luxury hotels are also embracing this new vocation. Fairmont Hotels & Resorts, for example, is leading the way with saunas and steam baths.

At Fairmont Chateau Lake Louise, an eco-friendly thermal spa is set to open, while **Fairmont Hanoi** will feature a private members' day spa with traditional Asian bathing rituals. The upcoming wellness club at **Fairmont the Mere in Manchester** will incorporate contrast bathing as part of its “longevity” focus set to launch in 2026. Integrating sauna and cold plunge circuits into spa offerings presents a unique opportunity to democratize **wellness, making it accessible, social, and profitable**. By placing the sauna at the centre, complemented with a cold plunge and spaces to socialize, spa and wellness facilities can create a **wellness destination that merges ancient wisdom with modern appeal**.

This 21st-century adaptation of time-tested traditions offers not only a **unique experience for consumers** but also a **commercial edge for the hospitality industry**.



La terapia del calore non ha confini e ogni cultura ne ha dato la propria interpretazione. Sono un esempio l'hammam ottomano, il temescal maya, il mushi-buro giapponese e la banya russa. **La sauna**, la più popolare e conosciuta, con le sue radici nella cultura finlandese ed estone, **è apprezzata da sempre per i suoi benefici sulla salute**. L'uso regolare promuove la disintossicazione, migliora la circolazione e favorisce il rilassamento. Studi recenti evidenziano un legame

tra l'uso frequente della sauna e il **miglioramento della salute cardiovascolare, l'aumento delle funzioni immunitarie e una maggiore longevità**. Anche **la terapia del freddo ha radici profonde**, a partire dalle immersioni gelate delle tradizioni nordiche e giapponesi. Conosciuti per il loro ruolo nel recupero sportivo, **i tuffi in acqua fredda riducono l'infiammazione, favoriscono la circolazione e migliorano l'umore** grazie al rilascio di endorfine. Questa pratica stimola

il sistema nervoso autonomo ed è un efficace strumento di resistenza allo stress. L'attuale rinascita dei percorsi che includono sauna e immersione in acqua fredda riflette una tendenza più ampia verso il **benessere olistico** e le **terapie naturali**. Sempre secondo Emlyn Brown: **“i social media hanno amplificato la portata del fenomeno, grazie agli appassionati che condividono le loro esperienze su piattaforme come Instagram e TikTok, sottolineando i benefici immediati e a lungo termine. L'influenza delle celebrità ha reso ancora più popolari queste pratiche, facendo della “cultura del sudore” una parte essenziale delle routine di benessere contemporanee**. Questa tendenza evidenzia uno spostamento **da un approccio al benessere basato sull'io a un'esperienza comunitaria fondata sul noi**. Le saune, democratiche e accessibili, offrono **aree di relax e socializzazione sempre più attraenti per i Millennials e la Generazione Z**, che cercano alternative più salutari agli spazi sociali tradizionali. Il tuffo in acqua fredda aggiunge una **sfida fisica che si rivolge alla cultura dei social media**, fornendo grande visibilità. Per i gestori di spa e hotel, questa evoluzione del benessere rappresenta **un'opportunità significativa**. Le saune stanno tornando alla ribalta grazie al crescente numero di strutture che desiderano integrarle tra i loro servizi. Molti **boutique hotel urbani offrono percorsi dedicati al caldo e al freddo**, rispondendo alle esigenze degli abitanti delle città che cercano soluzioni di benessere convenienti”.

Emlyn Brown, testimone del cambiamento, ci racconta come anche gli hotel di lusso stiano abbracciando questa nuova vocazione. **Fairmont Hotels & Resorts**, ad esempio, è all'avanguardia per quanto riguarda le saune e i bagni. Al **Fairmont Chateau Lake Louise** è prevista l'apertura di una spa termale ecologica, mentre al **Fairmont Hanoi** ci sarà una day spa privata per i soci con rituali di bagno tradizionali asiatici. Il prossimo club benessere del **Fairmont the Mere di Manchester** incorporerà bagni di contrasto come parte del suo obiettivo di "longevità", lancio previsto per il

2026. L'integrazione dei percorsi di sauna con la terapia del freddo nell'offerta delle spa rappresenta una grande opportunità per rendere il **benessere più democratico, accessibile e redditizio**. Con la sauna al centro, integrata da immersioni in acqua fredda e da spazi di socializzazione, le strutture termali e i centri benessere possono dar vita a una **destinazione wellness che fonde la saggezza antica con il fascino moderno**. Queste tradizioni consolidate nel tempo, adattate al XXI secolo, offrono **un'esperienza unica per gli ospiti** e **un vantaggio commerciale per le strutture ricettive**.



Swissotel Tbilisi, Tbilisi, Georgia. Swissotel Tbilisi, Tbilisi, Georgia.

Fairmont Riyadh Hotel,
Riyad, Saudi Arabia.
Fairmont Riyadh Hotel,
Riyad, Arabia Saudita.



ITAS MUTUA

THE IDEA OF WELL-BEING IN THE ITALIAN OLDEST INSURANCE COMPANY

*L'IDEA DI WELLBEING NELLA PIÙ ANTICA
COMPAGNIA ASSICURATIVA ITALIANA*

*“Be well
to work well”*

has been the goal of **ITAS Mutua** since 1821, the year in which it was founded, in the area that used to be Austrian Tyrol, to face the fires that were ravaging local towns and communities, jeopardising people's safety and the sustainability of the then economic model as a whole.

*“Star bene per
lavorare bene”*

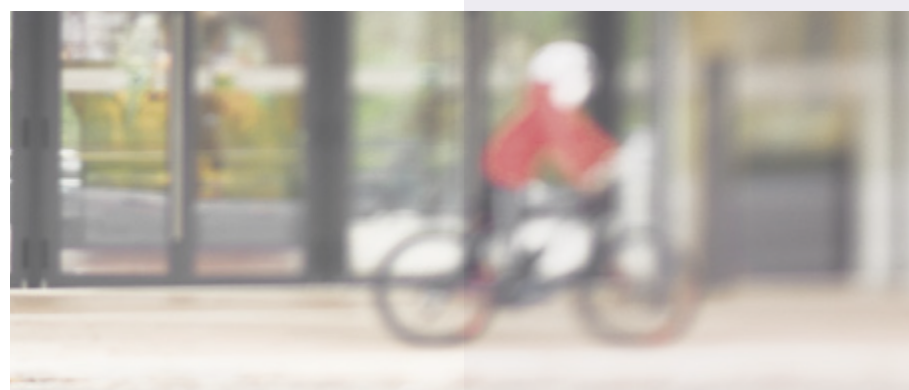
è l'obiettivo che persegue **ITAS Mutua** fin dal 1821, anno in cui è stata fondata nell'allora Tirolo austriaco, per far fronte agli incendi che devastavano paesi e comunità locali, mettendo a rischio la sicurezza delle persone e la sostenibilità dell'intero modello economico dell'epoca.



The interiors of ITAS Mutua headquarters. Gli interni della sede di ITAS Mutua.



The headquarters of ITAS Mutua in Le Albere district in Trento.
La sede di ITAS Mutua nel quartiere Le Albere a Trento.



It's been 200 years and a lot has changed since then, but something has stayed the same: **ITAS mutual insurance system**, which continues to operate with its 900,000 insured partners. Every partner, when they sign up for an insurance policy, becomes “owner” of the Mutua by all intents and purposes, thus contributing directly to its development. This happens through the representatives, who gather every year in the general assembly to establish the strategic choices of the company.

In this way, ITAS puts its partners – and so, people – at the core of their mission, with the main goal of protecting and favouring their well-being. But its commitment doesn't end there: as established by the its bylaw, the Company addresses also the communities where its partners live and work, contributing to the protection of the “common good” as recognised and defended by the Constitution.

The **kind of well-being** promoted by ITAS Mutua is intended in its broader meaning, inclusive of the achievement of the **balance between health, relationships, opportunities and a sense of self-fulfilment**. Not just the mere lack of diseases or physical impairment: it is also about **feeling happy**, having **fulfilling human and social relationships**, and also **financial and professional well-being**, so as to enjoy good **quality of life**.

ITAS Mutua fully recognises the value of well-being in people's social growth and commits to protect it with perseverance and dedication. Alessandro Molinari, CEO and General Director, explains:

«As insurance brokers, we are completely aware of the importance of well-being in people's life. It is for this reason that, as a company, we have always ensured stability, safety and protection towards all of our insured partners and their reference communities».

This commitment results, first of all, in excellent insurance solutions,

designed to meet specific requirements.

These include accident and health policies such as “Per me domani” (“For me tomorrow”), which provides financial support for care expenses in the event of loss of self-sufficiency. In addition, products dedicated to the protection of families and life in general, as well as specific products for savings protection, are also available to the partners. Lastly, the company offers policies designed to ensure an unconcerned future once you retire, like Plurifonds open pension fund, one of the first Italian pension funds, which allows you to build a complementary welfare project over time.



The entrance of the headquarters of ITAS Mutua.
L'ingresso della sede ITAS Mutua.



A moment of exchange at a business convention.
Un momento di scambio durante una convention aziendale.

Sono trascorsi 200 anni, da allora molte cose sono cambiate, tranne una: la **forma mutualistica di ITAS**, che continua a operare contando sulla libera associazione dei suoi 900.000 soci assicurati. Ogni socio, sottoscrivendo una polizza, diventa a tutti gli effetti “proprietario” della Mutua, contribuendo direttamente al suo sviluppo. Questo avviene attraverso i delegati, che si riuniscono ogni anno nell'assemblea generale per guidare le scelte strategiche della Compagnia.

In questo modo, ITAS pone i soci assicurati – e quindi le persone – al centro della propria missione, con l'obiettivo primario di proteggerne e promuoverne il benessere. Ma il suo impegno non si ferma

qui: come stabilito dallo Statuto, la Compagnia si rivolge anche alle comunità in cui vivono e operano i suoi soci, contribuendo alla salvaguardia di quel “bene comune” riconosciuto e tutelato anche dalla Costituzione.

Il **“benessere” o “wellbeing”** di cui si fa portavoce ITAS Mutua è quello inteso nella sua accezione più ampia, che comprende il raggiungimento di un **equilibrio tra salute, relazioni, opportunità e senso di soddisfazione**. Non solo assenza di malattia o di difficoltà fisiche, ma anche **sentirsi emotivamente felici**, avere relazioni umane e sociali soddisfacenti, fino ad arrivare al **benessere economico e lavorativo** e a poter godere di una **qualità di vita appagante**.

ITAS Mutua riconosce pienamente il valore del benessere nella crescita sociale delle persone e si impegna a tutelarlo con costanza e dedizione. Come afferma Alessandro Molinari, amministratore delegato e direttore generale:

«Come assicuratori siamo ben consapevoli dell'importanza del wellbeing per la vita delle persone e proprio per questo, come Mutua, da sempre garantiamo stabilità, sicurezza e protezione a tutti i nostri soci assicurati e alle loro comunità di riferimento».

The commitment of ITAS in this regard goes beyond insurance offers and also focuses on **work and people management**, with a special attention to sustainability. All the initiatives aimed to support employees' well-being, developed to **favour work-life balance**, are an example of this. Flexitime, smart working, company childcare are all elements that convey to the people who work at ITAS all the attention that the company has for them. **Welfare and health** allowances are as important and very appreciated by the employees.

An insurance company, especially a mutual one, can do its part within a **“holistic” kind of vision of the concept of well-being** too – and not just by ensuring stability, safety and protection – to the people who rely on it, but also by creating a welcoming and exciting workplace for the people who work for it, with the main aim to create trust and well-being.

Alessandro Molinari's Biography

Alessandro Molinari was born in Trento in 1970, and graduated in Economics at the University of Trento with a dissertation on “claims reserve at ultimate cost”. Married and father of two, he has worked for ITAS since 1992. He became an executive in 2010 with different roles in the domain of finance and budget. Already the chair of the Board of Auditors of the LTC Fondo Unico Nazionale (National Single Fund), in recent years he has also gained experience as a lecturer at the University of Trento. Today, he is the CEO and General Director of the parent company ITAS mutual insurance company. He is also a member of ANIA's Standing Committee on Economy and Finance.



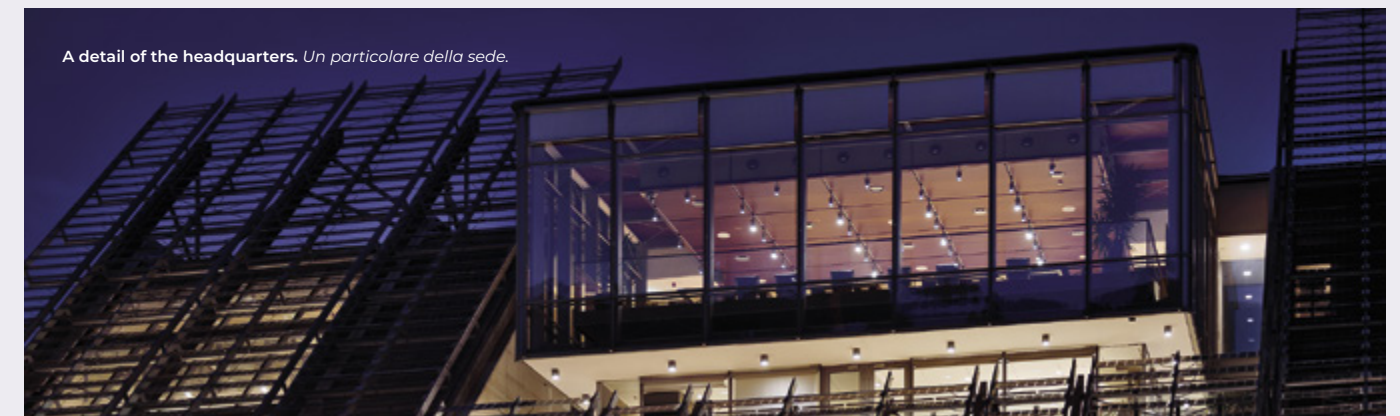
*Questo impegno si traduce innanzitutto nell'eccellenza delle soluzioni assicurative offerte, pensate per rispondere a esigenze specifiche. Tra queste, le polizze contro infortuni e malattie come la “Per me domani” che garantisce sostegno finanziario per le spese assistenziali in caso di perdita dell'autosufficienza. A disposizione dei soci anche prodotti **dedicati alla tutela della famiglia e della vita in generale**, oltre che specifici prodotti per la **tutela del risparmio**. Non mancano infine le polizze nate per **garantire un futuro più sereno** una volta terminata l'attività lavorativa, come il Fondo Pensione Aperto Plurifonds, tra i primi fondi pensionistici italiani, che consente di costruire nel tempo un progetto di previdenza complementare.*

*Ma l'attenzione di ITAS a queste tematiche va oltre le offerte assicurative e pone lo sguardo anche sul modo di **gestire il lavoro e i propri collaboratori** che ha come*

focus la sostenibilità.

Ne sono un esempio tutte quelle iniziative mirate a sostenere il benessere dei propri dipendenti, nate per favorire la conciliazione dei tempi lavoro-vita privata: flessibilità oraria, smart working, asilo aziendale, tutti elementi che trasmettono a chi lavora in ITAS la grande attenzione che l'azienda ripone in loro. Importantissimi anche i contributi economici in ambito welfare e salute, benefit molto apprezzati da tutta la popolazione aziendale.

*All'interno di una **visione “olistica” del concetto del wellbeing**, anche una Compagnia assicurativa, in particolare una Mutua, può dunque fare la sua parte, garantendo non solo stabilità, sicurezza e protezione alle persone che a lei si affidano, ma anche un luogo di lavoro accogliente e stimolante a tutti coloro che operano per suo conto, con il principale obiettivo di creare fiducia e benessere.*



Biografia di Alessandro Molinari

Alessandro Molinari nasce a Trento nel 1970, si laurea in Economia presso l'Università degli Studi di Trento con una tesi di ricerca sulle “riserve sinistri a costo ultimo”. Sposato con due figli, è in ITAS dal 1992 e diventa dirigente dal 2010 ricoprendo diversi ruoli nel settore finanza e bilancio. Già presidente del Collegio Sindacale Fondo Unico Nazionale LTC, negli ultimi anni matura anche un'esperienza come docente presso l'Università di Trento. Oggi è amministratore delegato e direttore generale della Capogruppo ITAS Mutua. È inoltre componente della Commissione Permanente Economia e Finanza dell'ANIA.

**FELICETTI
AND THE
PASTA
CRAFT
THAT
HONOURS
WELLNESS
AND
TRADITION**

**FELICETTI
E L'ARTE
DELLA PASTA
CHE CELEBRA
BENESSERE
E TRADIZIONE**

ATTENTION AND CARE

are the closest words to the idea of wellness underlying the vision of the **Felicetti Pasta Factory**. The former refers to the **constant search for quality**, an endless adventure characterising the company and shaping its work since its very beginning. The latter is about the sense of responsibility and commitment for **the safeguard of the raw materials and their territory** – the Dolomites, UNESCO Heritage and irreplaceable ingredient of an unmatched product. Originated in the **Fiemme Valley**, Felicetti pasta is an example of a highly-technological artisan concept of excellence. It is especially appreciated by chefs because it is **always original and sustainable**. The company doesn't give up on organic farming, amounting to over a third of the entire production and featuring an Italian production chain that uses land and resources responsibly. Inside the two production plants – the original one in **Predazzo** and the new building in **Molina di Fiemme**, the company exclusively uses **national durum wheat semolina** (with the only exception of the Kamut® wheat, from Canadian organic farming). This is done so as to directly supervise quality and territory protection, two aspects that have characterised the history



View of the new establishment of the Felicetti Pasta Factory in Molina di Fiemme.

Vista dal nuovo stabilimento del Pastificio Felicetti a Molina di Fiemme.

of the Felicetti Pasta Factory for over a century. A special production that has crossed generations and continents, without ever leaving the Valley. And if mountains and extreme climate are today popular and appreciated ingredients by **gourmet chefs worldwide**, it wasn't the case in the early 20th century, when **Valentino Felicetti** realised that **spring water** and **high altitude air**

could lend durum wheat pasta a **distinctive taste**. An entrepreneurial experiment that resulted in a dynasty – today at its 5th generation – of **pasta makers on the Dolomites**, and continuous production research that led to a new consumer trend: that of **mountain pasta**.

To this day, Felicetti is the **only pasta factory in Europe located over 1,000 metres above sea level**.

*biologica - pari a oltre un terzo dell'intera produzione - è un metodo di lavoro irrinunciabile, condiviso con una filiera italiana che pratica l'uso responsabile di terreni e risorse. Nei due stabilimenti produttivi - quello storico di **Predazzo** e il nuovo di **Molina di Fiemme** - l'azienda utilizza esclusivamente **semole di provenienza nazionale** (con la sola eccezione del grano a marchio Kamut®, da agricoltura biologica di origine canadese), così da presidiare direttamente la qualità e la tutela del territorio, due istanze che accompagnano la storia del Pastificio Felicetti da oltre cento anni. Una produzione speciale che ha attraversato le generazioni e i continenti, senza mai lasciare la Valle. E se la montagna e i climi estremi sono oggi ingredienti ricercati e apprezzati dai **gourmet di tutto il mondo**, non era lo stesso nei primi anni del Novecento, quando **Valentino Felicetti** intuì che **l'acqua di sorgente e l'aria d'alta quota** potessero conferire alla pasta di grano duro un **sapore distintivo**. Un esperimento imprenditoriale da cui è nata una dinastia di **pastai tra le Dolomiti** - arrivata oggi alla quinta generazione - e un percorso produttivo di ricerca che ha dato vita a un nuovo trend di consumo, quello delle **paste di montagna**.*

Ancora oggi Felicetti è **l'unico Pastificio in Europa situato sopra i 1.000 metri di altitudine**.

ATTENZIONE E CURA

*sono le parole più vicine all'idea di benessere su cui si fonda la visione del **Pastificio Felicetti**. La prima è rivolta alla **ricerca costante della qualità**, un'avventura senza fine che caratterizza l'azienda sin dalla nascita e dà forma alla sua opera. La seconda racconta la responsabilità e l'impegno per **la tutela delle materie prime e del territorio, le Dolomiti**, patrimonio Unesco e ingrediente insostituibile di un prodotto che non ha eguali. Nata in **Val di Fiemme**, la pasta Felicetti è un'eccellenza di concezione artigianale ad elevato contenuto tecnologico ed è particolarmente apprezzata dagli chef perché **mai convenzionale e sempre sostenibile**. L'agricoltura*

THE RECIPE OF A GREAT CREATOR TO BRING WELLNESS AND HIGH- ALTITUDE FRAGRANCE TO THE TABLE

Among the specialities, we can find **monovarietal pasta**, merged into the Monograno line: only organic semolina of the same origin, grown on limited territories which ensure sensibly better quality, that is more and more appreciated in kitchens all over the world. And even in the one at restaurant Atelier Moessmer in Bruneck, of chef **Norbert Niederkofler**, with his three Michelin stars, who proposes this recipe.

FUSILLONI PASTA, CHANTERELLES AND TOMATO POWDER

Ingredients for 4 people

320 GR OF FELICETTI FUSILLONI MONOGRANO MATT
200 GR OF FRESH CHERRY TOMATOES
20 GR OF BROWN SUGAR
100 GR OF CHANTERELLES
1 SHALLOT
1 UNPEELED GARLIC CLOVE
1 LAUREL LEAF
OIL AND SALT

Broth

Wash and chop celery, carrot and onion; slightly brown them in a saucepan with a drizzle of olive oil; pour a dash of apple cider vinegar and let it evaporate; add the chanterelles and water and simmer for about half an hour until you obtain an intense mushroom aroma. Then strain the broth to reduce it and make its taste more intense. Add the butter and whip with an immersion blender until you obtain a fluffy mousse.

Tomato powder

Chop the tomatoes and arrange them on a tray; add a drizzle of oil, sugar and salt; cook in the oven at 110°C for 50 minutes; then dehydrate at 70°C for about 5 hours. When the tomatoes are dry,

FOR THE MUSHROOM BROTH:

150 GR OF CHANTERELLES
3 CARROTS
1 ONION
HALF A CELERY RIB
DILL STEMS
FRESH INFUSION HERBS
180 GR OF BUTTER
APPLE CIDER VINEGAR
WATER

mix in a blender at maximum speed until you obtain a powder, then sift.

Pasta and sauce

Pour a drizzle of olive oil in a saucepan; add garlic, half a shallot, a stem of lemon balm or verbena for the aroma, and dill stems; brown the ingredients, remove the herbs and add the mushrooms on high heat. Add salt and sauté; add a dab of butter and some broth; add the past already cooked in water and cream with Trentingrana cheese.

Plate

Arrange the fusilloni with some chanterelles; season with a drizzle of oil and salt; sprinkle the tomato powder and add the mushroom mousse.

WELLNESS TRENDS & CULTURE

LA RICETTA DI UN GRANDE AUTORE PER PORTARE A TAVOLA IL BENESSERE E IL PROFUMO D'ALTA QUOTA

Tra le specialità troviamo le **paste monovarietal**, confluite nella linea Monograno: solo semole biologiche monorigine, coltivate su terreni circoscritti che garantiscono una qualità superiore percepibile

al palato, sempre più amata nelle cucine laboratorio di tutto il mondo. Come quella di **Norbert Niederkofler**, tre stelle Michelin, con il ristorante Atelier Moessmer di Brunico, che suggerisce questa preparazione.

FUSILLONI, FINFERLI E POLVERE DI POMODORO

Ingredienti per 4 persone

320 G DI FUSILLONI
MATT MONOGRANO FELICETTI
200 G DI POMODORINI FRESCHI
20 G ZUCCHERO DI CANNA
100 G DI FINFERLI
1 SCALOGNO
1 AGLIO IN CAMICIA
1 FOGLIA DI ALLORO
OLIO E SALE

PER IL BRODO DI FUNGHI:

150 G DI FINFERLI
3 CAROTE
1 AGLIO
MEZZA COSTA DI SEDANO
GAMBI DI ANETO
ERBETTE FRESCHE DA INFUSIONE
180 G DI BURRO
ACETO DI MELE
ACQUA

Il brodo

Lavare e tagliare sedano, carota e cipolla, farli dorare leggermente in pentola con un filo d'olio, sfumare con un goccio di aceto di mele, aggiungere i funghi e l'acqua e far sobbollire per circa 1 ora e mezza fino ad ottenere un profumo intenso di funghi. Successivamente filtrare e far restringere il brodo per concentrare il suo sapore. Aggiungere il burro e montare con frullatore ed immersione fino ad ottenere una consistenza ariosa; correggere di sale e acidità.

La polvere di pomodoro

Tagliare i pomodori, disporli in una teglia e aggiungere un filo d'olio, zucchero e sale, cucinare in forno a 110°C per 50 minuti poi disidratare a 70°C per circa 5 ore. Quando i pomodori saranno secchi, frullare in frullatore a bicchiere alla massima velocità fino ad ottenere una polvere, e poi setacciare.

La pasta e la salsa

Mettere in una padella un filo d'olio, aglio, mezzo scalogno e un rametto di melissa o verbena a profumare e dei rami di aneto, far rosolare, togliere i profumi e a fiamma alta aggiungere i funghi. Salare e far saltare, aggiungere una noce di burro e del brodo, aggiungere la pasta già cotta in acqua, mantecare con Trentingrana.

Al piatto

Disporre i fusilloni, alcuni finferli conditi con un filo d'olio e sale, spolverare con la polvere di pomodoro, e aggiungere la schiuma di funghi.

Fusillone Monograno Matt, chanterelles and tomato powder by Chef Norbert Niederkofler. Fusillone Monograno Matt, finferli e polvere di pomodoro dello Chef Norbert Niederkofler.

AUFGUSS

Tradition and innovation to the beat
with the new rituals by Nicola Gozio

*Tradizione e innovazione a ritmo di musica
con i nuovi rituali di Nicola Gozio*



Gozio during the Aufguss Ritual
"Show Techniques".
Gozio durante il Rituale Aufguss
"Tecniche show".

The Aufguss, a German term meaning “steam release”,

is a ritual taking place inside the sauna and performed by the **Aufgussmeister** – that is, a *sauna master*. **Originating in Finland under the name of Löyly**, it aims to quickly renew the air inside of saunas by waving a towel near an oven with hot stones after damping it with cold water.

At first, the movements were only functional. Over the years, they have become more and more complex, making the Aufguss **an actual ceremony**.

During the ritual, the Aufgussmeister traditionally places **ice balls scented with aromatic fragrances** on the hot stones of the oven, producing an intense steam jet. The sauna master then increases the heat with the towel, waved with **skilful movements**, and directs it to the people inside the sauna. In this way, thanks to greater perspiration and vasodilation of the peripheral blood vessels, it is easier to eliminate toxins and obtain **both mental and physical benefits**.

The ritual generally includes **three cycles of water pouring and towel waving**, for a total duration

of 7-12 minutes.

At the end of the Aufguss, it is crucial to **apply cold water on the body**, starting from hands and feet and up to the chest at heart level. Lastly, it is fundamental to recover the lost fluids with water, tea or herbal tea.



L'Aufguss, dal tedesco gettata di vapore,

è un rituale che si svolge all'interno della sauna ad opera di un maestro chiamato **Aufgussmeister** o maestro di sauna.

Nasce in Finlandia con il nome di Löyly con lo scopo di rigenerare

velocemente l'aria all'interno delle saune, sventolando un asciugamano nelle vicinanze della stufa con le pietre calde dopo averlo bagnato con l'acqua fredda. I movimenti, in un primo tempo esclusivamente funzionali, negli anni divengono sempre più elaborati, rendendo l'Aufguss **un vero e proprio cerimoniale**.

La ritualità prevede che l'Aufgussmeister distribuisca delle **sfere di ghiaccio infuse con essenze aromatiche** sulle pietre roventi della stufa generando un intenso **getto di vapore**.

Il maestro di sauna aumenta quindi lo stimolo termico con colpi di asciugamano guidati da **movimenti sapienti** e indirizza il calore verso le persone. In questo modo, grazie a una maggiore sudorazione e alla dilatazione dei vasi sanguigni periferici, si riescono ad espellere più facilmente le tossine, ottenendo **benefici sia a livello fisico che psichico**. Il rito prevede generalmente **tre cicli di versamento dell'acqua e ventilazione** per un totale di 7- 12 minuti.

Non appena giunge al termine, è molto importante **bagnare il corpo con acqua fredda** cominciando dalle mani e dai piedi e proseguendo fino al cuore. Infine, un passaggio fondamentale è reintegrare i liquidi con acqua, tè o tisane.

The ice ball soaked with essential oils can be used to enhance the benefits of heat, creating a multi-sensory experience.

La sfera di ghiaccio intrisa di oli essenziali può essere utilizzata per amplificare i benefici del calore creando un'esperienza multisensoriale.



1

2



1. The Infrared Sauna of the Sky Spa at Hotel QUELLE Nature SPA Resort. Sauna infrarossi della Sky SPA, Hotel QUELLE Nature SPA Resort.

2. Nicola Gozio and musicologist Giordano Ravaglia. Nicola Gozio e il musicologo Giordano Ravaglia.

3. Nicola Gozio during the award ceremony of the European Health & SPA Award 2024. Nicola Gozio durante la premiazione degli European Health & SPA Award 2024.

Originally, the Aufguss ritual was performed in complete **silence**. It is only recently that music and other kinds of accompaniment have been introduced. This is the topic of our interview with **Nicola Gozio** – from Brescia – one of the most appreciated sauna masters on the Italian scene. Graduated in Industrial Economy, he obtained an **MBA master**; today, he is **Wellness Strategy Consultant & Professional Aufgussmeister at Hotel Quelle Nature SPA Resort** in Gsies and works with a lot of businesses connected to the world of Wellness, both in Italy and abroad.

We know that your constant commitment to improve the experience inside the sauna with innovative elements has brought important recognition over the years, including the one of 3D Virtual Reality Experience: not just a treatment, but a real revelation. What is it about?

The awards have made me even more determined to continue in my work and research. On the occasion of the 2024 European Health & Spa Award which took place in Vienna on 27th June, I ranked second as Europe Best Spa Manager,

and first as Italy Best Spa Manager. The treatment 3D Virtual Reality Experience that I designed with musicologist and guitarist Giordano Ravaglia for Hotel Quelle Nature Spa Resort was awarded the fourth place among the Best Spa treatments in Europe. It is based on a combination of traditional relaxation techniques and new technologies to offer a multi-sensory experience. Guests wear headphones and visor and travel to the most beautiful corners of South Tyrol, through an immersive, all-round vision. By combining the heat of the sauna, the sophisticated ventilation techniques of the Aufguss

and the fragrances of the essential oils with the interactive video, you get a treatment that can reach and stimulate all five senses together. It is an adventure, designed with the support of psychologists, doctors, masseurs, music therapists and video directors, that offers authentic emotions at the discovery (or rediscovery) of nature's beauty. I strongly believe that in this way it is possible to achieve a profound connection between mind and body: it is a fulfilling and engaging experience, one that can pave new ways for wellness treatments.

In origine l'Aufguss si svolgeva in religioso **silenzio**. Solo di recente sono state introdotte musiche o altri elementi di accompagnamento. Ne parliamo con **Nicola Gozio**, bresciano, uno degli Aufgussmeister più apprezzati nel panorama italiano. Laureato in Economia industriale, ha conseguito un **master MBA**, oggi è **Wellness Strategy Consultant & Professional Aufgussmeister dell'Hotel Quelle Nature SPA Resort** nella Valle di Casies e collabora con numerose attività legate al mondo wellness sia nazionali che all'estero.

Sappiamo che il suo costante impegno nel migliorare l'esperienza in sauna con elementi innovativi ha portato a significativi riconoscimenti nel corso degli anni, tra cui quello relativo al 3D Virtual Reality Experience, più che un trattamento, un'autentica rivelazione. Di che si tratta?

I premi mi hanno reso ancora più determinato a continuare nel lavoro e nella ricerca. Nell'ambito dell'European Health & SPA Award 2024 che si è tenuto a Vienna lo scorso 27 giugno, ho ottenuto il secondo posto come Miglior Spa Manager

Europeo e il titolo di Miglior Spa Manager Italiano. Il trattamento 3D Virtual Reality Experience che ho ideato con il musicologo e chitarrista Giordano Ravaglia per l'Hotel Quelle Nature Spa Resort si è aggiudicato il quarto posto tra i Migliori trattamenti Spa in Europa. Si basa di un mix di tecniche di rilassamento tradizionali e nuove tecnologie in grado di offrire un'esperienza multisensoriale. Gli ospiti indossano cuffie e visiera, e vengono condotti negli angoli più belli e suggestivi dell'Alto Adige attraverso una visione immersiva a 360 gradi. Combinando il calore della sauna, le sofisticate tecniche di ventilazione proprie dell'Aufguss, le profumazioni degli oli essenziali con il video interattivo si ottiene un trattamento in grado di raggiungere e stimolare tutti i sensi. È un'avventura che regala autentiche emozioni alla scoperta (e riscoperta) della bellezza della natura, ideata con l'aiuto di psicologi, medici, massaggiatori, musicoterapeuti e registi video. Credo fortemente che in questo modo si possa raggiungere una connessione più profonda tra mente e corpo, è un'esperienza appagante e coinvolgente, un percorso che può aprire nuove strade anche ai trattamenti benessere.



3

It seems that music has a paramount role: “Music 3D experience” brought holophonics to the sauna as early as 2022. Can you tell us more about it?

Holophony is a sound recording and playing technique whereby a sound is reproduced similarly to how the human auditory

system perceives it: the result is a sound immersion identical to the real one. When listening through headphones, sounds seem to come from outside as if listening to a live scene.

In this way, all the sound messages and sensations are perceived intensely by the listener, who is engaged – fascinated, even. During this special Aufguss ritual, the guests in the sauna lie down, wear comfortable, enveloping headphones and,

through the sound reconstruction of a mountain hike, they are guided through Gsies – where Hotel Quelle is – walking through green meadows, pastures, woods, streams and rocky paths, in an ongoing crescendo up to the climb among the glaciers on the mountain highest tops. Thanks to the over 800 3D-sounds designed and managed by Giordano Ravaglia, the treatment offers a complete sensory experience.



Let's be honest: you are a Wellness rockstar. Since 2020, it's possible to watch a truly unique sauna show with your “Aufguss show Rock Party LIVE”.

It's a project that I really care about. I worked for three years to bring a real rock concert into the sauna.

To turn it into reality, I needed special lights, a 2000-Watt sound system to connect the instruments and a fog machine.

The “Aufguss show Rock Party LIVE” enabled me to enhance the sauna session with a complete experience for the wellness of not just body and mind, but also of the soul. Music reaches deep, stimulates the senses, gives us real emotions: when the guests of the Spa start gathering inside

the sauna, I feel a responsibility to offer the best psycho-physical experience to all of them. I perform my dance with the towel, while Giordano Ravaglia, playing the electric guitar, enters the sauna in the last part of the show. And it is always a true emotion, both for us and the guests.

Aufguss experience on 3D Virtual Reality Experience.
Esperienza Aufguss in realtà virtuale “3D Virtual Reality Experience”.

Ci sembra che la musica abbia un ruolo importantissimo, già nel 2022 con l'Aufguss “Music 3D Experience” ha portato l'olofonia nelle saune. Ce ne può parlare?

L'olofonia è una tecnica di registrazione e riproduzione sonora che permette di riprodurre un suono in modo simile a come viene percepito dall'apparato uditivo umano, il risultato è un'immersione uditiva identica a quella reale. Durante l'ascolto in cuffia, i suoni sembrano provenire dall'esterno come se si ascoltasse la scena dal vivo. In questo modo, vengono percepiti in modo più intenso tutti i messaggi e le sensazioni uditive trasmessi e l'ascoltatore è coinvolto, a tratti rapito. Gli ospiti in sauna, durante questo speciale Aufguss, sono sdraiati, indossano cuffie comode ed avvolgenti e, attraverso la ricostruzione sonora di una camminata in montagna, vengono guidati lungo la Valle di Casies in cui l'Hotel Quelle si trova, passando tra verdi prati, pascoli, boschi, ruscelli e sentieri rocciosi in un crescendo continuo fino alla scalata tra i ghiacciai delle vette più alte. Mediante più di 800 suoni 3D ideati e gestiti da Giordano Ravaglia, il trattamento offre un'esperienza sensoriale completa.



A moment of the Aufguss Show Rock Part LIVE.
Un momento dell'Aufguss show Rock Party LIVE.



Diciamolo, lei è una rockstar del benessere. Dal 2020 nella sua sauna con l'“Aufguss show Rock Party LIVE” si può assistere a uno spettacolo davvero unico.

È un progetto che mi sta davvero a cuore, ho lavorato tre anni per portare un vero concerto rock in sauna. Per farlo, servivano luci particolari, un impianto audio da 2000 Watt al quale collegare gli strumenti e la macchina per il fumo. L'“Aufguss show Rock Party LIVE” mi ha permesso di arricchire l'esperienza in sauna con un percorso completo per il benessere, non solo del corpo e della mente, ma anche dell'anima. La musica arriva in profondità, stimola i sensi, ci fa vivere le emozioni reali e quando gli ospiti della Spa cominciano a riempire la sauna, sento la responsabilità di dover garantire a tutti la migliore soddisfazione psico-fisica. Io mi esibisco nella mia danza con il telo, Giordano Ravaglia, alla chitarra elettrica, entra in sauna nell'ultima parte dello show. Ed è sempre un'emozione, per gli ospiti e per noi.

LET'S HEAR IT FROM THE EXPERT
LA PAROLA ALL'ESPERTO

DIRECTOR, SPORT
MEDICINE AND
RESEARCH AT NBPA
DAN O'BRIEN



DAN O'BRIEN IS THE NBPA'S DIRECTOR OF SPORTS MEDICINE AND RESEARCH WITH A STRONG BACKGROUND IN ATHLETIC TRAINING AND LEADERSHIP. HE HOLDS NUMEROUS DEGREES INCLUDING A BACHELOR OF SCIENCE IN ATHLETIC TRAINING FROM DUQUESNE UNIVERSITY AND A MASTER OF SCIENCE IN EXERCISE PHYSIOLOGY AND NUTRITION FROM LONG ISLAND UNIVERSITY. HE IS CURRENTLY PURSUING A PHD FROM THE UNIVERSITY OF WISCONSIN-MADISON.

DAN O'BRIEN È DIRETTORE DI MEDICINA SPORTIVA E RICERCA DELLA NBPA CON UNA SOLIDA ESPERIENZA IN ALLENAMENTO ATLETICO E LEADERSHIP. VANTA NUMEROSI TITOLI DI STUDIO TRA CUI UNA LAUREA TRIENNALE IN ALLENAMENTO ATLETICO PRESSO LA DUQUESNE UNIVERSITY E UN MASTER IN FISILOGIA DELL'ESERCIZIO E NUTRIZIONE PRESSO LA LONG ISLAND UNIVERSITY. ATTUALMENTE STA CONSEGUENDO UN DOTTORATO DI RICERCA PRESSO L'UNIVERSITÀ DEL WISCONSIN-MADISON.

The importance of recovery and mental well-being in professional sport

Sport performance requires athletes' constant commitment to maximize the results of every activity. Both physical and mental effort are remarkable: finding a balance between the two is fundamental to prevent overtraining and face difficult moments in the best possible way, maintaining focus at all times. It is in this context that, today, an essential area of intervention has been identified to optimize performance in professional sport: recovery. The quality of the training is crucial, but devoting time and energy to recovery is as important. As a matter of fact, it is fundamental in order to maximize performance and ensure top levels in the medium and long term. We from Starpool have discussed this with Dan O'Brien, Sports Medicine and Research Director at NBPA - **the National Basketball Players Association**, whose players chose to rely on our cutting-edge technologies to maximize recovery within their performance strategies.

Why is recovery, both physical and mental, so crucial for players' performance and longevity in the world of NBPA?

Recovery is key to sustained

performance and career longevity in the NBA. Physically, the demands of a rigorous schedule, including multiple games in a week, intense travel, and high-performance requirements, push players' bodies to their limits. Athletes are at **increased risk of overuse injuries and decreased performance without proper recovery**.

On the mental side, the NBA is a high-pressure environment. They've got the spotlight 24/7, the expectations, and sometimes personal challenges to manage – all of which can wear them down if they don't have time to reset mentally.

Recovery gives players a chance to recharge both physically and mentally, which is why so many players have focused their time, efforts, and significant capital on it.

What's your stance on the relationship between mental health and physical recovery in professional athletes?

I think the two go hand in hand.

Stress and mental fatigue have a direct impact on performance and recovery—things like poor sleep, elevated stress hormones,

L'importanza del recupero e del benessere mentale nello sport professionistico

Le performance sportive richiedono un impegno costante da parte degli atleti per massimizzare i risultati in ogni attività. Lo sforzo fisico è notevole, così come l'impegno mentale: trovare un equilibrio tra i due è fondamentale per scongiurare il rischio di overtraining e affrontare al meglio i momenti di difficoltà, mantenendo sempre il focus. In questo contesto, emerge oggi un'area di intervento essenziale per ottimizzare le prestazioni nello sport professionistico: il recupero. La qualità dell'allenamento è cruciale, ma è altrettanto importante dedicare

tempo ed energie ai momenti di recupero, fondamentali per massimizzare le performance e garantire un alto livello nel medio e lungo periodo. Noi di Starpool ne abbiamo parlato con Dan O'Brien, Sports Medicine and Research Director di NBPA, **la National Basketball Players Association**, i cui giocatori si sono affidati alle nostre tecnologie all'avanguardia, per massimizzare il recupero all'interno delle loro strategie di performance.

Nel mondo dell'NBPA, perché il recupero, sia mentale che fisico, è così cruciale per la performance e la longevità dei giocatori?

Gli elementi che impattano sulla performance di un atleta sono

molteplici e il recupero è fondamentale per **mantenere alte le prestazioni e garantire una lunga carriera**. I corpi dei nostri giocatori sono messi a dura prova da gare e trasferte che si susseguono a ritmi serrati, oltre che da un calendario intenso di allenamenti che include più partite a settimana. Senza un recupero adeguato, gli atleti sono maggiormente a **rischio di infortuni da sovraccarico** e di un calo delle prestazioni.

Anche dal punto di vista mentale, l'NBPA è un ambiente ad alta pressione. I giocatori sono costantemente sotto i riflettori, le aspettative sono sempre elevate, e talvolta devono affrontare vere e proprie sfide personali.



Jaylen Brown, NBPA Vice President, speaks at the 2024 NBPA Sanctuary Performance Summit in Andalusia, Spain. Jaylen Brown, vicepresidente della NBPA, parla al NBPA Sanctuary Performance Summit del 2024 in Andalusia, Spagna.

and even slower muscle repair. On the flip side, physical injuries can take a mental toll, especially when players are dealing with setbacks, uncertainty about their return, feeling removed from the team, or fear of re-injury.

It's really all connected, and when one is impacted, it's only a matter of time before it shows up somewhere else. I like to think of the **nervous system being the connector between the mental and physical** – it receives signals from the body and transmits them to the brain, which then influences emotional responses to those signals. Essentially, disruptions in the nervous system can manifest as both physical and mental emotional responses.

Considering that a tight schedule often limits the time to be devoted to recovery, what are the technologies currently available on the market that are designed to maximize it?

It's tough, especially when you factor in the constraints of an NBA schedule (late games, traveling immediately afterward, etc.). The key is for these **technologies to be**

their demands. Sleep technologies, like smart mattresses, optimize sleep quality through temperature regulation. There's a lot of good tech for muscle recovery, such as percussion massage

regeneration. We have seen players enjoy these types of recovery modalities both at our Facility in NYC and during The Sanctuary Performance Retreat in Spain.



evidence-based and frictionless to make it possible for athletes to recover effectively, even within the limited time they have. Fortunately, athletes and teams have access to the **latest and greatest recovery technologies** tailored to meet

guns and compression sleeves help reduce muscle soreness and accelerate recovery post-game or post-training. Other innovations, like Starpool's **dry floating therapy, are designed to reduce inflammation, improve circulation, and increase cellular**

How important is the role of trainers, coaches and mental health professionals in facilitating players' recovery? What approach do they implement to support them?

While coaches, trainers, and other practitioners



Questi sono tutti fattori che possono logorare l'atleta se non ha il tempo necessario per riposare e rigenerarsi. Il **recupero** offre l'opportunità di **ricaricarsi sia fisicamente che mentalmente**, ed è per questo che molti giocatori dedicano tempo, energie e risorse importanti a questo aspetto.

Come vedi la relazione tra salute mentale e recupero fisico negli atleti professionisti?

Credo che i due aspetti siano **strettamente interconnessi e che si influenzino**

reciprocamente.

Ad esempio, un sonno di scarsa qualità o livelli elevati di ormoni dello stress possono determinare prestazioni non ottimali e, viceversa, una riparazione muscolare più lenta può avere un impatto mentale significativo, come del resto, tutti gli infortuni fisici. Quando i giocatori devono affrontare battute d'arresto e incertezze sul rientro, è molto forte in loro il senso di esclusione dalla squadra e capita che vivano una forte paura di infortunarsi nuovamente. Tutto è collegato: quando un aspetto viene compromesso, è solo questione di tempo prima che emerga anche altrove.

Mi piace pensare al **sistema nervoso come al connettore tra mente e corpo**: riceve segnali dall'organismo e li trasmette al cervello, che a sua volta influenza le risposte emotive a questi segnali. In sostanza, le disfunzioni del sistema nervoso possono manifestarsi sia come risposte fisiche che emotive.

Considerando che i programmi serrati limitano spesso il tempo per il recupero, quali tecnologie attualmente disponibili sul mercato sono progettate per massimizzarlo?

È una sfida, soprattutto se si considerano i vincoli di un calendario NBPA che prevede partite anche in tarda serata e viaggi frequenti. Fortunatamente i nostri giocatori hanno accesso alle **tecnologie di recupero più avanzate**, progettate per soddisfare le loro esigenze, come ad esempio materassi intelligenti che ottimizzano la qualità

RECOVERY AND MENTAL WELL-BEING

play a critical role in facilitating recovery for players, I've noticed that many of our members – and I imagine this applies to athletes across the board – have really taken the initiative when it comes to performance and recovery. Players entering the league today have essentially grown up with **wellness technologies** and understand how tech and data when shared with the right people, can be influential in maximizing their health and performance.

At the end of the day, professional athletes' bodies are their livelihoods and one of their greatest assets.

The **more intentional they are about taking care of their bodies, the better off they are**, not just during their careers but well into life after basketball.

This shift toward ownership of their health and recovery is one of the most promising trends we've seen in player wellness.



del riposo attraverso la regolazione della temperatura, pistole massaggianti e manicotti a compressione che riducono l'indolenzimento muscolare e accelerano il recupero post-partita o post-allenamento. Sono tutte tecnologie che **si basano su evidenze scientifiche** e che permettono agli atleti di **recuperare velocemente**, massimizzando l'efficacia del poco tempo dedicato al riposo.

La più apprezzata tra le innovazioni tecnologiche è la **terapia di galleggiamento asciutto** su **Zerobody Dry Float** di Starpool che, integrata nell'allenamento con programmi di utilizzo specifici, **riduce l'infiammazione, migliora la circolazione, stimola il sistema cardiovascolare e favorisce la rigenerazione cellulare**.

I nostri giocatori hanno sperimentato queste modalità di recupero sia presso la nostra sede a New York, sia durante il **Sanctuary Performance Retreat** in Spagna, con risultati ottimi.

Quanto è importante il ruolo di allenatori, preparatori atletici e professionisti della salute mentale nel facilitare il recupero dei giocatori? Quali approcci adottano per supportarli?

Giocano tutti un ruolo cruciale nel facilitare il recupero.

I giocatori stessi sono sempre più consapevoli di quanto sia importante affidarsi a giusti professionisti per raggiungere e mantenere performance ottimali.

*Gli atleti che entrano oggi in NBPA sono cresciuti in un contesto in cui le **tecnologie per il benessere***

psico-fisico erano già diffuse e quindi sanno quanto possano influire positivamente sulla loro salute e sulle loro prestazioni, se **correttamente utilizzate da mani esperte**.

*Se ci pensiamo bene, il corpo di uno sportivo professionista è il suo mezzo di sostentamento, una delle sue risorse più grandi. Prendersene cura significa, non solo avere una carriera più lunga nel mondo del basket, ma anche una miglior qualità di vita in generale. Fortunatamente i giocatori sono sempre più attenti al proprio benessere psico-fisico: oggi sanno che **il recupero è importante tanto quanto l'allenamento**, che si deve muovere di pari passo con esso e che è necessario affidarsi a professionisti esperti per essere messi nelle condizioni di seguire un programma di allenamento integrato di comprovata efficacia.*

*Exploring our
50 first
years*

Un viaggio
nei nostri primi
50 anni

STARPOOL

STARPOOL

When our company was founded, the notion of **“well-being”** was largely unknown; in **1975** in the Fiemme Valley, hardly anyone talked about it – that is, except for us, and we chose to include it in our articles of association:

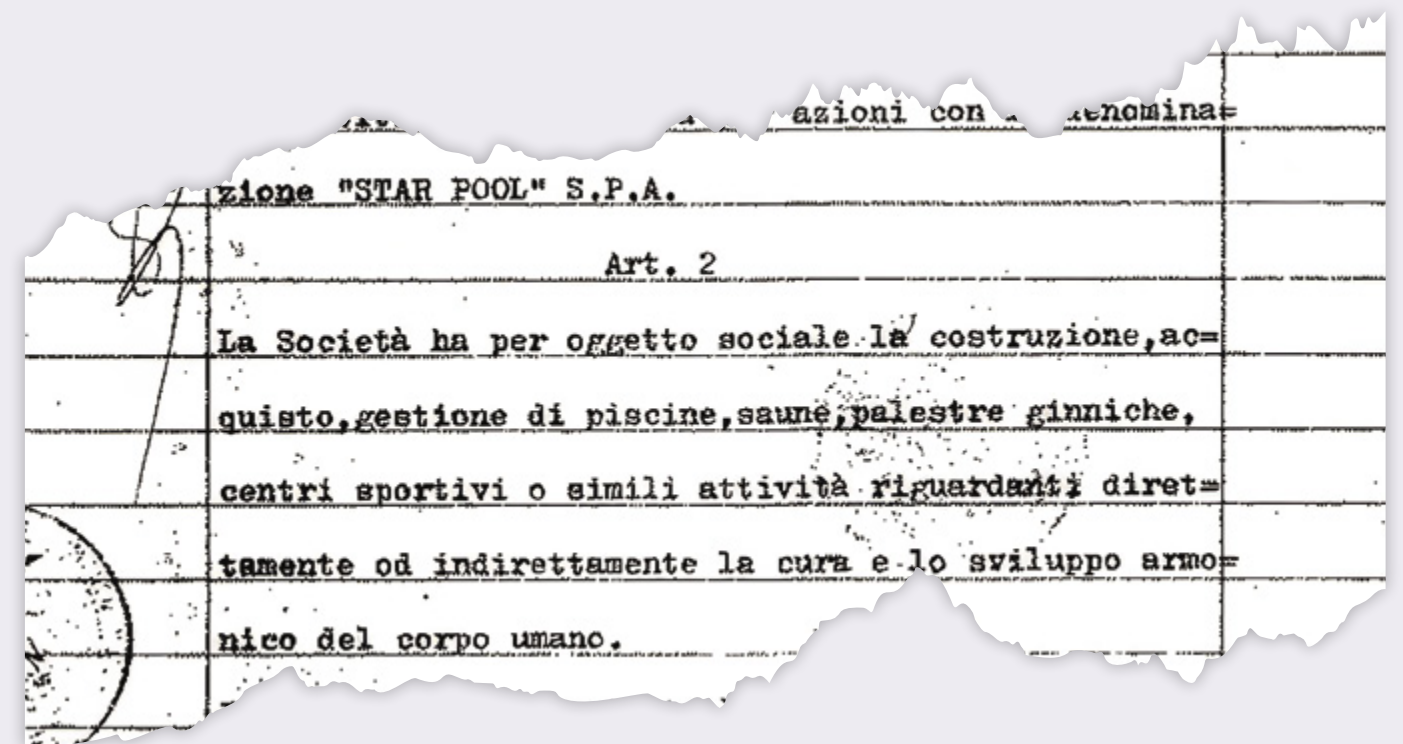
“The Company's purpose is to create, purchase and manage swimming pools, saunas, gyms, sports centres and similar activities that **directly or indirectly** support the **harmonious care and development of the human body**”.

The **sound foresight** of Ardelio Turri, founder of Starpool, has led us to become what we are today: **a company pursuing an innovative wellness concept rooted in ancient traditions**. We have come a long way over the last 50 years. We have evolved whilst always holding true to our vision: to strive to **improve people's quality of life through the harmonious development of body and mind**. We have always endeavoured to fulfil the need to feel good and fit through an offer of excellence, capable of providing authentic well-being. We are also committed to **spreading a proper Wellness culture**, based on technological innovation, scientific research and a passion for design and attention to detail. We carry out this mission daily at **Casa Starpool**, our headquarters in the foothills of the Trentino Dolomites, **with a team that currently counts over 130 people**. Our idea of well-being always revolves **around the individual**, offering real benefits to body and mind. To create our Wellness solutions, we have drawn on the wealth of knowledge and expertise of spa traditions and reinterpreted it from a modern perspective. This heritage is enclosed in a **formula: the alternation between heat, water and rest**, which is today at the heart of every spa project. It is an ever-evolving approach that is reflected in the design and development of **exclusive spaces dedicated to wellness, recovery, preventive care and self-care**.



Siamo nati in un contesto storico in cui il concetto di “benessere” era ancora sconosciuto; nel 1975 in Val di Fiemme nessuno ne parlava, tranne noi, che abbiamo scelto di fissarlo nel nostro statuto sociale:

“La società ha per oggetto sociale la costruzione, acquisto, gestione di piscine, saune, palestre ginniche, centri sportivi o simili attività riguardanti **direttamente od indirettamente la cura e lo sviluppo armonico del corpo umano**”.



Una **sana lungimiranza** quella di Ardelio Turri, fondatore di Starpool, che ci ha portato a essere quello che siamo oggi: **interpreti di una concezione innovativa di benessere che affonda le sue radici nelle antiche tradizioni**. In 50 anni di strada ne abbiamo fatta tanta, ci siamo evoluti, ma abbiamo sempre tenuto fede alla nostra vision: lavorare per **migliorare la qualità di vita delle persone attraverso lo sviluppo armonico del corpo e della mente**. Da sempre intendiamo soddisfare il desiderio di sentirsi bene e in forma con proposte di eccellenza, capaci di offrire autentico benessere e ci impegniamo a **diffondere una vera e propria cultura del Wellness**, fondata **sull'innovazione tecnologica, sulla ricerca scientifica e sulla passione per il design**

e per la cura sartoriale dei dettagli. Una missione che portiamo avanti quotidianamente da **Casa Starpool**, il nostro quartier generale ai piedi delle Dolomiti Trentine, **con una squadra che oggi conta oltre 130 collaboratori**. La nostra idea di benessere mette sempre **al centro l'individuo**, apportando benefici reali al corpo e alla mente. Per dare vita alle nostre soluzioni Wellness, abbiamo fatto tesoro del patrimonio di sapienza e conoscenza delle tradizioni spa e lo abbiamo reinterpretedo in chiave moderna. Un'eredità racchiusa in una **formula: l'alternanza di calore, acqua e riposo**, oggi alla base di ogni nostro progetto spa. Un approccio in continua evoluzione che si riflette nella progettazione e realizzazione di **spazi esclusivi dedicati al benessere, al recupero, alla salute preventiva e alla cura di sé**.

We started out 50 years ago,

selling prefabricated swimming pools and saunas imported from Germany for hotellerie and private customers. We marked our first milestone in **1985**: in that year, **Paolo Turri** – son of our founder Ardelio – took the reins of the company and had a stroke of genius. He began to integrate the idea of **beauty treatments** into the world of wellness, thus transforming Starpool into a company that would become renowned in the **beauty sector**. Thanks to our collaboration with Germaine De Capuccini and BioLine, we were able to market **high-quality cosmetics and innovative technologies for the beauty sector**, and this in turn allowed us to **equip the beauty areas of spas and beauty centres**, opening an array of new opportunities.

In 1988, we set up the **Design Department**, an in-house team dedicated to designing spas for our customers; it was a winning choice which, over the years, helped us **move from a product-based to a design-based sales approach**.

By adopting a design-based approach, each product began to be integrated and contextualised within a space, serving a specific purpose based on each customer's specific needs. **Designing spaces before even creating products** consolidated as our work method in the 2000s, and it is still our strength to this day: we have **a clear vision of the final design from the early analysis stages**, and nothing is left to chance.

Over the same period, we also established our first **international distribution agreements, with Lebanon and Greece**, and made our first sale in **Dubai**:

Abbiamo iniziato 50 anni fa,

commercializzando piscine prefabbricate e saune importate dalla Germania per il mondo dell'hotellerie e dei privati. È stato il **1985** a segnare la nostra prima tappa importante: in quell'anno infatti, **Paolo Turri**, figlio del nostro fondatore Ardelio, salì alla guida dell'azienda con un'intuizione

geniale. Iniziò a integrare il concetto di **trattamento estetico** nel mondo del wellness, trasformando così Starpool in un'azienda sempre più conosciuta nel **settore del beauty**. La commercializzazione di **cosmetici di alta qualità e tecnologie innovative per il mondo dell'estetica**, grazie alla collaborazione con Germaine De Capuccini e BioLine, ci permise poi di **attrezzare le aree beauty di spa o centri estetici**, aprendoci numerose opportunità.

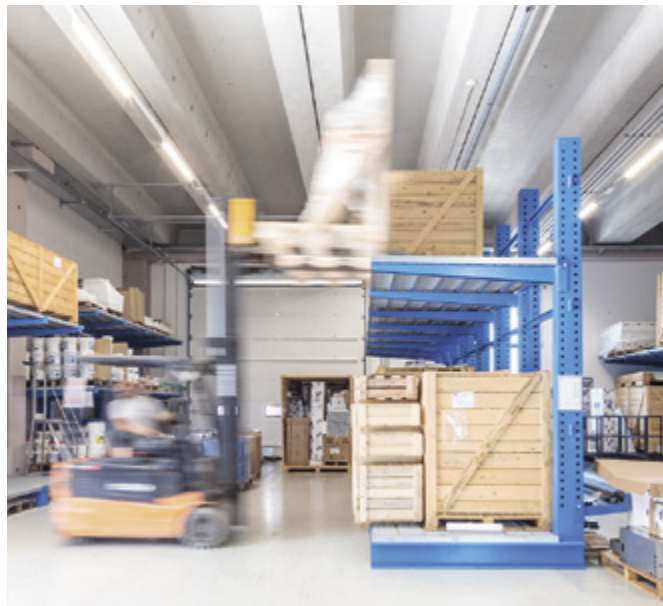
Nel 1988 ci dotammo dell'**Ufficio Design**, un reparto interno totalmente dedicato alla progettazione di spa per i nostri clienti; una scelta vincente, che negli anni ci permise di **passare dalla logica di vendita per prodotto a quella di progetto**.

Grazie ad un approccio di tipo progettuale, ogni prodotto iniziò ad essere inserito e contestualizzato all'interno di uno spazio, con uno scopo ben preciso, in base alle specifiche esigenze di ciascun cliente. **Disegnare spazi ancora prima di realizzare prodotti** era un modo di lavorare che si consolidò negli anni 2000 e che ancora oggi è la nostra forza: abbiamo **una visione chiara del progetto finale fin dalle prime fasi di analisi**, nulla viene lasciato al caso. Sempre in quegli anni instaurammo anche i primi **rapporti di distribuzione estera, con Libano e Grecia** e realizzammo la nostra prima



Offices at Casa Starpool, in the heart of the company production department.
Alcuni uffici di Casa Starpool nel cuore della produzione dell'azienda.

The company loading zone.
La zona di carico dell'azienda.



an important result that helped us understand how the foreign market worked. Over the course of 8 years, we established **commercial relationships with 20 countries**. In **2002**, the company's governance transferred from Paolo Turri to his brother **Riccardo**, the current CEO. Within the same period, we consolidated our **partnership with the Technogym Group**, which represented an important opportunity for us. Indeed, it gave us the chance to look at wellness from a new perspective and to further strengthen our resolve **to place people's well-being at the centre of all our projects** and to become a partner of choice for the wellness industry, not only through individual products but also and most importantly through projects and solutions tailored to their specific needs. In **2007**, we were the very first – and still are the only – company in the wellness industry to set up an **in-house Research and Development Department**. It was another winning choice, which allowed us to consolidate our position with **products characterised by iconic design**, recognised by the market for the high

quality of the materials used and the level of technological innovation.

A few years later, in **2010**, came the first important signal of a product approach revolving around the well-being of the individual: a **scientific study** conducted with the support of the University of Brescia, in collaboration with **Dr Alessandro Corsini** – then sports physician for Inter Milan – and with a pool of spa doctors, aimed at defining the real benefits of our technologies and their correct



The Corporate Spa at Casa Starpool, where our co-workers can make wellness a good daily habit.
La Corporate spa di Casa Starpool, dove i nostri collaboratori possono rendere il benessere una buona abitudine quotidiana.

vendita a **Dubai**: un importante risultato che ci servì per capire come funzionava il mercato estero. Nell'arco di 8 anni arrivammo a intrattenere **rapporti commerciali con 20 Paesi**. Nel **2002** la governance dell'azienda passò da Paolo Turri al fratello **Riccardo**, attuale amministratore delegato. Nello stesso periodo consolidammo **la partnership con il gruppo Technogym** che rappresentò un'importante opportunità per noi. Ci permise infatti di approfondire le tematiche del wellness da un punto di vista nuovo

e di convincerci ancora di più sulla direzione da prendere: **mettere il benessere delle persone al centro di ogni nostro progetto** e diventare un partner di riferimento per l'industria del benessere, non solo attraverso i singoli prodotti, ma anche e soprattutto con progetti e soluzioni pensati su misura per le loro specifiche esigenze. Nel **2007**, primi e ancora oggi unici nell'industria del wellness, ci dotammo di un **dipartimento interno di Ricerca e Sviluppo**. Una scelta vincente che ci permise di consolidare il nostro posizionamento con **prodotti dal design iconico**, riconosciuti dal mercato per l'elevata qualità dei materiali e il grado di innovazione tecnologica.

Pochi anni dopo, nel **2010**, il primo importante segnale di un approccio al prodotto che mettesse realmente al centro il benessere dell'individuo: **uno studio scientifico** condotto con il supporto dell'Università degli Studi di Brescia, in collaborazione con il **dottor Alessandro Corsini** - allora medico sportivo dell'Inter - e con un pool di medici termalisti, volto a definire i reali



We rely on Scientific Research to understand how to maximize the benefits of our products for well-being, health, and self-care.

Ci affidiamo alla Ricerca Scientifica per comprendere come ottenere il meglio dai nostri prodotti per il benessere, la salute e la cura di sé.

use. That is how our **sp.a_system** came to be, the first and only scientific method for spa use.

In **2016**, thanks to the intersection with **neuroscience**, **Zerobody Dry Float** emerged, a patented system capable of replicating the benefits of microgravity in psycho-physical regeneration. In collaboration with **neuroscientist Nicola De Pisapia**, we developed the first Mindfulness programs focused on **mental well-being**, a concept that, up until that point, had been little explored or considered in the context of individual health. Since then, **science has become our greatest ally**, so much so that in 2021 we decided to set up an **in-house Scientific Research Department**, to validate the benefits of our technologies and define effective methods of use for a market that is increasingly attentive to preventive care. Innovations such as Zerobody Dry Float and our scientific approach transformed our company, opening it up to previously unexplored markets ranging from **athletic recovery for professional sports to corporate wellness, physiotherapy, and longevity**, interpreted as an evolved

concept of well-being and prevention.

In other words, from spa partner to all-round wellness partner.

In **2020**, we inaugurated **Casa Starpool**. It was no longer just offices and production departments; it became a real **competence centre** that could be an inspiration for anyone operating in the wellness sector.

Our premises currently include offices, hospitality areas for events, conference rooms, Design and R&D laboratories, technology areas and production departments open to the public.

Our **showrooms** – gym, social spa, Longevity Spa, Recovery Lab and Recharge Room – not only **inspire the over 1500 guests a year** that come to visit us to learn about the latest wellness trends, but they provide spaces that each of us can use **every day at work**.

We believe that **to create well-being, we must first experience it**: we are the primary keepers of our well-being and the only way to bring it to the world is by experiencing it every single day.



Wellness Coach Social, the ideal solution for group mental training.

Wellness Coach Social, la soluzione ideale per un allenamento mentale condiviso.



The Treatment Room at Casa Starpool with Nuvola, Soffio and Battista.

La Treatment Room di Casa Starpool con Nuvola, Soffio e Battista.



benefici delle nostre tecnologie e il loro corretto utilizzo.

Fu così che nacque **sp.a_system**, il primo e unico metodo scientifico per l'utilizzo della spa.

Nel **2016**, grazie all'incontro con le neuroscienze, nacque **Zerobody Dry Float**, un sistema brevettato in grado di replicare i benefici della micro-gravità nell'ambito della rigenerazione psico-fisica. In collaborazione con il **neuroscienziato Nicola De Pisapia**, svilupparammo i primi contenuti di Mindfulness dedicati al **benessere mentale**, concetto fino ad allora ancora poco esplorato e considerato nell'ambito della salute dell'individuo.

Da allora, **la scienza diventò la nostra più grande alleata**, tanto da portarci, nel 2021, alla decisione di attivare un **dipartimento di Ricerca Scientifica interno**,

allo scopo di **validare i benefici delle nostre tecnologie** e definire metodi di utilizzo efficaci per un mercato sempre più attento ai temi della salute preventiva. Fu grazie ad innovazioni come Zerobody Dry Float e al nostro approccio scientifico che la nostra azienda si è trasformata, aprendosi a mercati fino ad allora mai esplorati, come quello del **recupero nello sport professionistico**, del **corporate wellness** nelle aziende, della **fisioterapia**, della **longevità** inteso come concetto evoluto di benessere e salute preventiva. Da partner per la spa a Wellness partner a tutto tondo. Nel **2020** inaugurammo **Casa Starpool**. Non più solo uffici e reparti produttivi, ma un vero proprio **centro di competenze** che potesse diventare luogo di ispirazione per chiunque

nel settore del wellness. Oggi la nostra azienda ospita uffici, aree hospitality per eventi, conference room, laboratori di Design e Ricerca e Sviluppo, aree tecnologiche e reparti produttivi aperti al pubblico. I nostri **show-room aziendali** - palestra, social spa, Longevity Spa, Recovery Lab e Recharge Room - non solo **ispirano gli oltre 1500 ospiti all'anno** che vengono a visitarci per conoscere le ultime tendenze del wellness, ma sono spazi che tutti noi possiamo **utilizzare durante la quotidianità lavorativa**. Crediamo infatti che **per creare benessere, dobbiamo prima viverlo**: siamo noi i primi custodi del nostro benessere e solo quando riusciremo a farne esperienza quotidiana, potremo anche a portarlo nel mondo.



Luciana Zanoner, co-founder of Starpool with her husband Ardelio Turri.
Luciana Zanoner. Fondatrice di Starpool con il marito Ardelio Turri.

Can you tell us how the Starpool adventure began?

It was 13th August 1975 when my husband Ardelio founded Star Pool. The beginning was not easy, because the times weren't. People were not sufficiently ready to welcome products connected to the world of wellness.

And afterwards?

Slowly, thanks to the strategic vision of my son Paolo, we introduced **UVA sunbeds, beauty products, saunas** and **steam baths** into the Italian market. Initially, we sold prefabricated pools bought from Germany and steam baths purchased from Austria for the realisation of spa centres. It is precisely with steam baths that, after a few years, we decided to start

our first small production in a basement in Moena. I think we were the first in Italy, after the Romans, to materialise the concept of "wellness centre", which is why we feel a bit like pioneers in this sector.

Luciana, can you tell us a bit more about your son, Riccardo Turri, who still runs the company?

Sure! Riccardo has worked in Starpool since he was a student. Paolo assigned him the task to collect the proceeds of the sunbed rentals, which he did every Saturday. When we moved from Moena to Ziano di Fiemme, we were able to expand our company, introducing the production and design departments.

Because of the growing amount

of work, Paolo gradually entrusted Riccardo with more and more activities. I confess that I was concerned about him: he had a lot of enthusiasm and skill, but no experience. He is stubborn, so he always managed to assert his vision and, working with commitment and dedication, to progressively take the reins of the company.

From Moena to Ziano di Fiemme, at Casa Starpool, you have always valued employees' well-being and territory development.

Can you tell us more about this? Companies are made of people, and the **human component is crucial to us**. This is the reason why we believe that promoting a healthy lifestyle, by investing in the health of all employees, is fundamental. It is only through greater awareness of their own well-being that they can actively contribute to improving that of our clients.

There's one last thing we're curious about: what's the origin of the name Starpool?

It comes from the fact that we sold prefabricated pools. Ardelio consired the company "the star of the pools" and, at the same time, a "pool of stars", referring to us, the employees. In both cases, we thought the name sounded fitting! **To me, Starpool has always felt like a big family, rooted in the territory. My wish is that is keeps being just that.**

I am really proud of the work we've accomplished, and I am certain that Ardelio and Paolo would be too.

Ci racconta come è iniziata l'avventura Starpool?

Era il 13 agosto 1975 quando mio marito Ardelio decise di fondare Star Pool. L'inizio non è stato per niente facile perché il contesto dell'epoca non lo era. Le persone non erano ancora sufficientemente preparate ad accogliere prodotti legati al mondo del benessere.

E poi?

Un po' alla volta, anche grazie alla visione strategica di mio figlio Paolo, abbiamo introdotto sul mercato italiano i **solarium UV-A per l'abbronzatura di viso e corpo, i prodotti per l'estetica, le saune e i bagni di vapore**. Inizialmente, commercializzavamo piscine prefabbricate acquistate dalla Germania e bagni di vapore acquistati dall'Austria per la realizzazione di "Thermarium". È proprio con i bagni di vapore che, dopo qualche anno, abbiamo avviato la nostra prima piccola produzione, in una cantina a Moena.

Credo che siamo stati **i primi in Italia, dopo i romani, a realizzare il concetto di "centro benessere"**, per questo ci sentiamo un po' i pionieri del settore.

Luciana ci racconta qualcosa in più su suo figlio Riccardo Turri, che ancora oggi dirige l'azienda?

Certo! Riccardo lavora in Starpool da quando era ancora studente; Paolo gli aveva dato il compito di andare a riscuotere gli incassi dei noleggi dei lettini abbronzanti e lui ogni sabato si occupava di questo. Quando ci siamo trasferiti

da Moena a Ziano di Fiemme, abbiamo potuto ampliare la nostra azienda, integrando la produzione e il reparto grafico. Con una mole di lavoro in forte crescita, Paolo ha iniziato ad affidare a Riccardo sempre più attività; non nascondo che ero preoccupata per lui, aveva entusiasmo e capacità, ma non esperienza. Riccardo però è un "testone" e quindi è sempre riuscito a far valere la sua visione e, lavorando con impegno e dedizione, a prendere gradualmente le redini dell'azienda.

Da Moena a Ziano di Fiemme, a Casa Starpool avete sempre avuto a cuore il benessere dei collaboratori e la valorizzazione del territorio.

Ci può spiegare meglio?

Le aziende sono fatte di persone e la **componente umana per noi è fondamentale**. Per questo riteniamo che promuovere uno stile di vita sano, investendo

sulla salute di tutti i collaboratori, sia fondamentale, perché solo grazie a una maggiore consapevolezza del loro benessere, potranno contribuire attivamente a migliorare quello dei nostri clienti.

Prima di salutarci, un'ultima curiosità: come nasce il nome Starpool?

Nasce dal fatto che commercializzavamo piscine prefabbricate, in inglese "pool". **Ardelio considerava l'azienda la "stella delle piscine" e, allo stesso tempo, "un pool di stelle", tutti noi collaboratori**. In entrambi i casi, il nome ci è sembrato azzeccato!

Per me Starpool è sempre stata una grande famiglia radicata nel territorio e desidero che in futuro continui a esserlo.

Sono davvero molto orgogliosa del lavoro che abbiamo fatto e sono certa che anche Ardelio e Paolo lo sarebbero.



Riccardo Turri, CEO of Starpool, and his father Ardelio Turri, founder of the company.
Riccardo Turri, CEO di Starpool e il padre, Ardelio Turri, fondatore dell'azienda.

THE DEVELOPMENT OF OUR PRODUCTS

LO SVILUPPO DEI NOSTRI PRODOTTI

1994

WE STARTED OUR **FIRST ARTISANAL PRODUCTION OF HEAT AND STEAM BATHS IN 1994**, IN A BASEMENT IN MOENA. WE HAVEN'T STOPPED SINCE AND OUR BUSINESS HAS GROWN STEADILY. INITIALLY, OUR HEAT BATHS INCORPORATED ROMAN AND A LITTLE ARABIC STYLE, WITH FOUNTAINS AND TILES.

ABBIAMO INIZIATO LA NOSTRA **PRIMA PRODUZIONE ARTIGIANALE DI BAGNI DI CALORE E VAPORE NEL 1994**, IN UNO SCANTINATO DI MOENA.

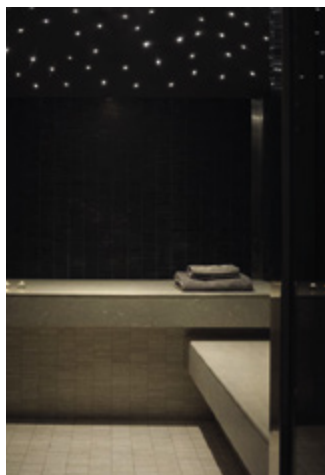
DA ALLORA NON CI SIAMO PIÙ FERMATI E ABBIAMO VISTO UNA CRESCITA COSTANTE. INIZIALMENTE I BAGNI DI CALORE AVEVANO UNO STILE ROMANO E UN PO' ARABO, CON FONTANELLE E PIASTRELLE.



1996

IN 1996 WE CREATED **RAXUL**, A CABIN DESIGNED TO REPRODUCE THE TYPICAL TEMPERATURES OF A ROMAN BATH: **TEPIDARIUM**, **CALIDARIUM** AND **LACONICUM**. IN 2003, IT WAS REDESIGNED BY **GIO PAGANI**.

NEL 1996 NASCE **RAXUL**, UNA CABINA DOVE COMPIERE RITUALITÀ SECONDO LE TEMPERATURE TIPICHE DELLE TERME ROMANE: **TEPIDARIUM**, **CALIDARIUM** E **LACONICUM**. NEL 2003, VIENE RIDISEGNATA DALLA MANO DI **GIO PAGANI**.



2006

IN 2006 WE LAUNCHED **NEW ERA**, THE FIRST LINE OF COSMETICS FOR SPA TREATMENTS BY STARPOOL, WHICH USED ONLY LOCAL RAW MATERIALS.

NEL 2006 ARRIVA **NEW ERA**, LA PRIMA LINEA COSMETICA PER I TRATTAMENTI IN SPA FIRMATA STARPOOL, REALIZZATA INTERAMENTE CON MATERIE PRIME DEL TERRITORIO.



2008 2009

THE YEAR 2008 MARKED AN IMPORTANT MILESTONE: WE LAUNCHED **SWEET SPA**, THE FIRST PRODUCT BY DESIGNER **CRISTIANO MINO**, ALSO DESIGNED FOR HOME USE. **SWEET SPA BRINGS WELLNESS INTO PRIVATE HOMES** AND HAS WON US IMPORTANT **AWARDS FOR DESIGN** AND 'MADE IN ITALY' PRODUCTS. THE FOLLOWING YEAR, WE INTRODUCED **SWEET SAUNA**, USING **SMOOTH MATERIALS TO PREVENT THE PROLIFERATION OF BACTERIA IN GROUT LINES**: **HYGIENE BECAME PARAMOUNT**.

IL 2008 SEGNA UNA TAPPA IMPORTANTE: NASCE **SWEET SPA**, IL PRIMO PRODOTTO FIRMATO DAL DESIGNER **CRISTIANO MINO**, PROGETTATO ANCHE PER UN UTILIZZO DOMESTICO. **SWEET SPA PORTA IL BENESSERE NELLE ABITAZIONI PRIVATE** E CI PERMETTE DI VINCERE IMPORTANTI **PREMI PER IL DESIGN** E PER IL **MADE IN ITALY**. L'ANNO SUCCESSIVO, CON **SWEET SAUNA** INTRODUCIAMO L'USO DI MATERIALI **LISCI PER EVITARE LA PROLIFERAZIONE DI BATTERI NELLE FUGHE**: L'IGIENE DIVENTA UNA QUESTIONE DI PRIMARIA IMPORTANZA.



2010 2011

IN 2010, WE CREATED **SWEET COLLECTION**, THE LARGEST PROFESSIONAL COLLECTION FOR SOCIAL SPAS, AND IN 2011 WE **PATENTED THE AIR STEAM SYSTEM**, AN EXCLUSIVE SYSTEM THAT PRODUCES A SPECIAL MIXTURE OF STEAM, FRESH AIR AND FRAGRANCE, THUS PROMOTING THE HOMOGENEOUS AND EVEN DISTRIBUTION OF STEAM INSIDE THE CABIN.

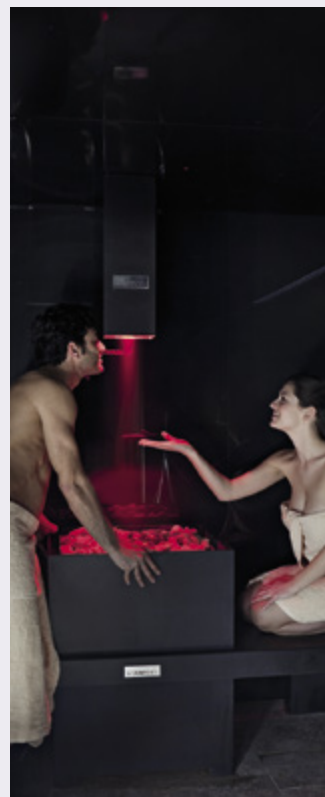
NEL 2010 NASCE **SWEET COLLECTION**, LA PIÙ GRANDE COLLEZIONE PROFESSIONAL PER LE SOCIAL SPA E NEL 2011 **BREVETTIAMO AIR STEAM SYSTEM** UN SISTEMA ESCLUSIVO PRODUCE UNA MISCELA SPECIALE DI VAPORE, ARIA FRESCA E AROMA; IN QUESTO MODO SI FAVORISCE LA DISTRIBUZIONE OMogenea E UNIFORME DEL VAPORE ALL'INTERNO DELLA CABINA.



2012

IN 2012, **MEDITERRANEAN BATH** WAS PATENTED. WITH ITS 45-50°C TEMPERATURE AND 55-65% HUMIDITY, THIS CABIN OFFERS A CONTEMPORARY REINTERPRETATION OF THE CONCEPT OF HEAT TRANSMISSION BY RADIATION, TYPICALLY FOUND IN THE **LACONICUM**, THANKS TO A PERIMETER SYSTEM THAT TRANSFERS THE HIGH TEMPERATURE DIRECTLY TO THE BACK, THUS CONVEYING A **FEELING OF TOTAL IMMERSION IN A HEAT BATH**.

NEL 2012 VIENE BREVETTATO **MEDITERRANEAN BATH**. CON I SUOI 45-50°C DI CALORE E CON UN TASSO DI UMIDITÀ DEL 55-65%, QUESTA CABINA È LA VISITAZIONE IN CHIAVE CONTEMPORANEA DEL CONCETTO DI TRASMISSIONE DEL CALORE PER IRRAGGIAMENTO TIPICO DEL **LACONICUM**, GRAZIE AD UN SISTEMA PERIMETRALE CHE TRASFERISCE L'ALTA TEMPERATURA DIRETTAMENTE SULLA SCHIENA DONANDO **UNA SENSAZIONE D'IMMERSIONE TOTALE IN UN BAGNO DI CALORE**.



2013

IN 2013, WE LAUNCHED **SP.A_SYSTEM**, THE RESULT OF THE FIRST AND ONLY SCIENTIFIC STUDY IN THE WELLNESS INDUSTRY CONDUCTED BY STARPOOL THREE YEARS EARLIER, WHICH DEFINED **A METHOD FOR THE EFFECTIVE AND CERTIFIED USE OF SPAS**.

NEL 2013 LANCIAMO **SP.A_SYSTEM**, FRUTTO DEL PRIMO E UNICO STUDIO SCIENTIFICO NELL'INDUSTRIA DEL WELLNESS CONDOTTO DA STARPOOL TRE ANNI PRIMA, PER DEFINIRE **UN METODO DI UTILIZZO EFFICACE E CERTIFICATO DELLE SPA**.



2014

BETWEEN 2014 AND 2016, WE CREATED SMART TECHNOLOGY: **A RANGE OF SOFTWARE SOLUTIONS DESIGNED TO REDUCE THE ENERGY CONSUMPTION** OF OUR PRODUCTS, IMPROVE AND AUTOMATE THEIR FUNCTIONS, ENSURE PREDICTIVE MAINTENANCE AND INCREASE CONNECTIVITY TO AN INCREASINGLY ADVANCED TELEMATIC NETWORK.

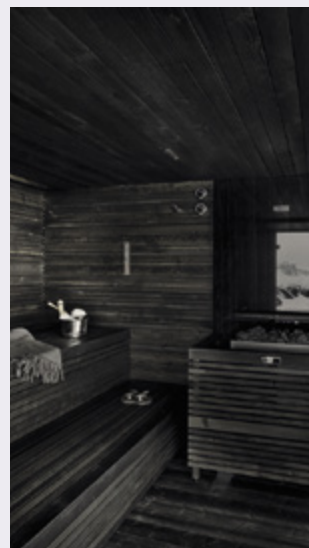
TRA IL 2014 E IL 2016 DIAMO VITA A SMART TECHNOLOGY: **UNA GAMMA DI SOFTWARE PROGETTATI PER RIDURRE I CONSUMI ENERGETICI** DEI NOSTRI PRODOTTI, MIGLIORARE E AUTOMATIZZARE LE LORO FUNZIONI, GARANTIRE LA MANUTENZIONE PREDITTIVA ED ACCRESCERE LA CONNETTIVITÀ AD UNA RETE TELEMATICA SEMPRE PIÙ EVOLUTA.



2015

IN 2015, WITH THE **GLAMOUR COLLECTION**, FOR THE FIRST TIME **SAUNAS WORE BLACK**. THE SAVU BLACK CLADDING, WHICH CELEBRATES THE TRADITIONAL SAUNAS OF THE NORDIC COUNTRIES, REPRESENTING THE SMOKING OF WOOD, OPENED UP THE POSSIBILITY OF BLACKENING THE SAUNA SLATS.

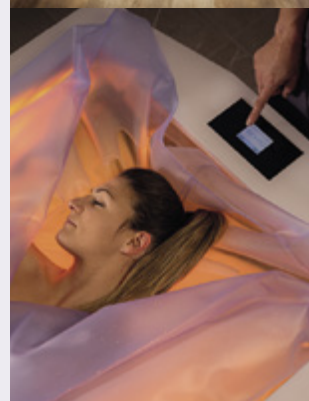
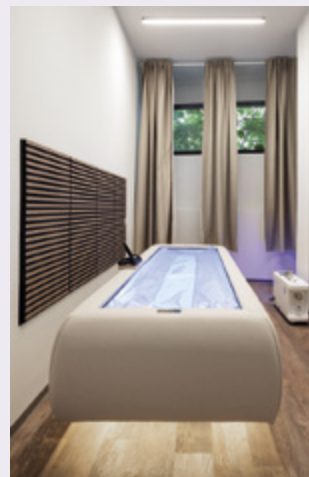
NEL 2015 CON **GLAMOUR COLLECTION**, PER LA PRIMA VOLTA **LA SAUNA INDOSSA UN ABITO NERO**, IL RIVESTIMENTO SAVU BLACK, CHE CELEBRA LE SAUNE TRADIZIONALI DEI PESI NORDICI, RAPPRESENTANDO L'AFFUMICATURA DEL LEGNO, APRE ALLA POSSIBILITÀ DI ANNERIRE LE DOGHE ALL'INTERNO DELLA SAUNA.



2016

IN 2016, WE ENCOUNTERED **NEUROSCIENCE** AND PRESENTED OUR **ZEROBODY DRY FLOAT**, THE INNOVATIVE DRY FLOTATION SYSTEM FOR DEEP REGENERATION, AS A WORLD PREVIEW AT SALONE DEL MOBILE IN MILAN. THE STUDIES ON THIS PRODUCT ENABLED US TO DEVELOP **NUVOLA** THE FOLLOWING YEAR, THUS REVOLUTIONISING THE WORLD OF BEAUTY: THE THERAPEUTIC POWER OF DRY FLOATATION MAXIMISES THE RESULTS OF TRADITIONAL BEAUTY TREATMENTS. AROUND THE SAME TIME, THE **SOUL COLLECTION** DEBUTED, WITH ITS MARKEDLY CONTEMPORARY STYLE THAT REDEFINES THE NORDIC WELLNESS TRADITION, OFFERING UNIQUE COLOUR SUGGESTIONS. FOR THE FIRST TIME, SAUNAS TOOK ON PASTEL SHADES, THANKS TO A NATURAL WAX DEVELOPED ACCORDING TO AN EXCLUSIVE FORMULA THAT DOES NOT COMPROMISE THE MICROCLIMATE OF THE CABIN.

NEL 2016 INCONTRIAMO LE **NEUROSCIENZE** E IL NOSTRO **ZEROBODY DRY FLOAT**, L'INNOVATIVO SISTEMA DI GALLEGGIAMENTO ASCIUTTO PER LA RICGENERAZIONE PROFONDA, VIENE PRESENTATO IN ANTEPRIMA MONDIALE AL SALONE DEL MOBILE DI MILANO. GLI STUDI SU QUESTO PRODOTTO CI CONSENTIRANNO, L'ANNO SUCCESSIVO, DI FAR EVOLVERE ANCHE **NUVOLA**, RIVOLUZIONANDO IL MONDO DEL BEAUTY: IL POTERE TERAPEUTICO DEL GALLEGGIAMENTO ASCIUTTO CONSENTE DI MASSIMIZZARE IL RISULTATO DEI TRATTAMENTI ESTETICI TRADIZIONALI. CONTEMPORANEAMENTE NASCE **SOUL COLLECTION**, CHE CON IL SUO STILE MARCATAMENTE CONTEMPORANEO RIDISEGNA LA TRADIZIONE DEL BENESSERE NORDICO, REGALANDO SUGGERZIONI CROMATICHE UNICHE. PER LA PRIMA VOLTA, LE SAUNE SI COLORANO DI TINTI PASTELLO, GRAZIE AD UNA CERA NATURALE SVILUPPATA SECONDO UN'ESCLUSIVA FORMULAZIONE, CHE NON COMPROMETTE IL MICROCLIMA DELLA CABINA.



2019

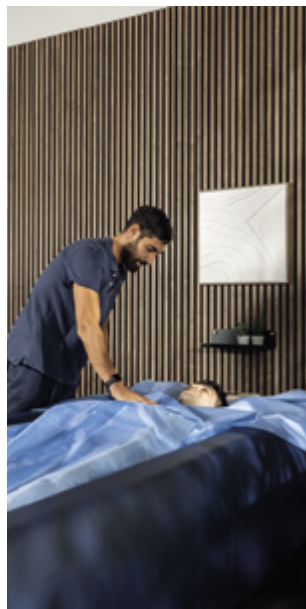
IN 2019, **NATURE SAUNA** PREMIERED, THE FIRST OUTDOOR SAUNA DESIGNED BY ARCHITECT ALESSANDRO DOLCI. THE FOLLOWING YEAR, IT WAS THE TURN OF **I.CON COLLECTION**, AN INDUSTRIAL DESIGN PIECE BY MFOR: WITH THIS INNOVATION, CONTAINERS REACHING THE END OF THEIR LIFE CYCLE ARE NOW RECONDITIONED AND TRANSFORMED INTO TEMPORARY AND MOVABLE SPAS.

NEL 2019 NASCE **NATURE SAUNA**, LA PRIMA SAUNA OUTDOOR DISEGNATA DALL'ARCHITETTO ALESSANDRO DOLCI. L'ANNO SUCCESSIVO È LA VOLTA DI **I.CON COLLECTION**, UN'OPERA DI INDUSTRIAL DESIGN DISEGNATO DA MFOR: È CON QUESTA INNOVAZIONE CHE I CONTAINER AL TERMINE DEL LORO CICLO DI VITA VENGONO RICONDIZIONATI E TRASFORMATI IN SPA TEMPORANEE E MOBILI.

2023
2024

THE LATEST PRODUCTS, DEVELOPED BETWEEN 2023 AND 2024, REVOLVED AROUND COLD THERAPY. SPECIFICALLY, **ZEROBODY CRYO**, WHICH MAKES CRYOTHERAPY MORE COMFORTABLE, AND **ICE BATH**, WHICH DELIVERS THE BENEFITS OF **ICE BATHS** AT HOME AND IN THE WORLD OF SPORTS RECOVERY.

GGLI ULTIMI NATI, TRA IL 2023 E IL 2024, RIGUARDANO LA TERAPIA DEL FREDDO. SI TRATTA DI **ZEROBODY CRYO** CHE RENDE PIÙ CONFORTEVOLE LA CRIOTERAPIA E **ICE BATH** CHE PORTA I BENEFICI DEI BAGNI IN ACQUA GHIACCIATA A CASA E NEL MONDO DEL RECUPERO SPORTIVO.



2021

IN 2021, WE CREATED **WELLNESS COACH**, THE INTERACTIVE VIRTUAL GUIDE WITH BRAIN TRAINING CONTENT DEVELOPED IN COLLABORATION WITH RENOWNED RESEARCH AND SPORTS PARTNERS, FOR THE WELL-BEING OF BODY AND MIND.

NEL 2021 DIAMO VITA A **WELLNESS COACH**, LA GUIDA VIRTUALE E INTERATTIVA, CON CONTENUTI DI BRAIN TRAINING SVILUPPATI IN COLLABORAZIONE CON PARTNER AUTOREVOLI DELLA RICERCA E DELLO SPORT, PER IL BENESSERE DI CORPO E MENTE.



2025

FINALLY, 2025 HAS BEGUN WITH THE EVOLUTION OF S.PA_SYSTEM® INTO **SPA_SYSTEM® PRO: FOUR NEW DISTINCT SPA PROGRAMS – STRESS MANAGEMENT, LONGEVITY, PERFORMANCE AND SLEEP – FOR GREATER CUSTOMISATION OF WELLNESS.**

IL 2025 SI APRE INFINE CON L'EVOLUZIONE DI S.PA_SYSTEM® IN **SPA_SYSTEM® PRO: QUATTRO NUOVI DISTINTI PERCORSI SPA, STRESS MANAGEMENT, LONGEVITY, PERFORMANCE, SLEEP**, PER UNA MAGGIORE PERSONALIZZAZIONE DEL BENESSERE.



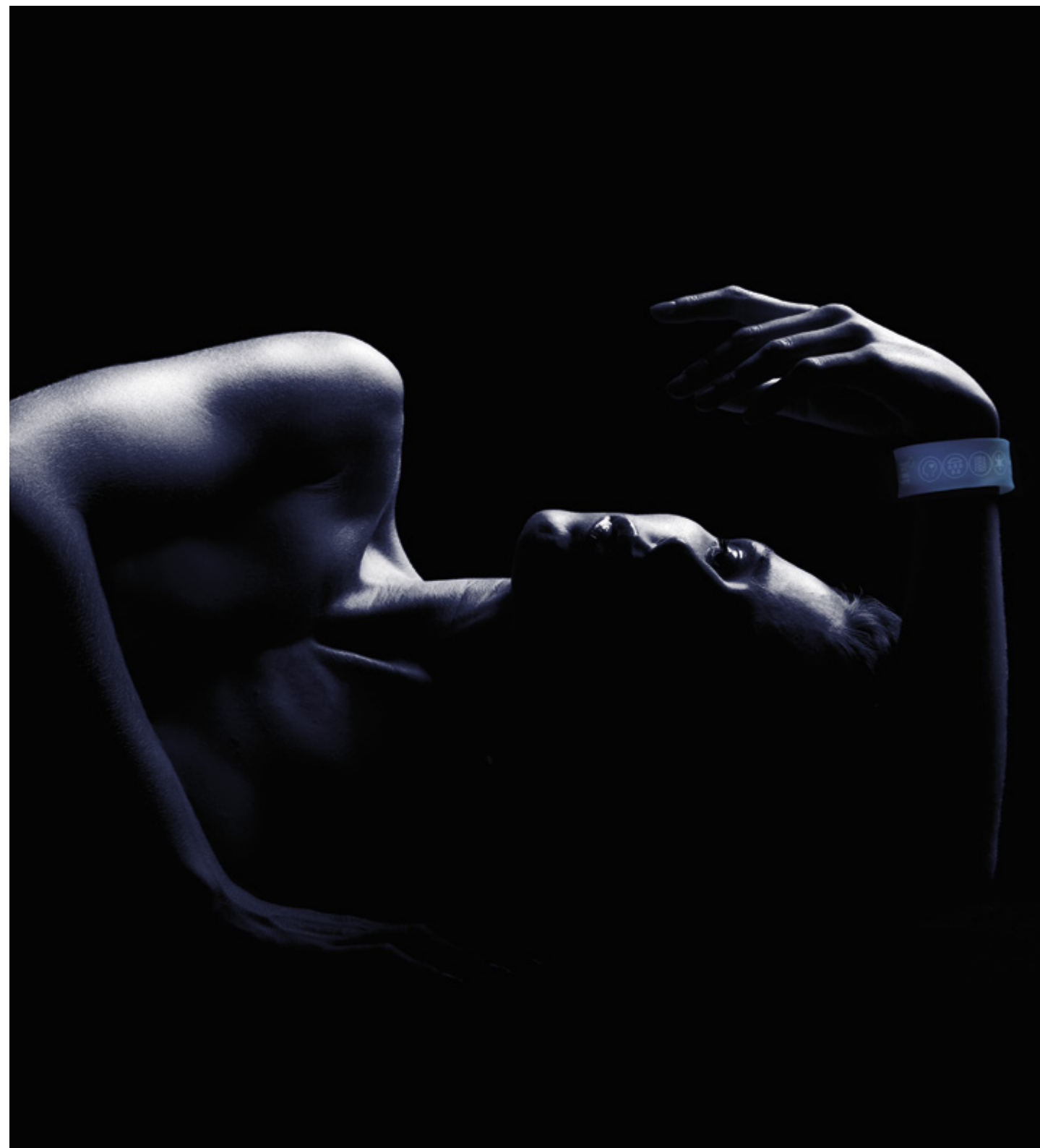
2022

IN 2022, WE RELEASED THE **SHADE COLLECTION**, THE LATEST ORIENTAL-INSPIRED DESIGN BY CRISTIANO MINO, ENTIRELY DESIGNED TO INTEGRATE INTO HOME FURNISHINGS. IN ADDITION, THE NEW APP FOR REMOTE SPA MANAGEMENT – **MY W-PLACE** – ENTERED THE SCENE.

NEL 2022 NASCE **SHADE COLLECTION**, D'ISPIRAZIONE ORIENTALE, L'ULTIMA DISEGNATA DA CRISTIANO MINO E INTERAMENTE PROGETTATA PER INTEGRARSI NEGLI ARREDI DI CASA. E ANCHE LA VOLTA DELLA APP **MY W-PLACE**, PER LA GESTIONE REMOTA DELLA SPA.



to be continued...



your wellness partner, since 1975

50 Since 1975
STARPOOL
wellness concept

Aerial view of Val di Fiemme woods.
Vista dall'alto del bosco della Val di Fiemme.

WOOD RECOVERY PROJECT BY STARPOOL: WE CELEBRATE OUR 50 YEARS WITH A PROJECT FOR THE ENVIRONMENT

At the end of October 2018, **Storm Vaia, an extreme weather event**, hit the Italian North-East with high winds and persistent rain that particularly impacted **the mountain area of the Dolomites and the Venetian Prealps**. The sirocco wind, blowing between 100 and 200 km/h for several hours, **fell 14 million trees** and destroyed tens of thousands of hectares of alpine coniferous forest. The storm wrought unprecedented havoc that had very serious consequences. This event, along with extraordinary weather, led to a **serious bark-beetle pest**, which contributed to **damage the forest ecosystem further**, thus compromising its biodiversity. Restoring balance in the Dolomites

forest environment will be a long and difficult process. It will take years before nature finds its balance again and we see majestic pines, larches and firs once more. We at Starpool were deeply struck by this event and became aware of the importance of **actively contributing to the recovery** of this ravaged area. Territory is in fact a pillar in our value system, together with people and innovation. Our strong connection to it fostered our greater and greater awareness in terms of environmental impact. This is the reason why **we want to give back to nature what it offers us** every day for the creation of our products.

WOOD RECOVERY PROJECT STARPOOL: FESTEGGIAMO I NOSTRI 50 ANNI CON UN PROGETTO PER L'AMBIENTE

Visiting Val di Fiemme woods during
the yearly International Meeting
by Starpool, together with its
distributors from all over the world.
Visita al bosco della Val di Fiemme
durante l'International Meeting annuale
di Starpool, insieme ai distributori
di tutto il mondo.



A fine ottobre 2018 sul nord-est italiano si è abbattuta **la tempesta Vaia, un evento meteorologico estremo**, caratterizzato da vento fortissimo e piogge persistenti, che ha colpito in modo particolare **l'area montana delle Dolomiti e delle Prealpi Venete**. Il vento di scirocco, soffiando tra i 100 e i 200 km/h per diverse ore, ha provocato la **caduta di 14 milioni di alberi** e la distruzione di decine di migliaia di ettari di foreste alpine di conifere. Una devastazione senza precedenti che ha portato gravissime conseguenze. Questo fenomeno e condizioni stagionali eccezionali hanno portato a una **grave epidemia di bostrico**, che ha contribuito a **degradare ulteriormente**

l'ecosistema forestale, compromettendone la biodiversità. Ristabilire l'equilibrio ambientale nelle foreste delle Dolomiti sarà un processo lungo e complesso. Ci vorranno anni perché la natura ritrovi il suo armonioso equilibrio e per rivedere alberi maestosi come abeti, larici e pini raggiungere l'imponenza di un tempo. Questo avvenimento ha colpito nel profondo noi di Starpool e ci ha reso consapevoli dell'importanza di contribuire **attivamente al recupero** di un'area così fortemente provata. Il territorio, infatti, insieme alle persone e all'innovazione, è un pilastro del nostro sistema di valori.

In 2025, the year of our 50th anniversary, we launched **Wood Recovery Project**, developed in collaboration with the forestry technicians of **Magnifica Comunità di Fiemme**. A five-year project dedicated to the **protection of the woods in the Fiemme Valley**, where our company is located, with

special attention to the **Canzenagol biotope**, a 16-hectare area protected by the European Union, as it hosts a peat bog that is home to rare marsh species, amphibians and reptiles that can be found only there. Over the next few years we'll start a series of initiatives to preserve and improve the "ecosystem services"

– that is, all the benefits that the forest naturally offers us, contributing to the **regeneration of the environment** with tangible actions to favour forest recovery. The first phase of the project involves the **recovery and partial removal of desiccated plants**, in an operation of woods clearing; at the same time,

*Il forte legame con esso è stata la base per una sempre maggiore consapevolezza in termini di impatto ambientale. Per questo, **vogliamo restituire alla natura ciò che essa ci offre ogni giorno per la produzione dei nostri prodotti.***



Woods ravaged by Storm Vaia and bark-beetle pest.
Il bosco diradato dalla tempesta Vaia e dall'epidemia di bostrico.



Visiting Val di Fiemme woods during an event by Starpool.
Visita al bosco della Val di Fiemme durante un evento Starpool.

Il 2025, anno del nostro cinquantesimo, ha visto nascere il **Wood Recovery Project**, che abbiamo sviluppato con i tecnici forestali della **Magnifica Comunità di Fiemme**. Un progetto quinquennale dedicato alla **tutela della zona boschiva della Val di Fiemme**, sede della nostra azienda, con un'attenzione speciale al **Biotopo di Canzenagol**, un'area di 16 ettari protetta dall'Unione Europea per la presenza di una torbiera che ospita rare specie palustri, anfibi e rettili unici di questa zona. In questi anni ci dedicheremo ad una serie di iniziative per preservare e migliorare i "servizi ecosistemici", cioè tutti quei benefici che le foreste naturalmente ci

offrono, contribuendo alla **rigenerazione dell'ambiente** con azioni concrete per favorire il recupero dell'habitat forestale. La prima fase del progetto prevede il **recupero e la rimozione parziale delle piante disseccate**, in un'azione di pulizia del bosco mirata, ma alcune piante verranno rilasciate per **salvaguardare l'equilibrio ecologico della torbiera**. Insieme a paludi, laghi e acquitrini, le torbiere costituiscono le cosiddette zone umide e rappresentano una **risorsa fondamentale** perché ospitano un'enorme biodiversità, depurano l'acqua dalle sostanze inquinanti, rendendola potabile e **intrappolano una grande quantità di carbonio atmosferico**



some plants will be released with the aim to **protect the ecological balance of the peat bog**. Together with swamps, lakes and marshes, peat bogs make up the so-called wetlands. They represent a **fundamental resource** as they house great biodiversity, purify water of pollutants making it drinkable, and **trap a large amount of environmental carbon, thus fighting climate change**. The removal of dead plants is not only a maintenance operation, but a fundamental action to ensure tourist safety in this area. This first operation will pave the way for the **reforestation of the surrounding area**, to restore the woods, protect the landscape, improve air quality and ensure carbon storage. **Forests serve as carbon sequestration wells** and can store atmospheric CO₂ as carbon in vegetation and soil. For this is reason, they are at the core of international policies to face climate change both through mitigation and adaptation processes.

To add even more value to the project, we chose to actively involve clients and stakeholders: for each sold sauna and for each guest welcomed at Casa Starpool and Casa Starpool Milan, we will plant a new tree. We wanted to make our guests part of this initiative because we have this project especially at heart. Sharing Wood Recovery Project with our clients and with the entire Starpool community means spreading awareness and commitment, turning every piece of contribution into a tangible action in favour of the environment. **The territory needs attention and constant care, as well as targeted actions**, to fight what is starting to look more and more like an environmental emergency. **Special events will be organised to make local communities and tourists** aware of the importance of forest protection. Once cleared and restored, the area will make the object of **operations of active preservation**.

contrastando il cambiamento climatico.
*La rimozione delle piante disseccate/morte non è solo un intervento di manutenzione, ma un passo essenziale per la sicurezza nella fruizione turistica dell'area interessata. Questo primo intervento aprirà la strada a un'azione di **rimboschimento nell'area circostante**, per ricostruire il bosco, tutelare il paesaggio, aumentare la qualità dell'aria ed assicurare lo stoccaggio del carbonio. **Le foreste, infatti, fungono da pozzo di assorbimento del carbonio** e possono accumulare*



1. A Starpool client planting a tree for the Wood Recovery Project and leaving his signature as a symbol of his commitment. *Un cliente Starpool mentre pianta un nuovo albero per il Wood Recovery Project, lasciando la propria firma come simbolo del suo impegno.*

2. Visiting Val di Fiemme woods during an event by Starpool. *Visita al bosco della Val di Fiemme durante un evento Starpool.*



CO₂ atmosferica come carbonio nella vegetazione e nel suolo. Proprio per questo sono al centro delle politiche internazionali, per affrontare i cambiamenti climatici sia attraverso processi di mitigazione che di adattamento. Per dare ancora più valore al progetto, abbiamo scelto di coinvolgere attivamente clienti e stakeholder: per ogni sauna venduta e per ogni ospite di Casa Starpool e Casa Starpool Milano, planteremo un nuovo albero. Questo progetto ci sta particolarmente a cuore, ed è per questo che abbiamo voluto rendere i nostri ospiti parte integrante dell'iniziativa. Condividere

Wood Recovery Project con i nostri clienti e con l'intera community Starpool significa diffondere consapevolezza e responsabilità, trasformando ogni contributo in un gesto concreto per l'ambiente. **Il territorio ha bisogno di noi, di attenzione e cure costanti, di azioni mirate** a contrastare quella che appare sempre più come un'emergenza ambientale. Saranno organizzati **eventi speciali per sensibilizzare la comunità locale e i turisti** sull'importanza di prendersi cura dei boschi. Una volta ripulita e ricostruita, l'area sarà oggetto di **interventi di conservazione attiva**.

These initiatives aim to **promote environmental respect**.

The planned activities include: the selective containment of the most vigorous spruce trees to prevent or slow down the draining of the wet area, as well as the development of a **controlled tourist circuit** in order to enable the respectful and sustainable use of the peat bog. The community will be informed about the project progress, aiming to turn this initiative in an operation of environmental protection and a **virtuous model of responsible tourism to safeguard landscape and biodiversity**.

At the end of the project, permanent info boards will be installed in the biotope area. They will describe the work done and encourage visitors to become **conscious keepers of this precious ecosystem**.

Visiting Val di Fiemme woods during an event by Starpool.
Visita al bosco della Val di Fiemme durante un evento Starpool.



Visiting Val di Fiemme woods during the yearly International Meeting by Starpool.
Visita al bosco della Val di Fiemme durante l'International Meeting annuale di Starpool.

Queste azioni mirano a promuovere un **rapporto rispettoso con l'ambiente**. Tra le attività previste: il contenimento selettivo degli abeti rossi più vigorosi per evitare e rallentare il prosciugamento dell'area umida e lo sviluppo di un **percorso turistico controllato** per consentire la fruizione della torbiera in modo rispettoso e sostenibile.

La comunità sarà informata sull'avanzamento del progetto, con l'intento di trasformare questa iniziativa in un'opera di tutela ambientale e in un **esempio virtuoso di turismo responsabile per tutelare paesaggio e biodiversità**.

Al termine del progetto, nella zona del biotopo verranno installati pannelli informativi permanenti, che racconteranno il lavoro svolto e inviteranno i visitatori a diventare **custodi consapevoli di questo prezioso ecosistema**.



spa_system® pro: il format Starpool per una nuova concezione di benessere

*L'arte di **prendersi cura del corpo e dare ristoro alla mente** ha origini antichissime. Starpool, per dare vita alle sue soluzioni benessere, ha fatto tesoro del patrimonio di sapienza e conoscenza delle tradizioni spa e lo ha reinterpretato in chiave moderna. Un'eredità racchiusa in una formula, oggi alla base di ogni percorso spa: l'alternanza di calore, acqua e riposo.*

*Si tratta di un approccio al Wellness che va ben oltre la realizzazione di spa nella loro accezione più tradizionale, ma si spinge verso **format innovativi**, che diventano protagonisti in ambiti dove il benessere è sempre più sinonimo di efficacia, funzionalità, scientificità e facilità d'uso. Non si può prescindere, infatti, dal presupposto che **una diversa combinazione di prodotti, tempi di utilizzo e momenti della giornata** possa produrre benefici differenti.*



spa_system® pro helps hotel and spa managers to identify the most suitable Wellness program for their guests.

spa_system® pro aiuta albergatori e spa manager a individuare il percorso Wellness più adatto agli ospiti.

spa_system® pro: the format by Starpool for a new wellness concept

The art of **taking care of the body and regenerating the mind** has very ancient origins. To create our Wellness solutions, we at Starpool have learned from the traditional knowledge of spas and reinterpreted it from a modern perspective. This heritage is enclosed in a formula, which is today at the heart of each one of our spa programs: the alternation between heat, water and rest.

This approach to wellness goes well beyond the realisation of spas in their more traditional form and pushes towards innovative formats, which become the stars in contexts where wellness is becoming more and more connected to effectiveness, function, science and easy use. In fact, we can't ignore the fact that they are based on the idea that **different combinations of products, durations and times of day** may produce different benefits.

This is the very assumption on which, back in 2010, a **scientific study, conducted in collaboration with the University of Brescia**, was based. It led to the creation of **spa_system**, a certified method designed to help clients **enhance the performance of a space of great potential such as a spa**.

The starting point that led Starpool to achieve this result was the following question:

“What are the main needs of spa regulars?”

The creation of an extensive questionnaire led to a scientific study coordinated by **Dr Alessandro Corsini** – then physician for Inter Milan – in collaboration with a team of thermalism and sports physicians. As a result, Starpool was able to understand what

people really want from a spa experience: relaxation, purification, energy and tone. Based upon these goals, the first four spa programs were created and **tested on competitive athletes and regular people**. It was thus possible to observe how the **same equipment** can have **different results** when used in different ways, specific to each program.

Over the years, Starpool has increasingly consolidated its position on the market as an esteemed partner in the Wellness sector, a choice that led to the introduction of an **in-house Scientific Research Department** in 2020. This constant research activity, combined with an in-depth knowledge of the wellness industry, has led to the identification of **4 pillars of health** considered essential by the world population and on which Starpool can have a greater positive impact through its technologies: **Stress Management, Longevity, Performance, Sleep**.



Each **spa_system®** pro program has its own bracelet, showing the icons corresponding to the equipment to be used.

A ciascun percorso **spa_system®** pro è associato un braccialetto, sul quale sono riportate le illustrazioni delle attrezzature da utilizzare.

Each **spa_system®** pro program corresponds to a colour, selected according to the specific benefits it offers to body and mind.

Ogni percorso **spa_system®** pro è abbinato a un colore, scelto in base ai benefici specifici che offre per il corpo e la mente.



Ed è proprio il presupposto su cui, nel lontano 2010, si è basato un vero e proprio **studio scientifico, condotto in collaborazione con l'Università degli Studi di Brescia**, che ha dato vita a **spa_system**, un metodo certificato per consentire ai clienti di **rendere più performante uno spazio ricco di potenzialità come la spa**.

La domanda iniziale che ha portato Starpool a raggiungere questo risultato è stata:

“Quali sono i principali bisogni delle persone che frequentano abitualmente una spa?”

La realizzazione di un questionario approfondito ha dato il via a uno studio scientifico coordinato dal **Dottor Alessandro Corsini**, allora medico dell'Inter, in collaborazione con un team di medici termalisti e dello sport, che ha permesso a Starpool di comprendere che cosa realmente ricercano le persone quando scelgono di vivere un'esperienza

in spa: rilassamento, purificazione, vigore e tonificazione. Sulla base di questi obiettivi, sono nati i primi quattro percorsi spa che sono stati **sperimentati su sportivi agonisti e persone comuni**. Si è così potuto osservare come le **medesime attrezzature**, utilizzate secondo modalità differenti, specifiche per ogni percorso, portano a **risultati differenti**.

Nel corso degli anni, Starpool ha consolidato sempre di più il suo posizionamento sul mercato come partner autorevole del Wellness,

scelta che ha portato nel 2020 all'introduzione di un vero e proprio **dipartimento di ricerca scientifica interno**. È stata proprio la costante attività di ricerca, abbinata ad una conoscenza profonda dell'industria del wellness, a portare all'identificazione di **4 pilastri della salute** riconosciuti come essenziali dalla popolazione mondiale, sui quali Starpool può avere un maggiore impatto positivo attraverso le sue tecnologie: **gestione dello stress, qualità del sonno, performance psico-fisica e longevità**.



spa_system® pro allows you to achieve maximum benefits through the correct use of areas and wellness equipment.

spa_system® pro consente di raggiungere il massimo dei benefici attraverso il corretto utilizzo degli spazi e delle attrezzature benessere.



*These four pillars have now been developed into a series of programs for the spa, based on the Starpool-certified method: this is the core of the brand-new **spa_system® pro**.*

● STRESS MANAGEMENT

aims to manage stress to favour the balance between mind and body, increase focus, release tension and train the mind to react to very stressful circumstances.

● LONGEVITY

aims to maximise physical and mental well-being to protect one's health, prevent the onset of diseases connected to ageing, and naturally slow down the ageing process.

● PERFORMANCE

aims at physical recovery and increase of mental focus to ensure energy and lucidity in every circumstance, thus favouring top psycho-physical performance at all times, at work and in daily life.

● SLEEP

aims to relax muscle tensions to ensure better quality of sleep, preparing the body to fall asleep.



Starpool Infrared cabin.
Infrared cabin di Starpool.

Quattro pilastri che oggi si trasformano in veri e propri percorsi da seguire all'interno della spa, secondo il metodo certificato Starpool: è questa l'essenza del nuovissimo **spa_system® pro**.

● STRESS MANAGEMENT

Ha come obiettivo la gestione dello stress per favorire l'equilibrio mente-corpo, aumentare la concentrazione, liberare le tensioni e allenare la mente a rispondere a situazioni stressanti.

● LONGEVITY

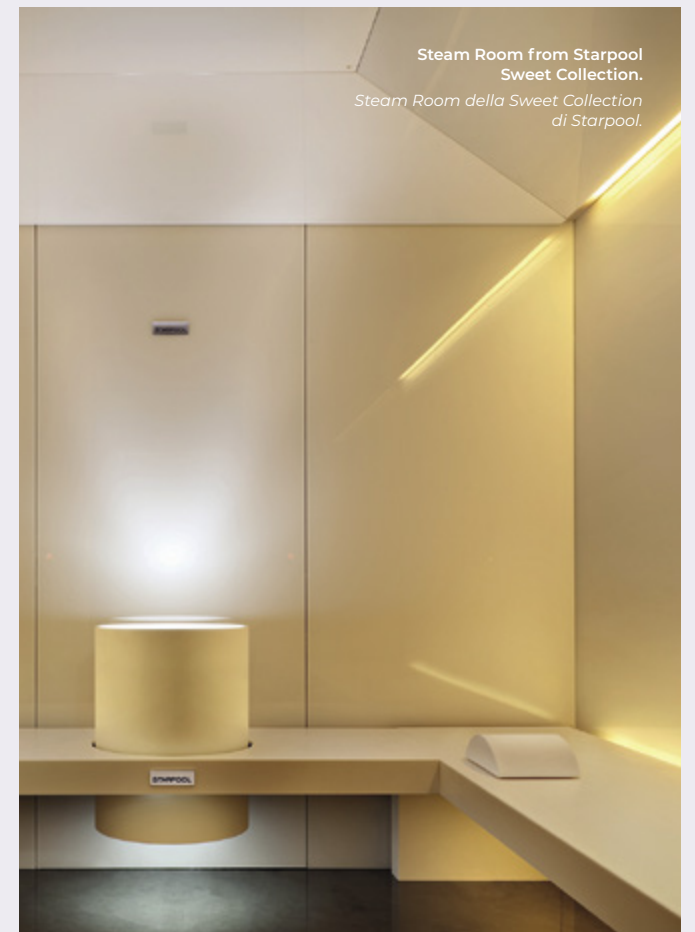
Mira alla massimizzazione del benessere fisico e mentale per salvaguardare il proprio stato di salute, prevenire l'insorgenza di malattie legate all'età e rallentare in modo naturale il processo di invecchiamento.

● PERFORMANCE

Si propone il recupero fisico e l'aumento del focus mentale per garantire energia e lucidità in ogni situazione e favorire così prestazioni psico-fisiche sempre al top, nel lavoro e nella vita quotidiana.

● SLEEP

Ha come obiettivo il rilassamento delle tensioni muscolari per una migliore qualità del sonno, predisponendo l'organismo alla fase di addormentamento.



Steam Room from Starpool
Sweet Collection.
Steam Room della Sweet Collection
di Starpool.

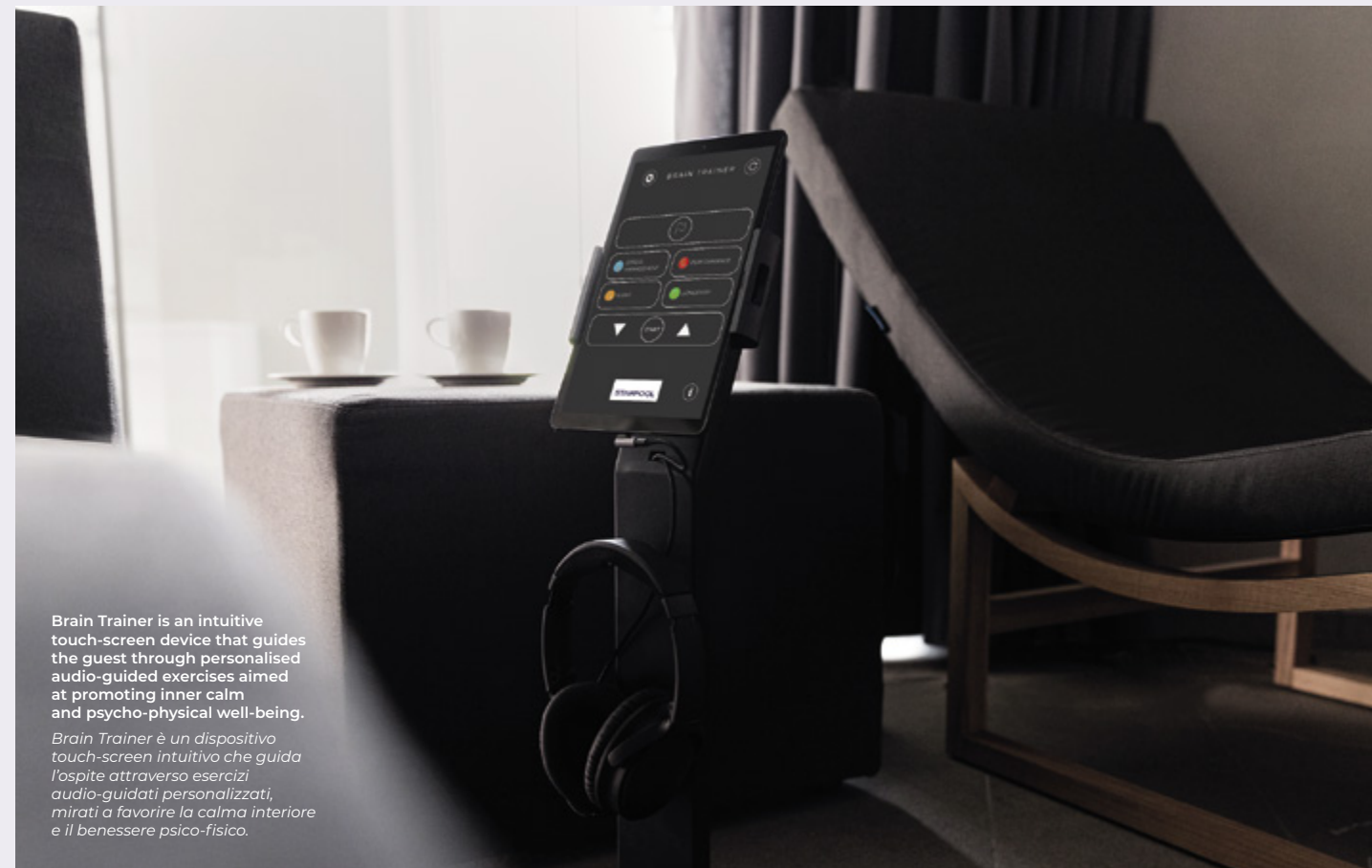


Each of the 4 programs – Stress Management, Longevity, Performance, Sleep – suggests the **sequence** of technologies to be used according to a correct alternation between heat, cold reaction and rest, and the **time to spend** in each area. All resources work synergistically in a single direction to always obtain the maximum benefit from each tool, and they **contribute to achieving different results**.

For the first time in the spa sector, spa_system® pro introduces an innovative space fully dedicated to cognitive enhancement: the **Brain Room**. In fact, each wellness program includes a moment dedicated to **mental training**, within an environment designed to accompany guests through **Mindfulness and conscious breathing** sessions. A deep regeneration experience that promotes mental and physical relaxation, helping to improve quality of life.

spa_system® pro is a cutting-edge format that allows hotel and spa managers to **add value to every Wellness proposal, customising it** according to the health goals of each guest – who will only need to let themselves be guided in an experience of encompassing well-being.

Mediterranean Bath from Starpool Glamour Collection in Optical Black.
Mediterranean Bath della Glamour Collection di Starpool in Optical Black.



Brain Trainer is an intuitive touch-screen device that guides the guest through personalised audio-guided exercises aimed at promoting inner calm and psycho-physical well-being.

Brain Trainer è un dispositivo touch-screen intuitivo che guida l'ospite attraverso esercizi audio-guidati personalizzati, mirati a favorire la calma interiore e il benessere psico-fisico.

Ognuno dei 4 percorsi - stress management, longevity, performance, sleep - suggerisce **la sequenza** di tecnologie da utilizzare secondo una corretta alternanza tra calore, reazione fredda e riposo, e le **tempistiche di permanenza** nei vari ambienti. Tutte le risorse si muovono sinergicamente in un'unica direzione, per ottenere sempre il massimo beneficio da ogni strumento, e **concorrono al raggiungimento di risultati differenti**.

Per la prima volta nel settore delle spa, spa_system® pro introduce uno spazio innovativo interamente dedicato al potenziamento cognitivo, **Brain Room**. Ogni percorso benessere include infatti un momento

dedicato all'**allenamento mentale**, in un ambiente studiato per accompagnare gli ospiti in sessioni di **Mindfulness e respirazione consapevole**. Un'esperienza di rigenerazione profonda, che favorisce il rilassamento mentale e fisico, contribuendo a migliorare la qualità della vita.

spa_system® pro è un format all'avanguardia che consente ad albergatori e spa manager di **aggiungere valore ad ogni proposta Wellness, personalizzandola** in base agli obiettivi di salute di ciascun ospite, che non dovrà far altro che lasciarsi guidare in un'esperienza di benessere totalizzante.

Cold and longevity: a winning combo

The new frontier of prevention, natural beauty and anti-ageing care, invests on cold therapy and on its **effect of activation and immunostimulation**. The latest scientific research studies confirm it, and agree on one key point: cold, if well managed, is one of the most easily accessible and natural strategies to improve people's quality of life and slow down the ageing process.

Freddo e longevità: un binomio vincente

*La nuova frontiera della salute preventiva, della bellezza naturale e dell'anti-aging scommette sul freddo e sull'azione **riattivante e immunostimolante della crioterapia**.*

A confermarlo sono le più recenti ricerche scientifiche che convergono su un punto chiave: il freddo, se gestito correttamente, rappresenta una delle strategie naturali e più facilmente accessibili per migliorare la qualità della vita e rallentare il processo di invecchiamento.

Come può il freddo influenzare il nostro corpo al punto da risultare un alleato per una vita più lunga e più sana?

Sono tanti i benefici psico-fisici che derivano dall'esposizione alle basse temperature. Ce li siamo fatti raccontare

*dal dottor Vincenzo Primitivo, Responsabile della Ricerca Scientifica in Starpool. Uno dei principali meccanismi attraverso cui il freddo può influenzare la longevità è il contrasto al rallentamento del metabolismo, una condizione che aumenta il rischio di sviluppare diverse malattie croniche. A basse temperature il nostro organismo richiede più energia per mantenere il calore interno, il che spinge il metabolismo a lavorare di più, con conseguente aumento del dispendio calorico. Questo processo **favorisce la perdita di peso e un miglior controllo del glucosio nel sangue**, entrambi associati a un ridotto rischio di andare incontro a problematiche cardiovascolari e al diabete di tipo 2. L'adattamento alle basse temperature **rinforza il sistema immunitario**: aumenta la produzione di globuli bianchi, potenziando la capacità del corpo di difendersi dalle infezioni, con minore incidenza di malattie respiratorie e infiammazioni.*

HEAD OF THE SCIENTIFIC RESEARCH
DEPARTMENT IN STARPOOL



Dr. Vincenzo Primitivo

Dr. Vincenzo Primitivo - M.D. , surgeon, specialised in Longevity Medicine, Biohacking and Health Optimization. He is Scientific Director at **Starpool** and at **Wellspring Longevity Club** in Milan, a centre of excellence for research and the most sophisticated techniques of prevention and longevity medicine. He is also the Italian representative for the **Peter Mandel International Institute**.

Dott. Vincenzo Primitivo – Medico chirurgo specializzato in Longevity Medicine, Biohacking e Health Optimization. È Direttore Scientifico di **Starpool** e del **Wellspring Longevity Club** di Milano, un centro d'eccellenza dedicato alla ricerca e all'applicazione delle più avanzate tecniche di medicina preventiva e longevità. Inoltre, è referente italiano per **Peter Mandel International Institute**.

How can cold influence our body to the point where it becomes an ally for a longer and healthier life?

Exposure to low temperature leads to numerous psycho-physical benefits. We had Dr Vincenzo Primitivo, Head of the Scientific Research Department in Starpool, tell us more about them.

Cold can influence longevity primarily because it can fight the slowdown of metabolism, which increases the risk to develop several chronic diseases. At low temperatures, our body requires more energy to maintain internal heat, which pushes metabolism to work more and burn more calories as a consequence. This process **favours weight loss and better control of blood glucose**, both reducing the risk of developing cardiovascular problems or type 2 diabetes. The adjustment to low temperatures **strengthens the immune system**: it increases the production of white blood cells, thus enhancing the body's ability to defend itself from infections, with a lower incidence of respiratory diseases and inflammation.

The nervous and hormonal systems **also** benefit from this practice. Cold stimulates the production of norepinephrine, a hormone with anti-inflammatory effects that helps the body to fight chronic inflammation, which is one of the main causes of pathological ageing. Another physiological response to cold is **autophagy**, the cell renovation process based on the degradation and recycling of damaged components. Scientific studies have shown that this mechanism of cell cleansing improves physical resilience, delays ageing and favours better resistance against oxidative stress, responsible for most degenerative diseases.

Thanks to cold, the **genes of longevity are activated** and trigger an adaptive immune response to thermal shock, which makes the body more resistant against the risk of developing chronic diseases.

And these are only the physical benefits. Exposure to cold contributes to **improving mood and mental well-being as well**, by stimulating the production of dopamine and serotonin, neurotransmitters connected to stress reduction, and by activating the sympathetic nervous system, which promotes greater mental lucidity and reduces the symptoms connected to anxiety and depression.



Ne traggono giovamento **anche il sistema nervoso e ormonale**. Il freddo stimola la produzione di noradrenalina, un ormone con effetti antinfiammatori che aiuta il corpo a combattere le infiammazioni croniche, una delle principali cause di invecchiamento patologico. In risposta al freddo si attiva poi **l'autofagia**, il processo attraverso cui le cellule si rinnovano, degradando e riciclando i propri componenti danneggiati. Studi scientifici hanno dimostrato che questo meccanismo di pulizia cellulare migliora la resilienza corporea, ritarda l'invecchiamento e favorisce una maggiore resistenza allo stress ossidativo, responsabile della maggior parte delle malattie degenerative. Grazie al freddo **si attivano infine i geni della longevità** che innescano una risposta adattativa allo stress termico, attraverso cui il corpo diventa più resistente e più protetto dal rischio di sviluppare malattie croniche.

Abbiamo fin qui visto i benefici sul corpo, ma l'esposizione al freddo contribuisce a **migliorare anche l'umore e il benessere mentale**, stimolando la produzione di dopamina e serotonina, neurotrasmettitori legati alla riduzione dello stress, e attivando il sistema nervoso simpatico che porta a una maggiore lucidità mentale e riduce i sintomi legati ad ansia e depressione.

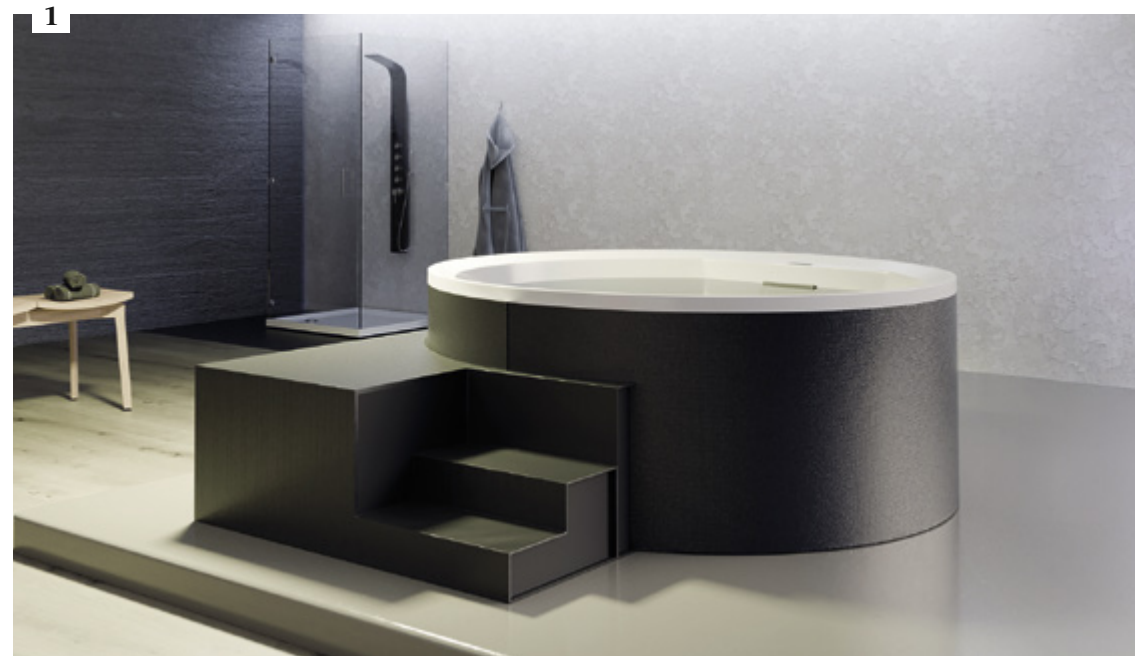
1. Ice Bath by Starpool allows you to enjoy actual cold plunges, as well as all the benefits of cold therapy.

Ice Bath di Starpool permette di effettuare veri e propri bagni in acqua ghiacciata ed ottenere tutti i benefici della terapia del freddo.

Including **the benefits of cold in every-day life** is not difficult: among the easiest methods, we can find cold showers and outdoor walks, even in winter. Our body only needs a few minutes to get used to the low temperatures.

Cryotherapy, now popular in a lot of areas, is a practice that dates back to Ancient Roman times and allows you to experience cold exposure for a short period of time.

The same benefits can be obtained also with a **gradual and non-invasive approach to low temperatures**, thanks to one of the innovative products by Starpool: **Zerobody Cryo**. The user, whose body is completely wrapped in a patented membrane and lying comfortably thanks to the dry floatation system, comes into contact with water without getting wet. Thanks to a cooling unit, the water temperature is brought to 4-6 °C. The access is gradual, making the approach to cold therapy easier, also in the daily life of people who want to



start off their day with an energy boost. Lastly, **cold plunges** in the sea or lake are more and more popular.

A similar solution, consisting of plunges in icy water whilst remaining indoors, is **Ice Bath** – designed by Starpool specifically for recovery in the world of professional sports, but ideal to be used at home too. Ice Bath is designed to be used at a temperature ranging from **+4°C to +8°C**, ensuring a bespoke experience for optimum psycho-physical recovery.

If well managed and made part of a healthy life style, **cold exposure** can become a precious ally for longevity in everyday life.

ICE BATH



ZEROBODY CRYO

L'esposizione al freddo, dunque, se gestita correttamente e inserita all'interno di uno stile di vita sano, può essere facilmente **integrata nella routine quotidiana**, rappresentando un alleato prezioso per la **longevità**.

2. Cold showers promote blood flow reactivation and muscle recovery.

Le docce fredde aiutano a stimolare la circolazione e favorire il recupero muscolare.

Zerobody Cryo: Starpool's innovation for effective and versatile cold therapy.

Zerobody Cryo, l'innovazione Starpool per una terapia del freddo efficace e versatile.



Incorporare i **benefici del freddo nella vita di tutti i giorni** non è difficile: tra i metodi più semplici ci sono le **docce fredde e le passeggiate all'aperto**, anche in inverno; bastano pochi minuti per aiutare il corpo ad adattarsi alle basse temperature. Una pratica che ha le sue radici nel passato, già al tempo degli antichi Romani, è la **crioterapia**, ormai molto diffusa, che permette di esporsi al freddo per un breve periodo. Gli stessi benefici si possono anche ottenere con un **accesso alle basse temperature modulabile e non invasivo**, grazie a uno degli innovativi prodotti realizzati in Starpool: **Zerobody Cryo**. Il corpo, completamente avvolto da una membrana brevettata e agevolato dalla condizione di comfort derivante dal galleggiamento asciutto, entra in contatto senza bagnarsi con l'acqua portata ad una temperatura di 4-6 gradi centigradi grazie ad un dispositivo di refrigerazione. L'accesso graduale consente un facile approccio all'uso della terapia del freddo anche nella quotidianità di chi desidera iniziare la giornata con un booster di energia. Da ultimo, i **bagni in acqua fredda** in mare o nei laghi, praticati da un numero sempre più alto di persone. Una soluzione simile, che consiste nell'immergersi in acqua ghiacciata, pur rimanendo in ambiente coperto, è **Ice Bath**, ideata in Starpool specificatamente per il recupero nel mondo dello sport professionistico, può essere utilizzata anche a casa. Ice Bath è studiata per un utilizzo a temperature da **+4°C a +8°C**, garantendo un'esperienza personalizzata e un recupero psico-fisico ottimale.

Six Senses Ibiza:

an authentic vision of the island between hospitality, sustainability and celebration

Designed by architect **Jonathan Leitersdorf**, the charming **Six Senses Ibiza** is located in the secluded **bay of Xarraca**, on the northern tip of Ibiza. Opened in 2021, it offers guests a **breathtaking view on the crystal clear water** and an extraordinary experience in the kingdom of hospitality and sustainability.

Six Senses Spa Lounge.
Lounge della Spa Six Senses.

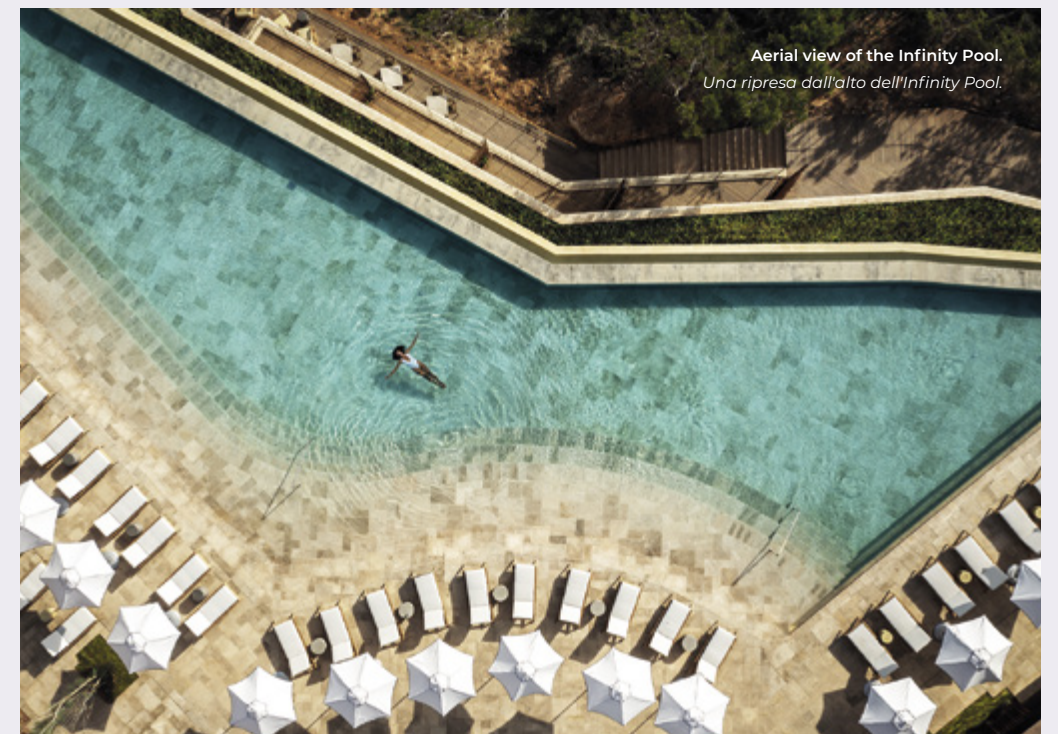


Six Senses Ibiza:

una visione autentica dell'isola tra ospitalità, sostenibilità e celebrazione

Concepito dall'architetto **Jonathan Leitersdorf**, il suggestivo **Six Senses Ibiza** è situato nell'appartata **baia di Xarraca**, sulla punta settentrionale di Ibiza. Inaugurato nel 2021, offre agli ospiti una **vista mozzafiato sull'acqua cristallina** e un'esperienza straordinaria nel regno dell'ospitalità e della sostenibilità.

Aerial view of the Infinity Pool.
Una ripresa dall'alto dell'Infinity Pool.



With over 100 among residences, villas, traditional suites and evocative suites inside caves nested in the cliffs, Six Senses Ibiza is a magical place where to enjoy **deep spiritual experiences** that celebrate music, art, sustainable fashion, wellness and the authentic spirit of the island.

“**Six Senses Ibiza is a reflection of the natural vibrations and vitality of the Balearic Islands**”,

explains
Jonathan Leitersdorf.

“By channelling the unique sense of community and celebration of the place, we have created a really transformative environment where guests are encouraged to find a deep connection within themselves and with nature, while discovering **what makes Ibiza a place like no other in the world**”.

Each experience, from food to wellness, is inspired by tradition and by the values of the northern part of the island making up a destination that offers meaningful moments of community, spirituality and celebration.



Junior Suite Terrace. Junior Suite con Terrazza.

Con oltre 100 tra residenze, ville, suite e suggestive suite in grotta, incastonate nelle scogliere, il Six Senses Ibiza si trasforma in un luogo magico, dove vivere **esperienze spirituali profonde** che celebrano la musica, l'arte, la moda sostenibile, il benessere e l'essenza autentica dell'isola.

“**Six Senses Ibiza è un riflesso delle vibrazioni naturali e della vitalità delle Baleari**”,

spiega
Jonathan Leitersdorf.

“*Incanalando il senso unico di comunità e celebrazione della destinazione, abbiamo creato un ambiente davvero trasformativo in cui gli ospiti sono invitati a connettersi in modo significativo con se stessi e con la natura, scoprendo al contempo **gli elementi che rendono Ibiza diversa da qualsiasi altro posto al mondo***”.

Ogni esperienza, dalla cucina al benessere, è ispirata alle tradizioni e ai valori del nord dell'isola per offrire una destinazione che porti momenti significativi di comunità, spiritualità e celebrazione.

The beating heart of this facility is the **Six Senses Spa**, an exclusive haven dedicated to wellness and to the care of body and mind. Built on three floors overlooking the cliff, the spa is designed specifically to create an immersive experience, thanks to **holistic treatments** and targeted programs for every need. Its solutions rely on the **innovative technologies by Starpool**, enhancing the wellness offer with spaces dedicated to physical and mental regeneration. This project was turned into reality also thanks to the partnership with **Thomas Wellness Group**, official Starpool partner in Spain.

Among these technologies, **Steam Room** is a reinvigorating oasis where the **strength of heat** is combined with the **lightness of steam**. With 45°C and a humidity rate of 98%, **Steam Room** favours the body's natural relaxation, improving perspiration and promoting the production of serotonin, the hormone of happiness. Air, steam and aromas merge **into a multi-sensory experience that leads to deep regeneration**. Another piece of excellence is the **Finnish sauna by Starpool**, enriched by the **“Combi” option**, bringing together the **tradition of the Finnish sauna with the innovation of the infra-red technology**.

A versatile environment where it is possible to choose between the intense heat of the Finnish sauna, ideal **to relax muscles and promote passive cardiovascular training**, and the localised heat of infra-red rays, penetrating inside the body through an ergonomic backrest, **facilitating recovery** after physical activity. The spa also offers a **Hammam**, an area combining tradition and innovation, where the enveloping heat and the purifying steam summon an ancient ritual **for body detoxification and mind relaxation**. At Six Senses, many are the ways that lead to well-being. Guests are guided in **a customised circuit towards**

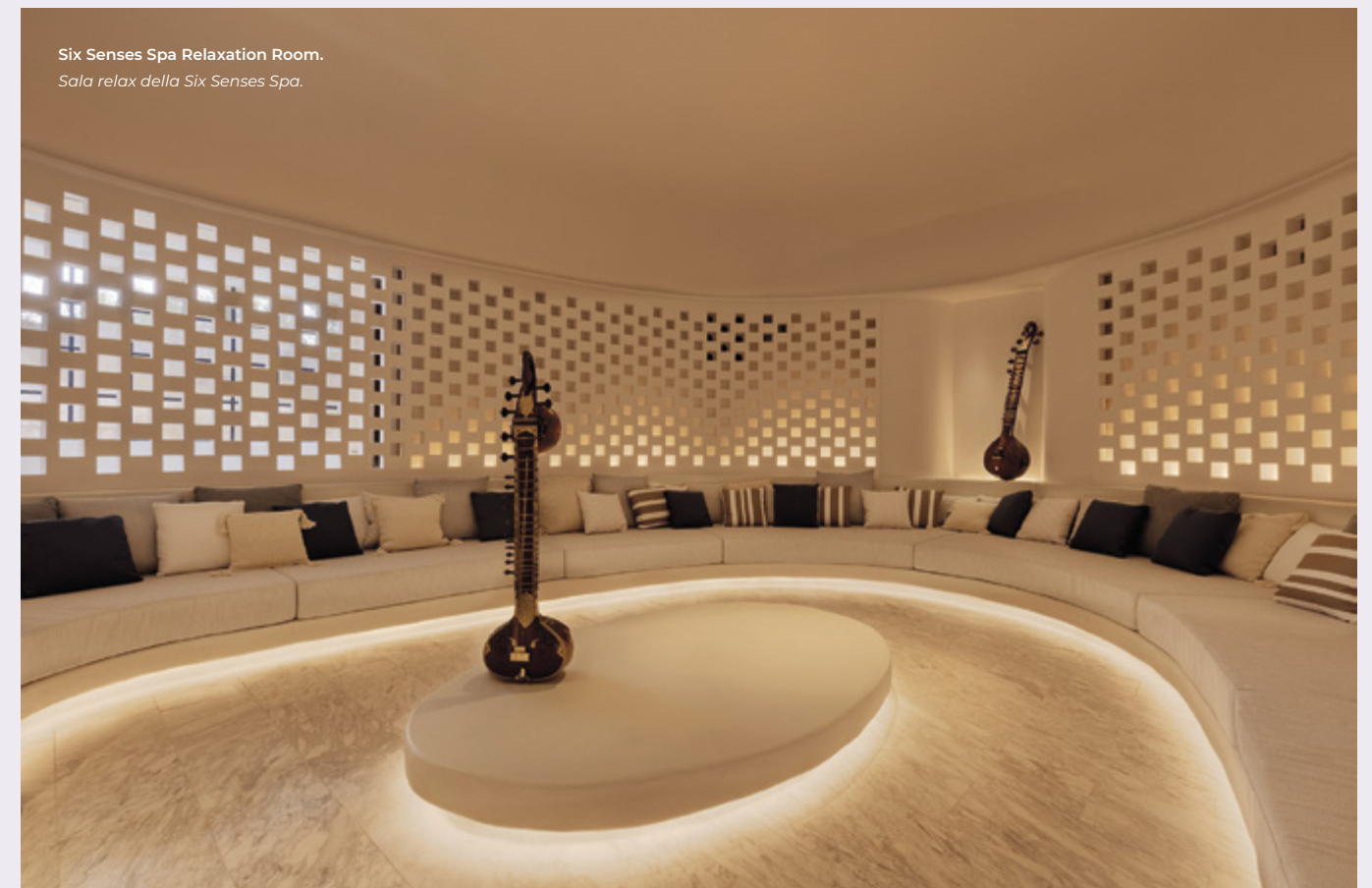


Six Senses Spa Calidarium.
Calidarium della Six Senses Spa.

*Cuore pulsante di questa suggestiva struttura è la **Six Senses Spa**, un rifugio esclusivo dedicato al benessere, alla cura del corpo e dello spirito. Costruita su tre piani affacciati sulla scogliera, la spa è progettata per dar vita a un'esperienza immersiva, grazie a **trattamenti olistici** e programmi mirati per ogni esigenza. Le sue proposte si avvalgono delle **tecnologie innovative di Starpool**, che arricchiscono l'offerta benessere con spazi dedicati alla rigenerazione fisica e mentale. Un progetto reso possibile grazie anche alla collaborazione di **Thomas Wellness Group**, partner ufficiale di Starpool in Spagna.*

*Tra queste tecnologie, **Steam Room** un'oasi rivitalizzante in cui **la forza del calore e la leggerezza del vapore** si uniscono. A 45°C e con un tasso di umidità al 98%, **Steam Room** favorisce il rilassamento naturale del corpo, migliorando la traspirazione della pelle e stimolando la produzione di serotonina, l'“ormone della felicità.” Qui, aria, vapore e fragranze profumate si fondono **in un'esperienza multisensoriale che rigenera profondamente**. Un'altra eccellenza è la **Finnish Sauna** impreziosita dall'opzione **“Combi” di Starpool** che integra la **tradizione della sauna***

***finlandese con l'innovazione della tecnologia a infrarossi**. Un ambiente versatile in cui è possibile scegliere tra il calore intenso della sauna finlandese, ideale **per rilassare la muscolatura e stimolare un allenamento cardiovascolare passivo**, e il calore localizzato dei raggi infrarossi, che penetrano nel corpo attraverso uno schienale ergonomico, **facilitando il recupero** dopo l'attività fisica. La spa offre anche un **Hammam**, un ambiente che coniuga tradizione e modernità, dove il calore avvolgente e il vapore purificante creano un rituale antico **per la detossificazione del corpo e la distensione mentale**.*



Six Senses Spa Relaxation Room.
Sala relax della Six Senses Spa.



Sono molteplici le vie che conducono al benessere e al Six Senses si è guidati in **un percorso personalizzato verso la crescita e la riconnessione:** dal **biohacking** per ottimizzare i sistemi di recupero naturale, ai workshop di benessere multistrato, alle proposte personalizzate per la cura della pelle.

Il **Rose Bar** è un club innovativo in cui **medicina funzionale e saggezza spirituale** danno vita a **programmi di longevità**, combinando diagnosi con guida nutrizionale e moderni metodi di guarigione per ottimizzare salute e prestazioni.

Lo spazio di 1.200 metri quadrati ospita anche **un'area fitness all'avanguardia, una piattaforma yoga sul tetto, un ring di boxe all'aperto, un bagno turco, un salone, un bagno caldo e molto altro.**

Six Senses Spa Steam Room.
Bagno turco della Six Senses Spa.

growth and reconnection: from **biohacking** to optimise one's natural recovery devices, to workshops of multi-layer wellness, to customised proposals for skin care. **Rose Bar** is an innovative club where **functional medicine and spiritual wisdom result in longevity programs**, combining diagnosis and nutrition guide with modern healing

methods to optimise health and performance. The area measures 1,200 sqm and also features **a cutting-edge fitness area, a yoga platform on the roof, an outdoor boxing ring**, a steam bath, a salon, a hot bath and much more.

The complete offer of bars and restaurants in this wellness temple presents the power of biological, seasonal and local ingredients in different and innovative ways.

The Chef means to boost the energy of the island through plant-based cuisine, taking advantage of the abundance of ingredients in Ibiza, from avocados to watermelons, oranges, melons, and coarse salt. The goal is that food speaks for itself.

The Farm provides **fresh and biological** products. Through regenerative agriculture, the reduction of water use, the promotion of local biodiversity and a farm-to-table approach, the food that is served is not only

nutritious, but also **in line with the fundamental values of sustainability**.

After all, each detail at Six Senses Ibiza, was designed to combine quality and sustainability.

Powered by its own sources of renewable energy, reaching up to 51%, and pursuing the goals of Zero Waste and zero disposable plastic, it is the **first resort and residential community** in the Balearic Islands to have obtained the **BREEAM certification**. It is one of the most important building assessment methods internationally, setting a new **benchmark for sustainable real estate sector worldwide**.

L'offerta completa di bar e ristoranti di questo tempio del benessere mette in mostra i poteri degli **ingredienti biologici, stagionali e di provenienza locale** in modi diversi e innovativi.

Lo Chef trasferisce l'energia di Ibiza nelle sue ricette con una cucina a base vegetale, sfruttando l'**abbondanza naturale di ingredienti dell'isola**, dagli avocado alle angurie, alle arance, ai limoni e al sale grosso. L'obiettivo è che sia il cibo a parlare.

The Farm fornisce prodotti **freschi e biologici**. Attraverso l'agricoltura rigenerativa, la riduzione al minimo dell'uso di acqua, il supporto della biodiversità locale e un approccio dalla fattoria alla tavola,

il cibo che viene servito non è solo nutriente, ma anche **in linea con i valori fondamentali di sostenibilità**.

Del resto, al Six Senses Ibiza, ogni dettaglio è stato progettato per coniugare la qualità con la sostenibilità.

Alimentato da proprie fonti di energia rinnovabili, fino al 51 per cento in qualsiasi momento, e con obiettivi di zero rifiuti e zero plastica monouso, è il **primo resort e comunità residenziale** delle Isole Baleari a ottenere la **certificazione BREEAM**, il metodo di valutazione ambientale degli edifici tra i più rilevanti a livello internazionale, rappresentando un nuovo **punto di riferimento per il settore immobiliare sostenibile** in tutto il mondo.

Snapshot of La Plaza.
Uno scatto de La Plaza.





Mandarin Oriental, Milan

and the new urban
havens for daily well-being

Regenerating body and mind, getting
rid of the stress of everyday life
and find oneself once more:
all of this in a unique context
not far from home.

TRAVEL & SPA

Mandarin Oriental, Milan

e i nuovi rifugi urbani per un benessere quotidiano

Rigenerare il corpo e la mente, liberarsi dallo stress della vita quotidiana e ritrovare sé stessi, in un contesto assolutamente unico senza allontanarsi troppo da casa.



This is the promise of the **urban retreat**, a wellness experience that is more and more widespread in exclusive hotels, designed to offer a **regenerating break amidst the city frenzy**. The idea of an **exclusive holiday a few minutes from home** has become more and more attractive. You only need to choose the ideal solution to make your escape unforgettable: a hotel equipped with every possible comfort, **a spa, a pool, treatments and rituals that allow you to pursue your wellness goals**. There are also those who travel for reasons other than well-being and wish to **find time for wellness during their stay**. As a matter of fact, more and more guests look for a complete and immersive experience that goes beyond a mere training at the gym, through the integration of **relaxation circuits, regenerating treatments and bespoke services for personal psycho-physical well-being**. To find out more about all of this, we visited the **Mandarin Oriental, Milan**, at walking distance from Milan Cathedral, where different kinds of **style and design merge with award-winning cuisine** and absolute comfort. A wellness oasis in the heart of the city, where you get to take care of yourself with a spa, regenerating treatments and exclusive services dedicated to relaxation and psycho-physical balance. We have talked about this with **Giorgia Teodori, Spa Manager** of the facility.

What differences do you see in guests' current expectations and needs as opposed to the past?

There surely is greater demand of highly customised treatments, combined with greater awareness on the use and benefits of wet areas, especially sauna and steam bath.

In your opinion, what led to the growth in the demand of exclusive services in hotels?

The growing attention to health and well-being. Guests come to us in the morning for a spa treatment. They relax in the wet areas and in our wonderful pool, then end the day with an aperitif, lunch, dinner at Mandarin Garden, or a Michelin-starred experience at our restaurant Seta by Antonio Guida.



*È questa la promessa **dell'urban retreat**, un'esperienza di benessere sempre più diffusa tra gli hotel esclusivi, pensati per offrire una **pausa rigenerante dal ritmo frenetico della città**.*

*L'idea di una **vacanza esclusiva a pochi minuti da casa** è sempre più attrattiva, basta scegliere la soluzione ideale per rendere la propria fuga indimenticabile: un hotel dotato di ogni confort con **spa, piscina, trattamenti e rituali che permettano di perseguire i propri obiettivi di benessere**. Non mancano coloro che, pur viaggiando per motivi diversi dal benessere, desiderano ritagliarsi momenti di wellness durante il soggiorno. Sempre più ospiti, infatti, cercano*

*un'esperienza completa e immersiva, che vada oltre un semplice allenamento in palestra, integrando **percorsi di relax, trattamenti rigeneranti e servizi su misura per il proprio equilibrio psico-fisico**. Per saperne di più, siamo andati al **Mandarin Oriental, Milan** a pochi passi dal Duomo dove **stile e design si combinano con una cucina stellata** e un comfort assoluto. Un'oasi di benessere nel cuore della città, dove prendersi cura di sé tra spa, trattamenti rigeneranti e servizi esclusivi dedicati al relax e al riequilibrio psico-fisico. Ne parliamo con la **Spa Manager** della struttura, **Giorgia Teodori**.*

Quali differenze vedete nelle aspettative e nelle esigenze degli ospiti rispetto al passato?

Sicuramente c'è una maggior richiesta di trattamenti altamente personalizzati, unita a più consapevolezza sull'uso e sui benefici delle aree umide, in particolar modo sauna e bagno turco.

Cosa ha portato, secondo voi, alla crescita della domanda di servizi esclusivi negli hotel?

La crescente attenzione alla salute e al benessere. Gli ospiti vengono da noi la mattina per un trattamento spa, si rilassano nelle aree umide e nella nostra bellissima piscina, e continuano o concludono la giornata con un aperitivo, un pranzo, una cena presso il Mandarin Garden, una meravigliosa esperienza stellata presso il nostro ristorante Seta by Antonio Guida.

Quali sono i servizi chiave che offrite e che attraggono una clientela al di fuori degli ospiti abituali dell'hotel?

I nostri signature treatments. Si possono trovare esclusivamente al Mandarin Oriental e comprendono esperienze olistiche orientate al rilascio della tensione fisica e dello stress e attività che migliorano la mobilità del corpo mediante l'impiego di tecniche speciali da parte delle nostre terapisti.



What are the key services that you offer and that attract a different kind of clients to the hotel regular guests?

Our signature treatments. They can be found only at Mandarin Oriental and include holistic experiences for the release of physical tension and stress, as well as activities improving motility thanks to the special techniques used by our therapists. In line with the present trends, what we offer is a regenerating treatment for head, eyes, neck, shoulders, hands and feet that eases the tensions caused by the frequent use of digital devices. Many actions are skilfully combined in one treatment to fight the effects of sedentary lifestyle and increase motility; for instance, relaxation of the trigger points, deep muscle massage, muscle stretching. Our offer also includes experiences where our professionals create bespoke treatments to perfectly meet the individual needs of each one of our guests.

TRAVEL & SPA

In linea con le più attuali esigenze, viene proposto un trattamento rigenerante che concentrandosi su testa, occhi, collo, spalle, mani e piedi, allevia le tensioni dovute all'utilizzo frequente dei dispositivi digitali. Per contrastare la sedentarietà e aumentare la mobilità, si combinano sapientemente in un unico trattamento: scioglimento dei trigger point, manipolazione muscolare profonda, stretching e allungamento dei muscoli. Non mancano, infine, esperienze in cui nostri professionisti creano trattamenti su misura per rispondere perfettamente alle esigenze di ogni ospite.

In che modo la vostra struttura riesce a rispondere alle esigenze di residenti locali e viaggiatori occasionali, oltre che a quelle dei vostri ospiti?

Offriamo un'ampia gamma di servizi e proposte pensati per soddisfare le esigenze degli ospiti, sia dell'hotel che milanesi, fino ai viaggiatori. La nostra offerta di trattamenti viso e corpo, percorsi benessere con l'impiego di brand cosmetici d'eccellenza conosciuti in Italia e all'estero è un invito a prendersi cura di sé. Le nostre facility - fra cui una Spa Suite, una scenografica piscina coperta e un centro fitness all'avanguardia - valorizzeranno ulteriormente il viaggio nel benessere dei nostri ospiti.

How does your facility meet the needs of local residents and casual travellers, as well as those of your guests?

We offer a wide range of services and proposals designed to meet the needs of every guest, be they hotel clients, local people or travellers.

Our offer of face and body treatments, wellness circuits completed with cosmetic brands of excellence, known in Italy and abroad, is an invite to take care of yourself. Our facilities – including a Spa Suite, a scenic indoor pool and a cutting-edge fitness centre – further increase the value of our guests' journey into wellness.

Do you offer memberships or subscription solutions that give access to your spaces and services? What exclusive advantages do you offer to those who choose to participate?

Yes, we have three different kinds of Membership – Blissful, Serenity and Energising – valid for six months to a year.

The yearly subscription is the most complete and includes access to all spa areas (steam bath, sauna, swimming pool and gym) and a selection of bespoke treatments. The six-month



subscription grants access to the spa areas, with the exception of the pool. All our memberships feature discounts at our f&b outlets and at our hair salon.

What are the distinctive aspects of your facility or of your approach that you deem particularly attractive for those who are in search of an unconventional experience that isn't necessarily connected to the stay?

The oriental heritage is without a doubt our distinctive trait. The oriental hospitality is tangible upon entering the sauna, in the approach, gestures, welcome drinks and oshibori.



Offrite forme di abbonamento o membership che permettono di accedere ai vostri spazi e servizi? Quali vantaggi esclusivi offrite a chi sceglie di aderire?

Sì, abbiamo tre diverse tipologie di Membership - Blissful, Serenity ed Energising - che vanno dall'annuale al semestrale. L'annuale, l'abbonamento più completo, include l'accesso a tutte le aree spa (bagno di vapore, sauna, piscina e palestra) e un carnet di trattamenti personalizzati. La membership semestrale include l'accesso alle aree spa, ad eccezione della piscina. In tutte le membership sono incluse sconti presso i nostri outlet f&b e il nostro parrucchiere.

Quali aspetti distintivi della vostra struttura o del vostro approccio ritenete particolarmente attraenti per chi cerca un'esperienza non convenzionale e non necessariamente legata al soggiorno?

Senza dubbio il nostro tratto distintivo è l'oriental heritage. Dall'entrata in spa si può percepire l'accoglienza orientale, dall'approccio, dalla gestualità al drink di benvenuto e oshibori. Si respira un'atmosfera di ispirazione asiatica anche grazie al design della spa che si basa sul feng shui e sui 5 elementi di medicina tradizionale cinese (metallo, acqua, fuoco, legno e terra).



The atmosphere evokes the East, also thanks to the spa design based on feng shui and the five elements of traditional Chinese medicine (metal, water, fire, wood and earth).

How did you adapt the spaces of the facility to make external visitors' access smoother?

By monitoring guests' access so as to allow everyone to enjoy the spa areas in full privacy and relaxation. As an external guest, you need to book a spa treatment of at least 80 minutes in order to access out wet areas, so as to stagger the entrances and give everyone the chance to enjoy the experience fully.



In che modo avete adattato gli spazi della struttura per rendere più fluido l'accesso a visitatori esterni?

Monitorando l'afflusso degli ospiti in modo che tutti possano beneficiare delle aree spa in totale privacy e relax. Per accedere alle nostre aree umide come ospite esterno è necessaria la prenotazione di un trattamento spa di almeno ottanta minuti, così da scandire i vari ingressi e dare a tutti l'opportunità e il tempo per vivere pienamente l'esperienza.

C'è un'esperienza o un servizio esclusivo che riservate ai vostri membri o a una clientela selezionata? In che modo contribuiscono a creare un senso di appartenenza e fedeltà?

Sì, offriamo ai Fans of M.O. - quindi a coloro che si iscrivono, gratuitamente, al programma di apprezzamento del Gruppo - benefit legati

TRAVEL & SPA

alla spa per completare la loro esperienza di benessere. I soci Fans of M.O. possono scegliere tra De-stress Muscle Gel per distendere i muscoli e donare un'immediata sensazione di sollievo, Patch Défatigants per il contorno occhi, ideali per ridurre occhiaie, borse e rughe sottili o Hydra & Plump Mask, una preziosa maschera a base di siero di zaffiro perfetta per levigare e idratare tutti i tipi di pelle. Queste attenzioni contribuiscono certamente a creare un senso di appartenenza: tutti i Fans of M.O. troveranno in qualunque Hotel del Gruppo nel mondo una coccola extra a loro dedicata.

In che modo questi nuovi trend cambieranno l'industria dell'ospitalità nei prossimi anni?

Sicuramente gli ospiti saranno sempre più esigenti e preparati, di conseguenza le attrezzature nelle spa dovranno essere all'avanguardia per rispondere a richieste ed esigenze sempre più precise.





Is there an exclusive experience or service that you reserve to your members or to picked clients?

How do these contribute to building a sense of belonging and trust?

Yes, we offer the Fans of M.O. – that is, those who subscribe for free to the Group appreciation programs – spa-related benefits to complete their wellness experience. The Fans of M.O. members can choose between De-stress Muscle Gel, to relax muscles and offer an immediate sensation of relief; Patch Défatiguants for eye contour, ideal to reduce dark circles, eye bags or thin wrinkles; and Hydra & Plump Mask, a precious mask containing sapphire serum to smooth out and hydrate all skin types.

This kind of attention certainly contributes to creating a sense of belonging: all the Fans of M.O. will find extra pampering for them in any hotel of the Group worldwide.

How will these trends change the industry of hospitality over the next few years?

Guests will surely be more and more demanding and prepared.

For this reason, spa equipment will have to be innovative, in order to meet ever more specific requirements and needs.



[comfort zone]

conscious skin science

Customised business consultations, high-performing sustainable formulas, treatments, and technologies for memorable guest experiences. Progetti personalizzati di consulenza spa, trattamenti, tecnologie e formulazioni cosmetiche altamente performanti e sostenibili.

comfortzoneskin.com



VILLA PETRIOLO AND THE SECRETS OF LONGEVITY

VILLA PETRIOLO E I SEGRETI DELLA LONGEVITÀ



Aerial view of the main pool.
Vista aerea della piscina principale.

A **bio-estate** measuring 170 hectares in the heart of Tuscany, a **sixteenth-century farmstead**, a spa and a **Longevity spa**: it is not easy to encapsulate **Villa Petriolo** in one definition.

It is a unique place – it bears saying it – where to regenerate in contact with nature. Completely **renovated under the aegis of the supervising authority**, this estate stands in the open countryside between **Cerreto Guidi and Fucecchio**, on narrow roads that wind through vineyards, olive groves, aromatic gardens and semi-wild flocks.

After the opening of the restaurant and of the resort, the spa is the third act of a project that turns this rural centre into an excellence in the market of luxury hospitality.

1

1. Garden of the building San Martino.

Giardino esterno dell'edificio San Martino.

2. Snapshot from the outside with the annex building on the left and the main building on the right.

Uno scatto dell'esterno della tenuta con la dependance visibile a sinistra e l'edificio principale a destra.



2

Una **tenuta biologica** di 170 ettari nel cuore della Toscana, una villa cinquecentesca che ospita una **fattoria rinascimentale**, una spa e una **Longevity spa**: non è facile racchiudere in una definizione Villa Petriolo, un luogo unico - è davvero il caso di dirlo - dove rigenerarsi a contatto con la natura. Ci troviamo in aperta campagna tra **Cerreto Guidi e Fucecchio**, su strette strade che si dipanano tra vigneti, oliveti, giardini aromatici e greggi allo stato semibrado in una dimora completamente **ristrutturata sotto la tutela della Soprintendenza**. Dopo l'apertura del ristorante e del resort, l'aggiunta della spa rappresenta il terzo atto di un progetto esclusivo che trasforma questo borgo rurale in una destinazione d'eccellenza per l'hospitality di lusso.

A small world dedicated to Wellness

that includes **elements of rural economy** – cosmetics realised with medicinal herbs, self-produced goat and donkey milk – created **with care and respecting the environment**. From the herbal tea to the supplements, to the **four cosmetic lines** – olive wood, pine, oak and acacia: everything is the result of a natural choice originating from the **sustainable work** at Villa Petriolo. The best that nature has to offer is perfectly combined with cutting-edge solutions which, through our method, define products that are functional to the guests' health and well-being goals. We from Starpool realised



a bespoke project, **perfectly in line with the philosophy of the place**, taking inspiration from the harmony of Tuscan nature and the Renaissance art that characterises this magical area. An innovative proposal combining the **traditional spa Wellness**, where to regenerate and take care of oneself, with the **more technological approach of the Longevity spa**, with cutting-edge solutions for lasting well-being.



1. Wellness suite of the building San Martino.

La Wellness suite all'interno dell'edificio San Martino.

2-3. Mater Wellness Retreat: the indoor heated pool.

La piscina interna riscaldata, Mater Wellness Retreat.

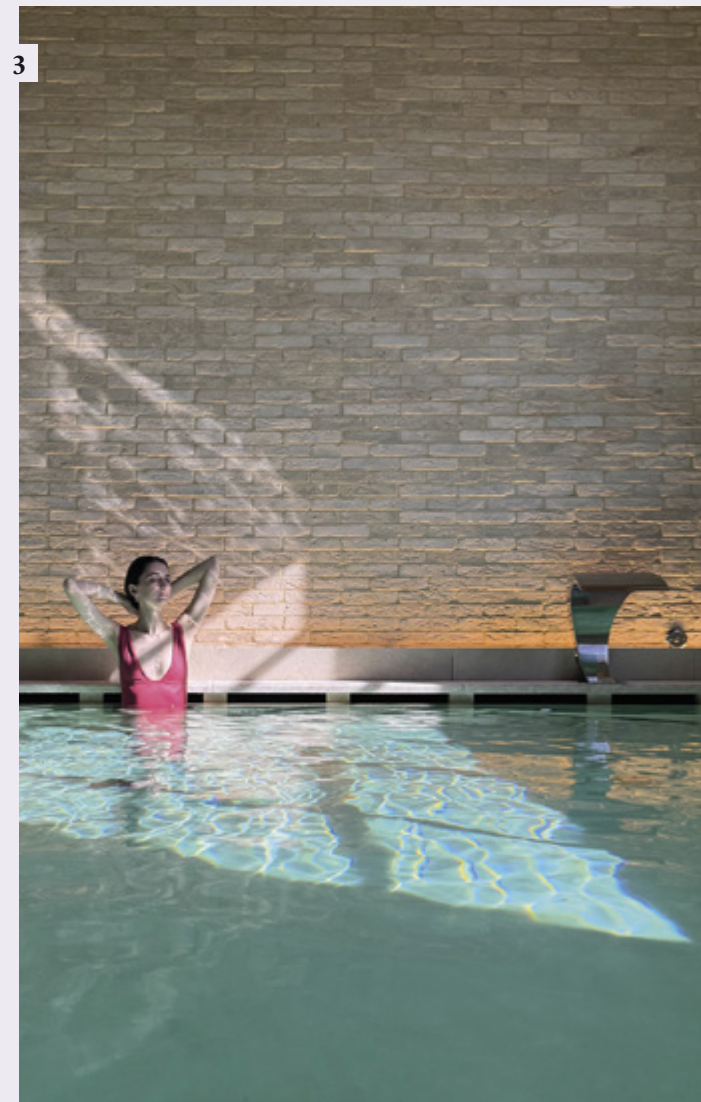
4. Longevity Food Lab inside the building San Martino.

Longevity Food Lab all'interno dell'edificio San Martino.

Wellness

UN PICCOLO MONDO DEDICATO AL WELLNESS

che incorpora **elementi dell'economia rurale** - cosmetici creati con erbe officinali, il latte di capra e asina autoprodotti - realizzati **con cura e profondo rispetto per l'ambiente**. Dalle tisane agli integratori, alle **quattro linee cosmetiche** - ulivo, pino, quercia e acacia - tutto è frutto di una scelta naturale che nasce **dal lavoro della tenuta sostenibile** di Villa Petriolo. Il meglio che la natura può offrire si combina mirabilmente con soluzioni all'avanguardia, che attraverso il nostro metodo definiscono prodotti di utilizzo funzionali agli obiettivi di salute e benessere degli ospiti. Un progetto su misura, **perfettamente in sintonia con la filosofia del luogo**, che noi di Starpool abbiamo creato ispirandoci all'armonia tra la natura toscana e l'arte rinascimentale che caratterizza questo magico ambiente. Una proposta innovativa che combina il **Wellness tradizionale di una spa**, dove rigenerarsi e prendersi cura di sé, all'approccio **più tecnologico di Longevity spa** con soluzioni all'avanguardia per un benessere sempre più duraturo.



Within **Mater Holistic Wellness Centre**, the wet area offers a variety of experiences: Finnish saunas, steam baths, emotional areas and cold reactions feature traits of exclusive design and blend perfectly in the architecture of the place.

Beside the traditional spa, you can find our **Health Innovation** products integrated in specific scientifically-validated programs.

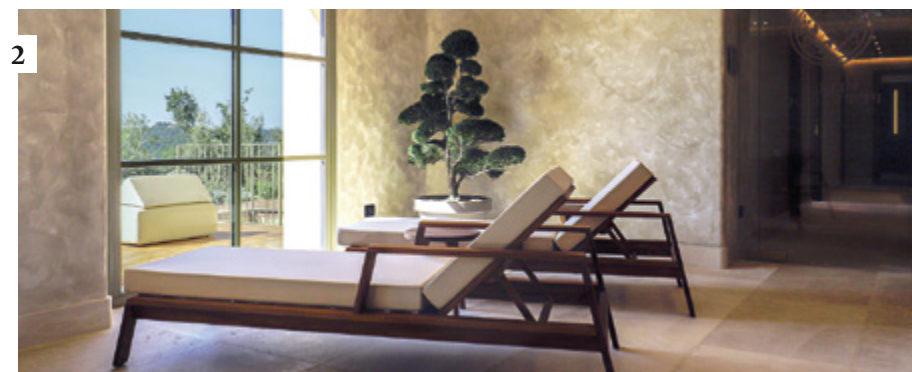
A winning combination that results in a **Longevity area dedicated to prevention and anti-ageing**.

Here, you can try the benefits of zero gravity on our patented system Zerobody Dry Float.

The reduced weight perception, the lumbar massage and the lights activate deep **mental and physical regeneration**, help blood flow and stimulate the cardiovascular system.

Moreover, **Mindfulness** exercises and **breathing techniques** – integral part of the Brain Training programs – make the experience extremely restorative, even in a short time.

Another innovation featured in the Longevity spa is **Zerobody Cryo**: its new adjustable **and gradual approach** to cold therapy brings the same benefits as nitrogen cryotherapy and cold plunges.



1. Cold Therapy with Zerobody Cryo at Mater Wellness Retreat.

Terapia del freddo con Zerobody Cryo nel Mater Wellness Retreat.

2. Relaxation area at Mater Wellness Retreat.

Area relax all'interno di Mater Wellness Retreat.

Nel Centro Benessere Olistico Mater, l'area wet offre una ricca varietà di esperienze tra saune finlandesi, bagni di vapore, aree emozionali e reazioni fredde, con elementi dal design esclusivo che si integrano perfettamente con l'architettura del luogo.

*Accanto alla spa tradizionale sono disponibili i prodotti della nostra gamma **Health Innovation** integrati con programmi specifici validati dalla scienza.*

*Una combinazione vincente da cui prende vita un'area **Longevity dedicata alla salute preventiva e all'anti-aging**.*

Qui si sperimentano i benefici della microgravità offerti dal nostro sistema brevettato Zerobody Dry Float.

*La ridotta percezione del peso, il massaggio lombare e le luci cromatiche favoriscono una **rigenerazione fisica e mentale**, attivano la circolazione sanguigna e stimolano il sistema cardiovascolare.*

*Inoltre, gli esercizi di **Mindfulness** e le tecniche di respirazione, parte integrante dei programmi di Brain Training, rendono l'esperienza profondamente rigenerativa, anche in tempi brevi.*

*Altra innovazione della Longevity spa è **Zerobody Cryo** che, con il suo nuovissimo approccio alla **crioterapia**, modulabile e graduale, apporta gli stessi benefici della crioterapia ad azoto o dell'immersione in acqua ghiacciata.*

Interior of Mater Wellness Retreat.
Interno del Mater Wellness Retreat.



Finnish Sauna by Starpool in Toulipier Thermowood with panoramic view on the Tuscan hills.

Finnish Sauna by Starpool in Toulipier Thermowood, con vista panoramica sulle colline Toscane.

The spa of Villa Petriolo stands out for offering a complete and well-structured experience thanks to the **format spa_system®**, designed to make the spa more performing. It combines specific products and programs of usage according to our method, indicating the correct **equipment sequence** and **alternation between the different kinds of heat, cold reaction and rest sessions**, as well as the **duration** of each phase to achieve the desired results. In this way, the spa is no longer an end in itself but it is part of a program that, in a synergy with

other treatments, outdoor activities and appropriate nutrition, helps guests to achieve their desired goals, be they deep relaxation through quality sleep, **improvement of psycho-physical performance or slowing down the natural ageing process**, thanks to detox and anti-ageing activities.

A unique and original approach meeting the needs of those who want to live complete and **customised wellness experiences** ever more oriented towards **longevity**. This is the secret of Villa Petriolo.

Il tratto distintivo della Spa di Villa Petriolo è quello di aver elaborato una proposta completa e articolata grazie al **format spa_system®**, progettato per rendere più performante la spa. Combina prodotti e programmi di utilizzo specifici secondo il nostro metodo, suggerendo **la sequenza delle attrezzature** da usare, la corretta **alternanza tra i diversi tipi di calore, di reazioni fredde e riposo, e le tempistiche di permanenza** per massimizzare i benefici ricercati.

La spa, dunque, non è più un'attività fine a se stessa, ma parte di un percorso che, in sinergia con altri trattamenti, attività outdoor e una corretta nutrizione, concorre



al raggiungimento degli obiettivi desiderati dagli ospiti, siano essi il **rilassamento profondo** attraverso un sonno di qualità, il **miglioramento delle performance psico-fisiche** o il **rallentamento del naturale processo di invecchiamento**, grazie ad attività detox e antiaging.

Un approccio unico e originale che risponde alle esigenze di chi desidera vivere **esperienze di benessere personalizzate e complete**, sempre più proiettate verso la **longevità**.

È questo il segreto di Villa Petriolo.

1. The Steam Bath at Mater Wellness Retreat.
Il bagno di vapore del Mater Wellness Retreat.

2. Dry floatation session on Zerobody Dry Float.
Sessione di galleggiamento asciutto con Zerobody Dry Float.

THE WELLNESS CONCEPT BY STARPOOL IN THE FIVE-STAR WELLNESS OASIS AT HOTEL ADLON KEMPINSKI



View from the newly black-tiled pool with separate whirlpool and the elegant Fireplace Lounge in the background.

Vista dalla nuova piscina rivestita in piastrella nera, con idromassaggio separato e la Fireplace Lounge sullo sfondo.

*In the beating heart of Berlin at walking distance from the renowned Brandenburg Gate, rises the famed **Hotel Adlon Kempinski**, an iconic place of hospitality, as well as one of the most modern wellness oases in the world of luxury hotellerie.*

The Wellness area, the Adlon Spa by Resense, has recently been renovated and improved thanks to the opening of a new independent area – the Adlon Pool, a dive into a world of sheer relaxation. An actual **wellness refuge of 900 sqm**, featuring a lounge with a fireplace, encouraging guests to enjoy **moments of deep regeneration for body and soul**.

IL WELLNESS CONCEPT DI STARPOOL NELL'ISOLA BENESSERE A CINQUE STELLE DELL'HOTEL ADLON KEMPINSKI

*Nel cuore pulsante di Berlino, a pochi passi dalla rinomata Porta di Brandeburgo, sorge il leggendario **Hotel Adlon Kempinski**, un luogo d'accoglienza iconico, nonché una delle più moderne oasi di benessere dell'hotellerie di lusso.*

1. New Fireplace Lounge with relaxing sofas and chairs next to the whirlpool.

La nuova Fireplace Lounge con divani e sedute per rilassarsi vicino all'idromassaggio.

2. View of the modernised pool area from the Fireplace Lounge.

Vista dell'area piscina rimodernata dalla Fireplace Lounge.



L'ambiente dedicato al Wellness, l'**Adlon Spa by Resense**, è stato recentemente arricchito dall'**apertura di un nuovo spazio indipendente e separato, l'Adlon Pool**: un tuffo in un mondo di totale relax. Un vero e proprio **rifugio benessere di 900 mq**, completo di una lounge con camino, che invita gli ospiti a concedersi **momenti di rigenerazione profonda per corpo e anima**.



The elegant interior bears the signature of designer Anne Maria Jagdfeld, who has shaped the appearance of the internationally awarded Hotel for 27 years:

«We're happy to offer our guests a modern but timeless place of retreat, matching the famous Adlon Spa by Resense. The new meditative atmosphere allows guests to live unique wellness experiences».

Adlon Pool features numerous solutions for those who want to **let themselves go to a regenerating break**. In the middle, lays an elegant pool clad with marble-effect black tiles and enhanced by refined lights evoking the shades of the sea at sunset. Then, a whirlpool and **a sauna area with the products designed by Starpool for the hotel**. You go from the intense heat of the traditional **Finnish sauna** to the milder temperature of the **Soft Sauna**, passing through the humid heat of the **Steam Room** recalling the typical Arab hammams.

The two cold reactions, the

regenerating **Ice Fall** and the soon-to-be-here **Cold Pool**, to dive into icy water, alternate the hot sessions and favour the **rebalancing of body temperature**.

The WDT Werner Dosiertechnik showers, combining harmonious colour change, relaxing sounds and vaporisation of essential oils, complete this sensory experience.



L'elegante concept d'arredo è firmato dalla designer d'interni Anne Maria Jagdfeld, che da 27 anni dà forma all'aspetto dell'Hotel, premiato a livello internazionale.

«Siamo lieti di offrire ai nostri ospiti un luogo di ritiro moderno e senza tempo che eguaglia il famoso Adlon Spa by Resense. La nuova atmosfera meditativa permette di vivere esperienze di benessere uniche».

Spiega la designer.

*All'interno di Adlon Pool sono numerose le soluzioni per chi desidera **abbandonarsi a una pausa rigenerante**.*

Al centro si trova l'elegante piscina rivestita con piastrelle nere a effetto marmo che, impreziosita da un'illuminazione raffinata, evoca i colori del mare al crepuscolo.

*A seguire la vasca idromassaggio e un'area **saune allestita con i prodotti realizzati da Starpool per la struttura ricettiva**.*

*Si passa dal calore intenso della classica **Finnish Sauna**, a quello più moderato della **Soft Sauna**, passando per quello umido di una **Steam Room** che rievoca lo stile tipico degli hammam arabi.*

*Il tutto alternato con le reazioni fredde di **Ice Fall**, una rigenerante cascata di ghiaccio e della futura **Cold Pool**, una vasca a immersione gelida di prossima apertura, che favoriscono il **riequilibrio della temperatura corporea**.*

A rendere completa l'esperienza sensoriale, le docce di WDT Werner Dosiertechnik, con cambi di colore armonizzanti, suoni rilassanti e vaporizzazioni di oli essenziali.

*«We were eager about the reopening of our wellness space, and we are pleased to complete our **Adlon Spa by Resense** with the new Adlon Pool in a top-notch style to offer our guests a perfect relaxation experience».*

This is what Karina Ansos, the hotel CEO, states with pride.

The Hotel wellness proposal is even richer, in full Adlon style. Each element was designed indeed to allow everyone **to take care of themselves from every point of view**, as wellness also includes fitness and nutrition. The Gym area features cutting-edge equipment for those who want to work out, and multimedia contents with news, films and TV series. And lastly, the new **Pool Bar** allows guests to enjoy a **top-level food experience**, sipping on fresh fruit and vegetable smoothies and tasting a wide range of healthy meals. Not to mention the inviting cocktails, tea and coffee varieties.

A complete and varied set of services offered by Adlon Kempinski, the ideal destination for anyone who wants to treat themselves to **an authentic five-star wellness experience**.



New Adlon deluxe saunas by Starpool: a Glamour Soft Sauna in Savublack Fir, an Eclipse Finnish Sauna and a Steam Room in Eco Stone Black with a Vision front.

Le nuove saune deluxe di Starpool al New Adlon: una Soft Sauna Glamour in abete nero, una Finnish Sauna nel modello Eclipse e uno Steam Room Vision in Eco Stone Black.

*«Abbiamo atteso con grande entusiasmo la riapertura del nostro spazio benessere e siamo felici di completare il nostro **Adlon Spa by Resense** con il nuovo Adlon Pool in uno stile top di gamma, per offrire ai nostri ospiti un'esperienza di relax perfetta».*

Afferma con orgoglio l'Amministratore Delegato dell'hotel, Karina Ansos.

La proposta wellness dell'Hotel è ancora più ricca, in pieno stile Adlon. Ogni elemento è infatti pensato per permettere a ciascuno di **prendersi cura di sé da tutti i punti di vista**, perché il benessere passa anche attraverso il fitness e il cibo. Chi lo desidera può allenarsi all'interno dell'**area Gym**, dove sono presenti attrezzature all'avanguardia e contenuti multimediali con news, film e serie TV. E infine, nella nuova **Pool Bar**, si può vivere un'**esperienza gastronomica di alto livello**

sorseggiando frullati freschi di frutta e verdura e gustando un'ampia varietà di pietanze salutari. Il tutto accompagnato da invitanti cocktail, tè e specialità di caffè.

Una gamma di servizi completa e diversificata quella che offre l'Adlon Kempinski, meta ideale per chiunque desideri regalarsi **un'esperienza di autentico benessere a cinque stelle**.

Gio Paganì

Innovation without borders, even in Wellness

Una modernità senza barriere di stile, anche nel wellness



THE ALCÁZAR Project.
A view of the master bedroom,
where Ambrosia marble flooring
contrasts with the raw concrete
walls and ceiling, creating a striking
harmony of luxury and brutalism.

Il Progetto ALCÁZAR.
Una vista della camera da letto
padronale, dove il pavimento
in marmo Ambrosia contrasta
con le pareti e il soffitto in cemento
grezzo, creando una sorprendente
armonia di lusso e brutalismo.

We met Gio Pagani, architect and designer from Parma, who has been working with the most important **companies of top-notch Made in Italy design** for over 25 years. In 2015, he founded the brand bearing his name, while devoting himself to a **journey of research between shape and matter** bound to generate **iconic and defining items and décor**. So that's the beginning of a sophisticated, **eclectic tale**, where each object carries a unique story: the present ferries the past into the future, to recreate a kind of appearance that is rooted in memory. These perfectly imperfect shapes, resulting from a continuous research

on materials, led to a one-of-a-kind artisan craft. These distinctive products combine aesthetics and ethics thanks to a virtuous chain that values the “know-how” tradition. The core of this process is a network of historic artisan workshops, which have become famous through the celebration of manufacture. Gio Pagani's philosophy is a flowing, cross and contaminated taste, harmoniously mixing character, boldness, eras, styles and diverse references. He draws scraps of meaning from each, and uses them to create a new vision of the relationship between human and object, space and décor, form and function.



His design process is a tribute to the **timeless beauty of natural materials**, a fusion of elements from past eras reinterpreted from a modern perspective to meet the sophisticated and learned taste of contemporary design lovers.

The **interiors** he designs are **discreet and private**: they subtly evoke the stylistic heritage of masters such as Jean-Michel Frank, Pierre Jeanneret, Carlo Scarpa and Luigi Caccia Dominioni. The sculpted objects are to be found in the Milan Gallery in the Brera district, at 26, San Marco street. In these items, the asymmetry and the mark of time are a unique, irreplaceable variation, a memory of other stories, places, feelings.

*Abbiamo incontrato Gio Pagani, architetto e designer originario di Parma, che da più di 25 anni collabora con le più importanti aziende del design made in Italy d'alta gamma. Nel 2015 ha fondato l'omonimo brand dedicandosi ad un **percorso di ricerca tra forma e materia** destinato a generare **oggetti e arredi dalla natura iconica e distintiva**. Nasce così il racconto di un **eclettismo ricercato**, in cui ogni oggetto è autore di una storia individuale, e in cui il presente è il mezzo attraverso cui traghettare il passato nel futuro, per ricreare un'estetica che abbia radici nella memoria.*

*Da queste forme di perfetta imperfezione, frutto di una continua ricerca sui materiali, è nata un'autoproduzione artigianale unica nel suo genere. Questi prodotti, dalla natura distintiva, riescono a coniugare estetica ed etica grazie a una filiera virtuosa che valorizza la tradizione del "saper fare". Al centro di questo processo, una rete di botteghe artigiane storiche, riportate alla ribalta attraverso la celebrazione del gesto manifatturiero. Lo filosofia di Gio Pagani si identifica in un gusto fluido, trasversale e contaminato, capace di mescolare con naturalezza, carattere e audacia, epoche, stili e riferimenti eterogenei. Da ciascuno di essi trae frammenti di significato, componendo, attraverso questa sintesi, una nuova visione del rapporto tra uomo e oggetto, spazio e arredo, forma e funzione. Il suo progettare è un omaggio alla **bellezza intramontabile dei materiali naturali**, una fusione di elementi provenienti da epoche passate, rivisitati in chiave moderna per soddisfare il gusto sofisticato e colto degli amanti del **design contemporaneo**. I suoi **interni discreti e ricercati** evocano sottilmente l'eredità stilistica di maestri come Jean-Michel Frank, Pierre Jeanneret, Carlo Scarpa e Luigi Caccia Dominioni. Gli oggetti scultura abitano la Galleria milanese nel cuore di Brera, in via San Marco 26. Pezzi nei quali l'irregolarità e il segno del tempo si manifesta in una variazione unica e irripetibile, memoria di altre storie, luoghi, sensazioni.*

2



1. TERRA ROSSA Project. A villa immersed in nature where the local earth covers the external walls of the architecture.

Progetto TERRA ROSSA. Una villa immersa nella natura dove la terra locale riveste le pareti esterne dell'architettura.

2. THE ALCÁZAR Project. Project of a villa inspired by architectural brutalism. Structural raw concrete is combined with a historic stone of Italian architecture from the 60s.

THE ALCÁZAR Project. Progetto di una villa ispirata al brutalismo architettonico. Il calcestruzzo grezzo strutturale è abbinato a una pietra storica dell'architettura italiana degli anni '60.

We at Starpool had the pleasure to take a closer look at Gio Pagani's work: the partnership and projects that followed have great value to us. An example of these is the restyling of the Raxul, the only piece of equipment in the Wellness industry to recreate the sequence of temperatures of the ancient Roman Baths.

Were you to define yourself and your art, how would you describe both?

I am a wanderer and a traveller who loves to mix cultures and play with materials: it's the canvas on which I write my stories.

What makes your work so unique and modern?

Being modern, nowadays, means not having barriers when it comes to style, being able to use diverse language and appearance. It means freely interpreting what captures you. I design objects that tell me a tale. A capsule is a complex narrative experience: if well narrated, designed, dressed, it becomes unique among countless soulless shapes.



1. THE ALCÁZAR Project. Even the interiors follow the inspiration of the architecture. The warm colors of the stone enhance the oak wood that characterises the walls and furnishings.
Progetto ALCÁZAR. Anche gli interni seguono l'ispirazione dell'architettura. I colori caldi della pietra esaltano il legno di rovere che caratterizza pareti e arredi.

2. TERRA ROSSA Project. Golden tones and floor-to-ceiling glass frame a serene desert view, blending elegance with sophistication.

Progetto TERRA ROSSA. Toni dorati e vetrate a tutta altezza incorniciano una serena vista sul deserto, fondendo eleganza e raffinatezza.



3. TERRA ROSSA Project. Modern luxury meets natural charm in this dining space, featuring our L'Armando dining table in green onyx.

Progetto TERRA ROSSA. Il lusso moderno incontra il fascino naturale in questa sala da pranzo, caratterizzata dal nostro tavolo da pranzo L'Armando in onice verde.

Cosa rende il suo lavoro così unico e moderno?

Essere moderno oggi è non avere barriere di stile, riuscire ad esprimere linguaggi ed estetiche eclettiche. Interpretare liberamente quello che ti coinvolge. Disegno oggetti che mi raccontano una storia. Una capsule è un'esperienza narrativa complessa che, se raccontata bene, quindi disegnata bene e vestita bene, la fa diventare unica in mezzo a milioni di forme senza anima.

Oggi cosa ritiene ricerchino le persone per gli ambienti in cui vivono?

Sicuramente il cliente di oggi ha voglia di ambienti che siano in grado di rappresentarlo, di estetiche molto caratterizzanti in grado di creare ambienti suggestivi. C'è una forte ricerca del bello, ma di un concetto di bello molto personale, senza paura di uniformarsi, anzi: più lo spazio o il prodotto è in grado di vestire l'anima di chi lo vivrà, interpretandolo, più è vincente.

Noi di Starpool abbiamo avuto il piacere di conoscere da vicino il lavoro di Gio Pagani: ne sono nati collaborazioni e progetti di grande valore per noi, come il restyling di Raxul, l'unica cabina nell'industria del Wellness a ricreare in sequenza tutti gli stadi di temperatura delle antiche terme romane.

Se dovesse dare una definizione di sé e della sua arte, come la descriverebbe?

Sono un girovago o un viaggiatore che ama mescolare le culture e giocare con i materiali, e da qui comincio a scrivere le mie storie.

What do you think people look for nowadays for the places they live in?

Today's clients definitely want environments that represent them, characterised by distinctive traits that create evocative spaces. There is an intense search for beauty, but also a very personal concept of beauty. There is no fear to blend in, quite the opposite: the more the environment and the product can merge with the soul of the person who will inhabit the place, the more they are successful.

What does Glamour mean to you?

To me, Glamour is the adjective that interprets the world that we desire, a kind of glamour that pursues strong connections between objects, colours and coverings. It represents a modern approach that starts from the memory of shapes, materials and colours that I recognise from the creative explosion of the first decades of the 20th century. A sort of late deco in search of constant aesthetic elegance that witnessed the talent of Jean Michael Frank, to then become modernism with the style expressions by Mies van der Rohe, Gio Ponti and Carlo Mollino.

SAINT GERMAIN SOFA. Available in 2 or 3-seater versions, the sofa is composed of a matt black wood panel, covered in the external part with a metal plating and padded border in the same upholstery of the seating.

Divano Saint Germain. Disponibile nelle versioni a 2 o 3 posti, il divano è composto da un pannello in legno nero opaco, rivestito nella parte esterna con una placcatura in metallo e bordo imbottito nello stesso rivestimento della seduta.

SOUVENIR ARMCHAIR. It is composed of two structural sides in elm wood finished with a matt shellac lacquer. The seat and backrest are padded with polyurethane foam and entirely covered in fabric or leather from the GIOPAGANI material selection.



Poltrona Souvenir. È composta da due fianchi strutturali in legno di olmo rifiniti con laccatura opaca gommalacca. La seduta e lo schienale sono imbottiti in poliuretano espanso e interamente rivestiti in tessuto o pelle della selezione materiali GIOPAGANI.

Che significato ha la parola Glamour per lei?

Glamour è per me l'aggettivo che interpreta il mondo che desideriamo, un glamour che ricerca armonie forti tra gli oggetti i colori e i rivestimenti, sempre con un approccio moderno che parte dalla memoria di forme, materiali e colori che io ritrovo in quell'esplosione creativa che ha investito le prime decadi del 900. Un tardo déco alla ricerca di un'eleganza estetica costante che ha visto esprimersi un talento come Jean Michael Frank, per poi sfociare nel modernismo ed arrivare nelle espressioni stilistiche di Mies van der Rohe, Gio Ponti e Carlo Mollino.

L'ARMANDO DINING TABLE.
An exercise of aesthetic balance and ultimate craftsmanship, featuring fluid and organic shapes with an essential poetic expression.

L'Armando Dining Table. Un esercizio di equilibrio estetico e di artigianalità assoluta, caratterizzato da forme fluide e organiche con un'espressione poetica essenziale.

Technology and science meet wellness: intermittent hypoxic training.

The Rinnova Health model



Device to simulate high-altitude training.
Strumento per la simulazione dell'allenamento in alta quota.

The **technological progress** of recent year has paved the way for the investigation of human physical and cognitive enhancement and improvement. This **developmental drive is evident also in the wellness sector** in the many new cutting-edge solutions for personal care. Among the latest opportunities offered by research and innovation, **the simulation of high-altitude training** is becoming ever more popular among professional athletes and fitness enthusiasts.

Tecnologia e scienza incontrano il wellness: l'allenamento ipossico intermittente.
L'esempio Rinnova Health

Il progresso tecnologico degli ultimi anni ha aperto nuove possibilità per esplorare il potenziamento e il miglioramento fisico e cognitivo dell'essere umano. Una spinta evolutiva evidente anche nel settore del wellness che si arricchisce costantemente di soluzioni all'avanguardia per la cura di sé. Tra le più recenti opportunità offerte dalla ricerca e l'innovazione, la simulazione dell'allenamento ad alta quota sta diventando sempre più popolare tra gli atleti professionisti e gli appassionati di fitness.

High-altitude training, also known as **hypoxic training**, involves physical activity in a setting with a **reduced concentration of oxygen**, simulating the conditions of a high-altitude environment. In this circumstances, the body strives to keep up the usual energy production despite having less available oxygen. This process triggers a series of beneficial physiological adjustments.

We had **Matteo Giovannazzi** describe them. He is the sole director of **Rinnova.Health** - a company offering technologically advanced and scientifically validated tools for the wellness and medical sector, with the goal of promoting integrated wellness to meet the needs of a market that is ever more oriented towards innovation and customisation.

One of the main **benefits of high-altitude training** is the **increase of respiratory capacity**. Because of the reduced oxygen intake, the body is forced to adapt to function properly. As a result, the cardiovascular and respiratory system work more efficiently, improving the ability to absorb, transport and then use oxygen during physical exercise.

Another advantage is the **enhanced production of red blood cells**, which results in a greater oxygen supply to the muscles.



L'allenamento ad altitudine, noto anche come **allenamento ipossico**, consiste nello svolgimento di esercizio fisico in un ambiente con una **ridotta concentrazione di ossigeno**, che simula le condizioni delle altitudini elevate. In queste circostanze, il corpo, pur disponendo di meno ossigeno, si sforza di mantenere la produzione

energetica abituale. Questo processo innesca una serie di adattamenti fisiologici benefici per l'organismo.

Ce li siamo fatti descrivere da **Matteo Giovannazzi**, amministratore unico di **Rinnova.Health**, azienda che offre strumenti tecnologicamente avanzati e scientificamente validati nei settori wellness e medicale,

con l'obiettivo di promuovere un benessere integrato, rispondendo alle esigenze di un mercato sempre più orientato verso innovazione e personalizzazione.

Uno dei principali **benefici dell'allenamento ad altitudine** è l'**aumento della capacità cardiorespiratoria**.

A causa del ridotto apporto di ossigeno, il corpo è infatti costretto ad adattarsi per poter funzionare adeguatamente. Di conseguenza, il sistema cardiovascolare e quello respiratorio lavorano in modo più efficiente, migliorando così la capacità di assorbire, trasportare e utilizzare l'ossigeno durante l'esercizio.

Un altro vantaggio è la **maggiore produzione di globuli rossi nel sangue** con conseguente più alto apporto di ossigeno ai muscoli.

Infine, l'allenamento ad altitudine può anche **migliorare l'efficienza energetica del corpo**, in quanto l'ambiente ipossico richiede un maggiore sforzo fisico, costringendo l'organismo a usare i substrati energetici in modo più efficiente. Questo significa che è possibile ottenere una maggiore quantità di energia da una minore quantità di nutrienti, migliorando così le performance fisiche.

Lastly, high-altitude training can also **improve energy efficiency** as a hypoxic environment requires greater physical effort, forcing the body to use bioenergetic systems in a more efficient way.

This means that it is possible to obtain more energy from a smaller quantity of nutrients, thus improving physical performance.

Today, thanks to the progress of scientific research, it is possible to simulate high-altitude training from the comfort of your own home.

Innovative solutions allow to inhale air containing varying oxygen concentration, alternating hypoxia and hyperoxia, phases with respectively low and high levels of oxygen. This process happens in a semi-supine and relaxed position and it stimulates the mitochondria – the power source of the cells – promoting their regeneration and renewal.

Mitovit by Rinnova.Health is an example of a cutting-edge device: thanks to an intuitive touch-screen interface and the Biofeedback mode, the device automatically regulates training intensity according to the user's physiological response. It can be used both at rest, lying down comfortably, and during physical exercise.

The **intermittent hypoxic state** produces a lot of health benefits: it **increases energy and well-being**, improves resistance, **lowers oxidative stress** and betters focus, **promotes peripheral blood flow**, strengthens the immune system. It is also effective in **post-workout recovery** and **helps with chronic diseases**, metabolic disorders and problems connected to fatigue.



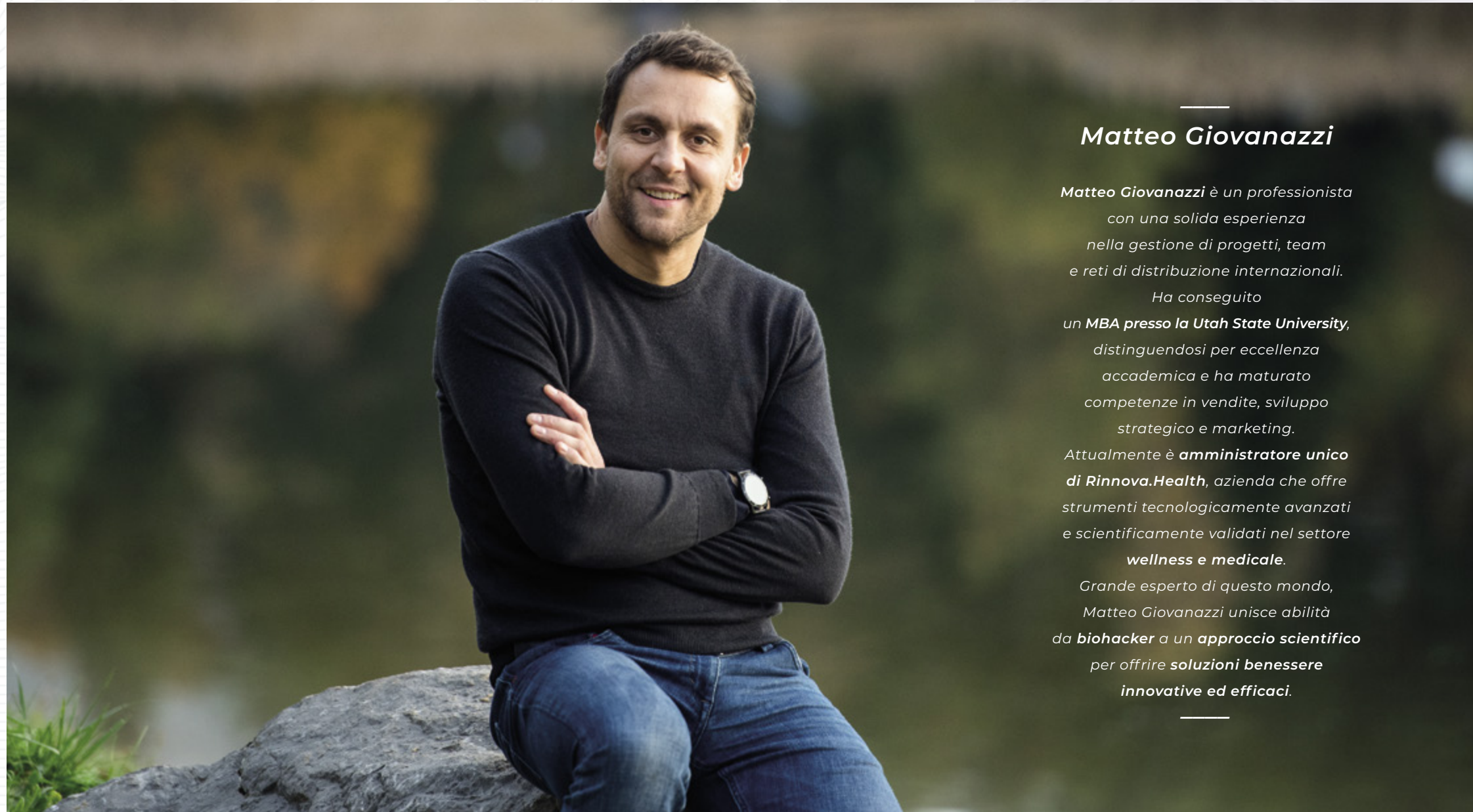
The treatment can be enjoyed while comfortably lying down or during light physical activity.
Il trattamento può essere fatto comodamente sdraiati o durante una leggera attività fisica.

Technology and science go hand in hand to meet the growing needs of a fast developing market like the one of medical Wellness. **Advanced systems to develop one's physical and mental potential** will become more and more accessible to everybody. From cryotherapy to photobiomodulation, from molecular hydrogen to dry floatation, and up until intermittent hypoxic training, companies like Rinnova.Health convey a concept of wellness that is not limited to sole prevention, but aims to continuously improve fundamental aspects like **metabolism, biochemistry and individual biophysics**.

Oggi, grazie ai progressi della ricerca scientifica, è possibile simulare l'allenamento in alta quota comodamente da casa. Soluzioni innovative permettono di inalare aria con concentrazioni di ossigeno variabili, alternando fasi di ipossia, caratterizzate da aria povera di ossigeno, a fasi di iperossia, con aria ricca di ossigeno. Questo processo, eseguito in posizione semi-sdraiata e rilassata, stimola i mitocondri – le centrali energetiche delle cellule – favorendone la rigenerazione e il rinnovamento.

Il dispositivo **Mitovit di Rinnova.Health** è un esempio di strumentazione all'avanguardia: grazie a un'interfaccia touchscreen intuitiva e alla modalità di Biofeedback, il dispositivo regola automaticamente l'intensità dell'allenamento basandosi sulla risposta fisiologica dell'utente. Può essere utilizzato sia a riposo, quindi comodamente sdraiati, che durante l'attività fisica.

L'**intermittenza dello stato ipossico** produce numerose risposte benefiche per la salute: **aumenta la vitalità**



Matteo Giovanazzi

Matteo Giovanazzi è un professionista con una solida esperienza nella gestione di progetti, team e reti di distribuzione internazionali.

Ha conseguito un MBA presso la Utah State University, distinguendosi per eccellenza accademica e ha maturato competenze in vendite, sviluppo strategico e marketing.

*Attualmente è **amministratore unico di Rinnova.Health**, azienda che offre strumenti tecnologicamente avanzati e scientificamente validati nel settore **wellness e medicale**.*

*Grande esperto di questo mondo, Matteo Giovanazzi unisce abilità da **biohacker** a un **approccio scientifico** per offrire **soluzioni benessere innovative ed efficaci**.*

*e il benessere, migliora la resistenza, **abbassa lo stress ossidativo** e aumenta il focus, **migliora la circolazione periferica, rafforza il sistema immunitario**.*

*È inoltre efficace nel **recupero post-allenamento** e nel **supporto di patologie croniche**, disfunzioni metaboliche e disturbi legati alla fatica.*

***Tecnologia e scienza** si stringono dunque la mano per rispondere alle crescenti esigenze di un mercato in rapida evoluzione come quello del wellness medicale. Sempre più persone potranno disporre di **sistemi avanzati per sviluppare il proprio potenziale fisico e mentale**. Dalla crioterapia alla fotobiomodulazione, dall'idrogeno molecolare al galleggiamento asciutto, fino all'allenamento ipossico intermittente, aziende come Rinnova.Health fanno da portavoce a un concetto di benessere che non si limita più alla sola prevenzione, ma mira al miglioramento continuo di aspetti fondamentali come **metabolismo, biochimica e biofisica individuale**.*

Matteo Giovanazzi's biography

Matteo Giovanazzi is a professional with broad experience in the management of projects, teams and international distribution network. He obtained an **MBA from Utah State University**, standing out for academic excellence, and then gained skills in the areas of sales, strategic development and marketing. He is currently the **sole director of Rinnova.Health**,

a company offering technologically advanced and scientifically validated tools for the **wellness and medical sectors**.

As an expert in this area, Matteo Giovanazzi combines **biohacking** abilities and **scientific approach** to offer **innovative and effective wellness solutions**.



Paolo Cattaneo and Luca Formentini at Particles Factory studio at Monte Maddalena in Brescia: a creative hub where artists from all over the world take part in artist residencies. Paolo Cattaneo e Luca Formentini nello studio Particles Factory sul monte Maddalena a Brescia: un hub creativo dove artisti da tutto il mondo partecipano a residenze creative.

**STARPOOL
ALLA
SCOPERTA
DELLA
PROPRIA
IDENTITÀ
SONORA**

**STARPOOL
AT THE
DISCOVERY
OF ITS
SOUND
IDENTITY**

With Zerobody Dry Float, it is possible to combine the regenerating power of the Dry Float Therapy to the benefits of mental training and of relaxing music tracks.

Con Zerobody Dry Float è possibile abbinare il potere rigenerante della Dry Float Therapy ai benefici dell'allenamento mentale e all'ascolto di tracce musicali rilassanti.

Celebrating fifty years, for us at Starpool, is a chance to think of the road walked and of the one ahead of us, of our mission and values.

This is why, with the help of Rete Doc – one of Europe's largest agencies in the cultural and creative industry, we went to the discovery of sounds that could narrate our identity and of a sound brand that could be the distinctive sign of our company and of our products. This research led Rete Doc to the creation of Starpool's sound portfolio, which includes a sound logo, compositions meant for brand communication, as well as four themed playlists.

Let's try and retrace the steps of this identity journey with Andrea Ponzoni, artist-manager, producer and head of the music sector at Doc Servizi.

WHAT WAS YOUR PERCEPTION ABOUT OUR NEEDS AFTER THE MEETINGS?

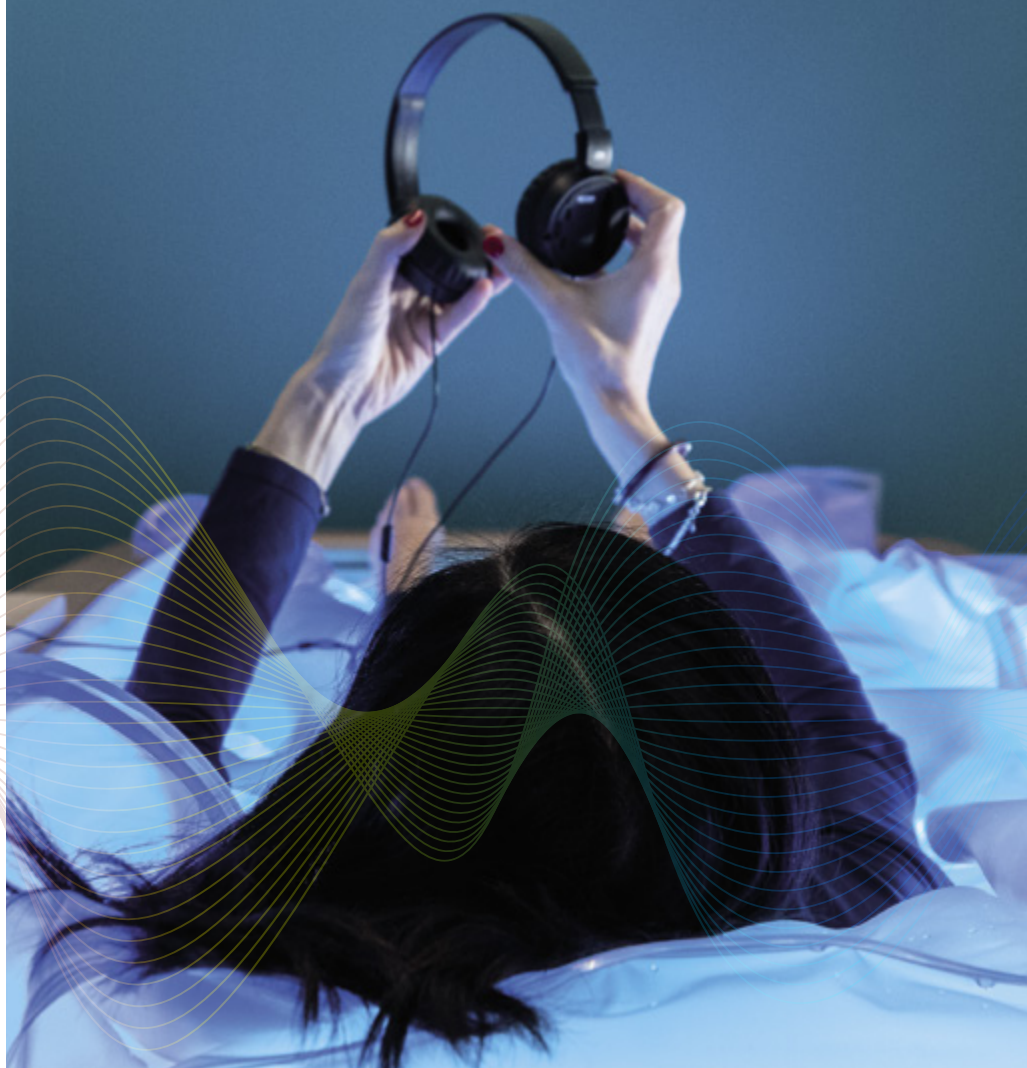
The meetings helped us to identify the brand history and vision, as well as the heritage and the mission. The 50 years of Starpool are the perfect opportunity to celebrate and enhance the attention towards psycho-physical well-being, with a stable focus on innovation, scientific

research and sustainability.

"A new dimension of Wellness" is the best representation of the present and future of the company: a new outlook on the journey undertaken so far. So it became immediately apparent that the compositions, the sound logo and the playlists had to be in line with these extremely accurate identity requirements. The sound branding operation is necessary to make the sound experience memorable through recognisable acoustics, which merges perfectly with the concepts of psycho-physical

wellness, technical innovation and mental energy. The recognisable acoustics isn't a crucial element just for the brand identity, but also because it becomes a vehicle to convey the values and the emotions that the company wants to communicate.

In this way, sound branding contributes to creating a multi-sensory experience that strengthens the emotional connection with the clients, allowing the brand to remain fixed in the minds of the audience, while promoting a picture of innovation and holistic well-being.



Festeggiare i 50 anni, per noi di Starpool, è un'occasione per ripensare alla strada percorsa e al cammino da fare, alla nostra mission e ai nostri valori.

Per questo, con l'aiuto di Rete Doc, una delle più grandi realtà in Europa nel settore dell'industria culturale e creativa, siamo andati alla ricerca di suoni che raccontassero la nostra identità e di un marchio sonoro che fosse il segno distintivo della nostra azienda e dei nostri prodotti. Il percorso ha portato Rete Doc alla realizzazione del portfolio sonoro di Starpool che include un audio logo, composizioni che verranno utilizzate per la comunicazione del brand, quattro playlist tematiche. Cerchiamo di ripercorrere insieme ad Andrea Ponzoni, artist-manager, produttore e responsabile settore musica di Doc Servizi.

COSA AVETE PERCEPITO DAI BRIEF RISPETTO ALLE NOSTRE ESIGENZE?

Il brief ci ha aiutato a identificare la storia e la visione del brand, l'heritage e la mission. I 50 anni di Starpool rappresentano l'occasione perfetta per celebrare e valorizzare l'attenzione al benessere psico-fisico, mantenendo uno sguardo saldo sull'innovazione, la ricerca scientifica e la sostenibilità. "A new dimension of Wellness" rappresenta

al meglio il presente e il futuro dell'azienda: una nuova declinazione della storia finora percorsa. Ci è parso subito chiaro, quindi, come le composizioni, il sound logo e le playlist dovessero essere in linea con queste esigenze identitarie estremamente precise. L'operazione di sound branding è necessaria anche per rendere memorabile l'esperienza sonora attraverso una sonorità riconoscibile, che si fonde perfettamente con i concetti di benessere psico-fisico, innovazione tecnologica ed energia mentale. Una sonorità distintiva non solo rappresenta un elemento fondamentale per l'identità del brand, ma diventa anche un veicolo per trasmettere i valori e le emozioni che l'azienda vuole comunicare. In questo modo, il sound branding contribuisce a creare un'esperienza multisensoriale che rafforza il legame emotivo con i clienti, facendo in modo che il brand rimanga impresso nella memoria del pubblico, mentre continua a promuovere un'immagine di innovazione e benessere olistico.

IN CHE MODO I COMPOSITORI HANNO SAPUTO INTERPRETARE LE NOSTRE ESIGENZE?

A fronte degli elementi emersi in fase di brief e confronto, i compositori hanno cercato di tradurre in musica l'identità di Starpool.

HOW DID THE COMPOSERS INTERPRET OUR NEEDS?

On the basis of the elements identified in the meetings, the composers tried to turn Starpool identity into music. The goal wasn't to create a background sound track, but to interpret the innovative wellness philosophy by designing a unique sound which can evoke, on a first listening, both the company vision and mission, and which can stand the test of time. The premises have been identified by Luca Formentini, who started from the concept of "sound wellness", discovered and tested by composer Robert Rich, of whom Formentini himself

was a student and coworker. This theory revolves around the idea of relaxation through ambient music, covering the entire sleep cycle, including the dreaming phase. Music is in this way an additional incentive in search of psycho-physical balance and harmony. This idea was the starting point to identify additional references. The first step in this direction was the creation of an evocative playlist to help identify the correct image together with the client. Starting from the feedback and from the tracks perceived as the most representative, Luca Formentini and Paolo Cattaneo started the actual composition, then finalised by Gianluca Ballarin.

L'obiettivo non era quello di realizzare una traccia di sfondo, ma interpretare la filosofia innovativa del benessere, cercando di creare un suono in armonia che fosse unico, in grado di rievocare, al primo ascolto, la vision e la mission dell'azienda, e fosse capace di resistere al tempo. I presupposti sono stati individuati da Luca Formentini, che è partito dal concetto di "benessere uditivo", identificato e sperimentato dal compositore Robert Rich, di cui lo stesso Formentini è allievo e collaboratore. Questa teoria si focalizza sull'idea di rilassamento tramite musica ambient, percorrendo l'intero ciclo del sonno, fase onirica compresa.

La musica diventa quindi uno stimolo aggiuntivo alla ricerca di equilibrio e armonia psico-fisica. Da questa riflessione, si è cercato di identificare altri riferimenti da cui partire. Il primo step in tale direzione è stata la creazione di una playlist evocativa, che aiutasse a identificare l'immaginario corretto insieme al cliente. A partire dai feedback e dai brani considerati più rappresentativi, Luca Formentini e Paolo Cattaneo hanno avviato la fase compositiva in senso stretto, finalizzata poi da Gianluca Ballarin.

Paolo Cattaneo and Luca Formentini at Particles Factory studio.
Paolo Cattaneo e Luca Formentini nello studio Particles Factory.

WHAT MAKES THE CHOSEN SOUND ELEMENTS REPRESENTATIVE OF THE BRAND?

The acoustics of the sound brand and the elements that make it up have been chosen one by one to be recognisable, but especially a good representation of Starpool. Among these, the combination of instruments and the general arrangement especially stand out. The combination includes a mixture of electric and electronic instruments, often used in other compositions, but with different applications: electric guitar and modular synthesizers. The guitar is unconventionally employed like a percussion and is part of the rhythmic structure of the song. Modular synths, on the other hand, are instruments that offer countless possibilities. It is possible to trace the most diverse sound grooves from the synth itself, as it allows to define all the relevant details, including the shape and frequency of a sound wave. The result of this complexity is an undoubtedly unique sound that's not easily replicated. This particular combination represents multiple elements of Starpool's identity: on the one hand, instruments that can portray the company's history so far; on the other, the research and experimentation, a reference to the future of the brand and its mission.

Conversely, the arrangement has been designed precisely to stand out from the sounds that are typically associated to mindfulness.

1. Paolo Cattaneo at the synth: in this composition, the synth is combined with the electroacoustic sound of the prepared piano. Paolo Cattaneo al sintetizzatore: l'utilizzo del sintetizzatore, in questa composizione, è unito al suono elettro-acustico del pianoforte preparato.



1

Not a slow rhythm, but a midtempo: halfway between relaxation and agentivity, energy and orientation to the future.

2. Luca Formentini recorded the themes played with the guitar using analog effects and magnetic tapes. Luca Formentini ha registrato i temi composti della chitarra, utilizzando effettistica analogica e nastri magnetici.

COME GLI ELEMENTI SONORI SCELTI SONO STATI RITENUTI RAPPRESENTATIVI DEL BRAND?

Le sonorità del sound logo e gli elementi che lo compongono sono

stati scelti uno ad uno per essere sì identificativi, ma soprattutto rappresentativi di Starpool. Tra questi, spiccano in particolare la combinazione degli strumenti utilizzati e l'arrangiamento generale. La composizione presenta una commistione tra strumenti elettrici



2

ed elettronici, spesso utilizzati in altre composizioni, ma con applicazioni differenti: chitarra elettrica e sintetizzatori modulari. La chitarra viene declinata in modo non convenzionale, alla pari di uno strumento percussivo, e va a costruire lo scheletro ritmico della canzone. I sintetizzatori modulari, detti anche synth, dal termine inglese synthesizer, invece, sono strumenti che offrono infinite possibilità. Dallo stesso synth, è possibile tracciare solchi sonori tra i più differenti e disparati, poiché consentono di definire tutti i dettagli, plasmando addirittura la forma e la frequenza di un'onda sonora. Da questa complessità, il risultato che emerge è indubbiamente unico e difficilmente replicabile. Questa particolare combinazione rappresenta più elementi dell'identità di Starpool: da un lato, l'utilizzo di strumenti in grado di dipingere la storia fino ad ora percorsa dall'azienda; dall'altro, la ricerca e la sperimentazione, un riferimento al futuro del brand e alla sua mission. L'arrangiamento, invece, è stato impostato per distinguersi dalle sonorità tipicamente associate alla mindfulness. Non un ritmo lento, bensì un midtempo, una via di mezzo che rappresenta sia il rilassamento, ma anche l'agentività, l'energia e uno sguardo verso il futuro.

TELL US ABOUT THE PLAYLISTS

In addition to the part concerning the sound logo, Luca Formentini and Paolo Cattaneo created four themed Spotify playlists – that is, one for each product line and application area, to help develop the brand sound identity.

These four playlists featured on Starpool's profile favour the audience's engagement, thus remaining loyal to the mission of the company, which works every day to make wellness a good daily practice, more accessible and sustainable. Here they are:

DEEP LISTENING



Deep listening, as Pauline Olivero intends it, happens when you combine remarkable sound awareness to a kind of music that is both welcoming and captivating, leading you to the exploration of evocative emotional landscapes. This is a suggestive kind of music that lulls you into complete relaxation through its continuous fluctuation.

FADE INTO SLEEP



It's been many years since Brian Eno gave value to music for falling asleep. This playlist rightfully includes Robert Rich, father of the Sleep Concerts, and also delves into the union between electronic timbres and acoustic instruments to envelop you in deep relaxation. This is a cosy kind of music that employs sound to create a safe place where to peacefully let go.

MINDFULNESS



A playlist designed to focus attention on the present, becoming aware of one's experience. The tracks included in this list convey a meditative, non-judgemental context to become alert witnesses to our thoughts, emotions and perceptions. A journey through sounds that cradle you.

DEVELOPMENT OF POTENTIAL



After the initial meditative phase, it is important to put in place the lessons that we grasp. In this playlist, you'll find a collection of tracks that inspire positivity, exactly like the logo created for Starpool. A persistent midtempo to accompany the listener's daily activities.

PARLACI DELLE PLAYLIST

Oltre alla parte relativa al sound logo, Luca Formentini e Paolo Cattaneo si sono occupati di creare quattro playlist Spotify tematiche, una per ogni linea di prodotto e ambito di applicazione, che aiutassero a sviluppare l'identità sonora del brand. Queste quattro playlist, presenti sul profilo Starpool, aiutano anche a migliorare il coinvolgimento del pubblico, mantenendo così fede alla mission dell'azienda, che ogni giorno si impegna affinché il benessere possa diventare una buona pratica quotidiana, più accessibile e sostenibile. Ve le presento:

DEEP LISTENING



L'ascolto profondo come pensato da Pauline Oliveros avviene quando si abbina una notevole consapevolezza acustica ad una musica capace di essere accogliente ed allo stesso momento coinvolgente, in grado di accompagnare in esplorazioni di paesaggi emozionali evocativi. Questa è musica suggestiva, alla cui continua fluttuazione affidarsi per poi perdersi in sé stessi.

FADE INTO SLEEP



Sono passati molti anni da quando Brian Eno ha dato valore alla musica capace di farci addormentare. In questa playlist non poteva mancare Robert Rich, padre degli Sleep Concert, per poi addentrarsi laddove i timbri elettronici si fondono con gli strumenti acustici per avvolgere in un rilassamento profondo. È musica accogliente, che usa il suono per costruire un luogo sicuro in cui abbandonarsi serenamente.

MINDFULNESS



Una playlist pensata per focalizzare l'attenzione del sé sul tempo presente, prendendo consapevolezza della propria esperienza. I brani inclusi in questo elenco trasmettono un immaginario riflessivo, ma non giudicante, per diventare testimoni vigili e presenti dei nostri pensieri, delle nostre emozioni e percezioni. Un viaggio tra suoni che cullano.

SVILUPPO DEL POTENZIALE



Dopo un primo momento meditativo, è importante cercare di mettere in pratica gli insegnamenti che cogliamo. In questa playlist, troverete una collezione di brani che ispirano positività, proprio come il logo che è stato creato per Starpool. Un midtempo incalzante, capace di accompagnare gli impegni quotidiani dell'ascoltatore.

COMPOSERS' BIOGRAPHIES

LUCA FORMENTINI

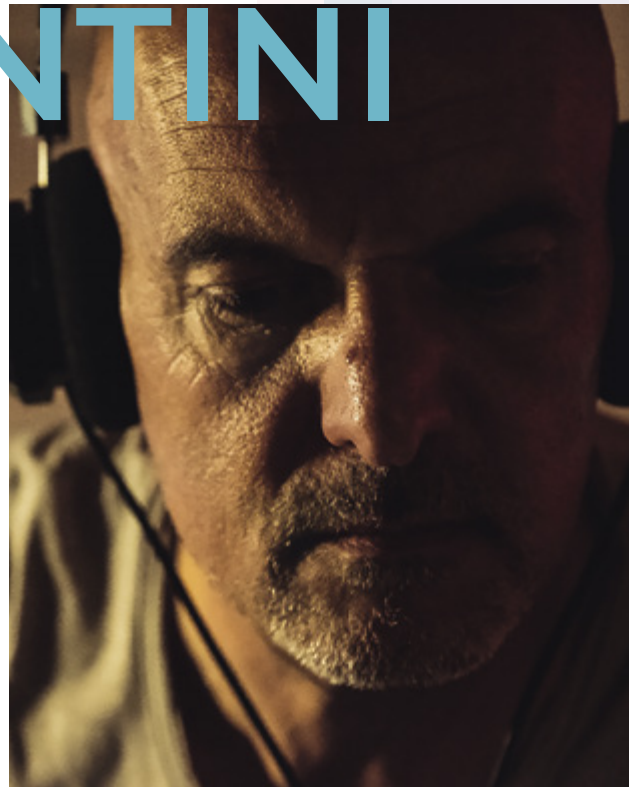
Luca Formentini is a composer, sound researcher, environmental activist and wine producer. He creates his art in a studio located in a centuries-old, sustainably managed vineyard in Brescia, a haven for some of the oldest grape varieties in the region.

His sound explorations traverse the spectrum of sound, from the abstract and intangible to the tactile and concrete, investigating the effects of vibrations on human consciousness and perception, as well as the parallels between the expressions of nature and the internal architecture of music. In his vision, sound is not an indivisible, monolithic unit, but a layered composition of distinct sound products. Over the years, his art has developed as his philosophy matured, sometimes with significant leaps due to intense debates – both literal and musical – with world-renowned sound explorers, including Derek Bailey, Jon Russel, Markus Stockhausen and Robert Rich.

In his music, Formentini combines field recordings, electronics, handmade instruments, a 'non-guitar' and

an approach to the studio as if it were an instrument. His music is improvisational, almost monumental, not only in terms of sound design but also of composition, and is based on the process itself. He uses sharp contrasts, emphasises tension and employs silence as a key compositional element. It is deliberately incomplete, subdued, dreamlike, often disturbing, imbued with a slight melancholy.

In recent years, he has worked in cinema and wider art spaces. To date, he has collaborated with artists working at the crossroads of painting and sculpture, such as Lucio Pozzi, Albano Morandi and Julia Bornefeld. He has been asked to compose music for exhibitions featuring the works of Peter Fellin and Alik Cavaliere, and has created soundtracks for films by director Mario Piavoli. He has also launched a series of investigations entitled Art Spaces, which explores how the physical presence of viewers in contemporary museums and art galleries, together with the sounds they produce, creates an interactive 'echo chamber' with the exhibited works.



COMPOSER AND CREATIVE DIRECTOR | COMPOSITORE E DIRETTORE CREATIVO

Paolo Cattaneo, aka CATTANEO, is a musician, songwriter and electronic performer. After releasing three albums inspired by songwriting, CATTANEO started composing soundtracks for various audiovisual works such as short films, documentaries and promotional videos.

He worked with Diego Buongiorno on the soundtrack for 'Hyperstellar', a site-specific work presented in June 2023 at Palazzo Pitti (Florence), created by the art collective Hyperstudio. 'Hyperstellar' was produced by the Balloon Museum for the 'Let's Fly' exhibition in New York in October 2023.

His song 'Il Raggio' ('The Ray'), composed by CATTANEO with the voice of Iranian singer Hamid Shahsavan, was released for the 'Brixia Sonora' project, a tribute to the Brescia music scene on the occasion of Brescia Bergamo Capital of Culture 2023. The cover of the compilation was created by artist Emilio Isgrò. He is a member of the electronic duo Jay Perkins, which released the albums

'Decay' and 'Release' (Ala Bianca), between electronics and improvisation, sound and experimentation. His latest album 'The Faun' was released in November 2023 and featured national and international artists such as Francesco Bianconi (Baustelle), Douglas Dare, YOSIE, Alex Reeves (Elbow, Anna Calvi), Benjamin Mørk, Simon Spiess, Hamid Shahsavan and NicoNote. The album resulted from fragments of improvisations on which each artist had compositional freedom. The result is an exploration of different moods and images, the union of analogue and digital, reality and fantasy.

In 2024 he released the EP "L'albero acerbo" ('The Unripe Tree'), composed and realised with producer Howie B, and the EP 'Hypersphere' with Tim Lefebvre and Andrea Lombardini. His latest project is called "Vulcani in Pace" ('Volcanoes at Peace'), an entity in its own right, in which CATTANEO's notes join the words of singer-songwriter Marco Parente, cutting through the ocean floor.

BIOGRAFIA DEI COMPOSITORI

ARTISTIC DIRECTOR | DIRETTORE ARTISTICO

Luca Formentini è un compositore, ricercatore sonoro, attivista ambientale e produttore di vino. Crea la sua arte da uno studio situato in un vigneto secolare e gestito in modo sostenibile a Brescia, un rifugio per alcune delle più antiche varietà di uva della regione.

Le sue esplorazioni sonore attraversano lo spettro del suono, dall'astratto e intangibile al tattile e concreto, indagando gli effetti delle vibrazioni sulla coscienza e la percezione umana, così come i parallelismi tra le espressioni della natura e l'architettura interna della musica. Nella sua visione, ogni suono non è un'unità indivisibile e monolitica, ma un composto stratificato di distinti artefatti sonori. Nel corso degli anni, la sua arte si è sviluppata man mano che maturava la sua filosofia, a volte con salti quantici dovuti a intensi dialoghi – sia letterali che musicali – con esploratori del suono di fama mondiale, tra cui Derek Bailey, Jon Russel, Markus Stockhausen e Robert Rich.

Nella sua musica, Formentini combina registrazioni

sul campo, elettronica, strumenti fatti a mano, una "non-chitarra" e un approccio allo studio come strumento. La sua musica è improvvisativa, basata sul processo e spesso scultorea, non solo in termini di design sonoro ma anche di composizione. Utilizza contrasti netti, enfatizza la tensione e usa il silenzio come elemento compositivo chiave. È volutamente incompleta, sommessa, onirica, spesso inquietante, e attraversata da una lieve malinconia.

Negli ultimi anni, ha lavorato nel contesto del cinema e degli spazi artistici più ampi. Fino ad oggi, ha collaborato con artisti che lavorano all'intersezione tra pittura e scultura, come Lucio Pozzi, Albano Morandi e Julia Bornefeld. Gli è stato commissionato di comporre musiche per installazioni con le opere di Peter Fellin e Alik Cavaliere, e ha realizzato colonne sonore per i film del regista Mario Piavoli. Inoltre, ha lanciato una serie di indagini intitolata Art Spaces, che esplora come la presenza fisica degli spettatori nei musei contemporanei e nelle gallerie d'arte, insieme ai suoni che producono, crei una "camera d'eco" interattiva con le opere in mostra.

PAOLO CATTANEO

Paolo Cattaneo, in arte CATTANEO, è un musicista, cantautore e performer elettronico. Dopo aver pubblicato tre album d'ispirazione cantautorale, CATTANEO inizia a comporre colonne sonore per diversi lavori audiovisivi come cortometraggi, documentari e video promozionali.

Ha lavorato con Diego Buongiorno alla colonna sonora per "Hyperstellar", un'opera site-specific presentata a giugno 2023 a Palazzo Pitti (Firenze), creata dal collettivo artistico Hyperstudio. "Hyperstellar" è stata prodotta dal Balloon Museum per la mostra "Let's Fly", realizzata a New York ad ottobre 2023.

La sua canzone "Il Raggio", brano composto da CATTANEO con la voce del cantante iraniano Hamid Shahsavan, è stata pubblicata per il progetto "Brixia Sonora", un omaggio alla scena musicale bresciana in occasione di Brescia Bergamo Capitale della Cultura 2023. La cover della compilation è stata realizzata dall'artista Emilio Isgrò. È membro del duo elettronico

Jay Perkins, che ha pubblicato gli album "Decay" e "Release" (Ala Bianca), al confine tra elettronica e improvvisazione, suono e sperimentazione.

Il suo ultimo album "The Faun" è stato pubblicato a novembre 2023 e ha visto la partecipazione di artisti nazionali e internazionali come Francesco Bianconi (Baustelle), Douglas Dare, YOSIE, Alex Reeves (Elbow, Anna Calvi), Benjamin Mørk, Simon Spiess, Hamid Shahsavan e NicoNote. L'album è nato da frammenti di improvvisazioni sui quali ogni artista aveva libertà compositiva. Il risultato è un'esplorazione di diversi mood e immaginari, l'unione tra analogico e digitale, tra realtà e fantasia.

Nel 2024 ha pubblicato l'EP "L'albero acerbo", composto e realizzato col producer Howie B, e l'EP "Hypersphere" con Tim Lefebvre e Andrea Lombardini. Il suo ultimo progetto si chiama Vulcani in Pace, un'entità a sé, in cui le note di CATTANEO si uniscono alle parole del cantautore Marco Parente, solcando i fondali oceanici.

GIANLUCA BALLARIN

Gianluca Ballarin is a pianist, keyboardist, producer and composer.

He has collaborated with singer-songwriter Elisa, both live and in the studio, as pianist, arranger and co-author since 2005. He has performed hundreds of concerts with her, both nationally and internationally, in stadiums, theatres, arenas, festivals, radio and on TV. Among his many important activities, he accompanied Elisa with the piano for her participation in the Sanremo Festival 2022. He was the artistic director of the concert celebrating her career 'Together Here We Are – acoustic-gospel evening', with numerous guests including Francesco De Gregori and Jack Savoretti.

He has been live pianist and keyboardist for singer-songwriter Giorgia, for whom he has also acted as arranger for the live show, and as creative designer for the show's audio and musical contributions since 2012. He accompanied her with the piano during the Sanremo Festival 2024, seeing to the orchestra arrangement for the song 'E Poi' and the medley celebrating her career. Besides Giorgia and Elisa, Ballarin has also worked with Marco Mengoni, Ghali, Gianna

Nannini, Francesca Michielin, Tiziano Ferro, Max Pezzali and Francesco Renga.

He alternates live and studio work as a composer and producer, working on record productions as well as television, theatre and advertising. Among his main television works are those for Rti-Mediaset programs (soundtrack for 'The Munchies' and the restyling of the TG5 theme song). For cinema, he is author and producer of the soundtrack for the film 'Velma' by Piero Tomaselli (2009). For the theatre, he composed the music and produced the audio for David Parenzo's show 'L'Ebreo' ('The Jew') directed by Alberto Ferrari. He produced and composed the music for the Podcast '16 Ottobre 1943' ('16th October 1943'), produced by RAI and Golem multimedia with the voices of Corrado Augias, Claudio Amendola, Violante Placido, distributed on Raiplaysound and Spotify channels. For advertising, he composes and produces music for companies (e.g. the ELIMOBILE spot on Mediaset), audiologues and music for companies.

He has been a teacher of Pop/Rock ensemble music at the A. Scontrino Conservatory in Trapani since 2024.



Gianluca Ballarin è un pianista, tastierista, produttore e compositore.

Dal 2005 collabora con la cantautrice Elisa, sia dal vivo che in studio, come pianista, arrangiatore e co-autore. Con l'artista ha collezionato centinaia di concerti a livello nazionale e internazionale, calcando i palchi di stadi, teatri, palazzetti, festival, radio e TV. Tra le mille attività importanti, ha accompagnato Elisa al pianoforte in occasione della sua partecipazione al Festival di Sanremo 2022. Ha curato la direzione artistica del concerto celebrativo della sua carriera "Together Here We Are – serata acustica-gospel", con numerosi ospiti tra cui Francesco De Gregori e Jack Savoretti.

Dal 2012 è pianista e tastierista dal vivo della cantautrice Giorgia, per la quale ha anche il ruolo di arrangiatore per il live e di creativo per i contributi audio e musicali di sonorizzazione dello show. L'ha accompagnata al pianoforte durante il Festival di Sanremo 2024, curando l'arrangiamento dell'orchestra per il brano "E Poi" e per il medley celebrativo della sua carriera. Oltre a Giorgia ed Elisa, Ballarin ha collaborato anche con Marco Mengoni, Ghali, Gianna Nannini, Francesca

Michielin, Tiziano Ferro, Max Pezzali e Francesco Renga.

Alterna l'attività live a quella in studio come compositore e produttore, lavorando su produzioni discografiche, ma anche televisive, teatrali e pubblicitarie. Tra i principali lavori televisivi, ci sono quelli per i programmi Rti-Mediaset (colonna sonora de "I Munchies" e il restyling della sigla del TG5). Per il cinema è autore e produttore della colonna sonora del film "Velma" di Piero Tomaselli (2009). Per il teatro ha composto le musiche e prodotto l'audio dello spettacolo di David Parenzo "L'Ebreo" per la regia di Alberto Ferrari. Ha prodotto e composto le musiche del Podcast "16 Ottobre 1943", prodotto da RAI e Golem multimedia con le voci di Corrado Augias, Claudio Amendola, Violante Placido, distribuito nei canali Raiplaysound e Spotify. Per la pubblicità compone e produce musiche per aziende (es. spot ELIMOBILE su Mediaset) audiologhi e musiche per aziende.

Dal 2024 presiede una cattedra di insegnamento in Musica d'insieme Pop/Rock presso il Conservatorio A. Scontrino di Trapani.



MAKE YOURSELF COMFORTABLE, RELAX AND LISTEN TO A PREVIEW OF OUR PLAYLIST WHILE READING THE MAGAZINE.

SCAN THE QR CODE AND LOG IN TO SPOTIFY.

METTITI COMODO, RILASSATI E ASCOLTA IN ANTEPRIMA LA NOSTRA PLAYLIST DURANTE LA LETTURA DEL MAGAZINE.

INQUADRA IL QR CODE ED ENTRA SU SPOTIFY.

wGAME

What do you need most for your well-being at the moment?

Di cosa hai più bisogno in questo momento per il tuo benessere?

STRESS MANAGEMENT

You work hard to get rid of the tension accumulated over time. The Stress Management program is a valuable ally to manage physical and mental stress. It favours psycho-physical well-being and focus and trains the mind to respond effectively to stressful circumstances.

Ti impegni per liberare le tensioni accumulate nel tempo. Il percorso stress management è un valido aiuto per gestire lo stress fisico e mentale. Favorisce infatti l'equilibrio psico-fisico, la concentrazione e allena la mente a rispondere in maniera efficace a situazioni stressanti.

LONGEVITY

You care about your health and want to maximise your psycho-physical well-being. The Longevity program allows you to prevent the onset of diseases connected to ageing, slowing the natural ageing process.

Hai ha cuore il tuo stato di salute e desideri massimizzare il tuo benessere psico-fisico. Il percorso longevity ti consente di prevenire l'insorgenza di malattie legate all'età, rallentando in modo naturale il processo di invecchiamento.

PERFORMANCE

You like to be in your best shape, at work and in private life. The Performance program promotes physical recovery and mental focus, granting energy and lucidity in every circumstance.

Desideri essere sempre al top, nel lavoro e nella vita quotidiana. Il percorso performance ti aiuta a recuperare fisicamente e a mantenere il focus mentale, garantendoti energia e lucidità in ogni situazione.

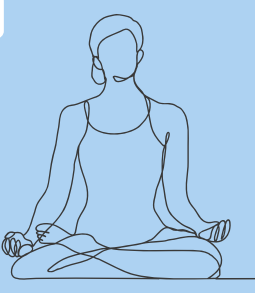
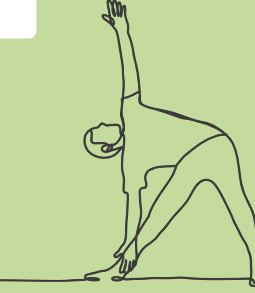
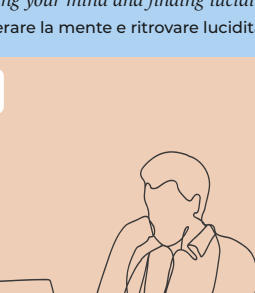
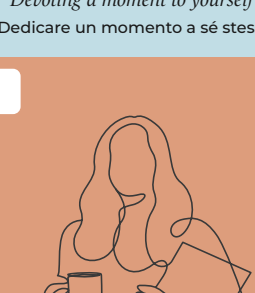
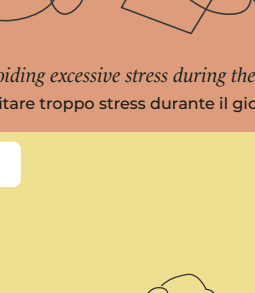
SLEEP

You pay a lot of attention to sleep quality. The Sleep program helps to relax muscles, empty your mind and prepare your body to fall asleep. It generates a physiological state of calm which promotes peaceful and lasting sleep.

Poni molta attenzione alla qualità del sonno. Il percorso sleep ti consente di rilassare le tensioni muscolari e svuotare la mente, predisponendo l'organismo alla fase di addormentamento. Induce uno stato fisiologico di calma, favorendo un sonno sereno e duraturo.

Sort by importance the **five phrases** that best **describe your current wellness goals** and discover what is the **spa_system® pro** program that suits you best, depending on the dominant colour.

Metti in ordine di importanza le 5 frasi che meglio descrivono i tuoi attuali obiettivi benessere e scopri qual è il percorso **spa_system® pro** più adatto a te, in base al colore dominante.

 <i>Freeing your mind and finding lucidity</i> Liberare la mente e ritrovare lucidità	 <i>Devoting a moment to yourself</i> Dedicare un momento a sé stessi	 <i>Finding the balance between mind and body</i> Ritrovare l'equilibrio tra mente e corpo
 <i>Managing engagements better</i> Gestire meglio il carico di impegni	 <i>Avoiding excessive stress during the day</i> Evitare troppo stress durante il giorno	 <i>Having a balanced nutrition</i> Seguire un'alimentazione equilibrata
 <i>Relaxing to sleep better</i> Rilassarsi per dormire meglio	 <i>Sleeping through an entire night without waking up</i> Dormire per un'intera notte senza interruzioni	

You can learn more about the programs in the article dedicated to **spa_system® pro** at page 72

*Puoi approfondire ogni percorso leggendo l'articolo dedicato a **spa_system® pro** che trovi a pag 72*

