

SAPER FARE: I LAVORI DEL MESE • RIMEDI NATURALI • COSA C'È DI NUOVO

# giardinaggio

PER VIVERE  
IL GIARDINO  
IL TERRAZZO  
L'ORTO

GIUGNO

**TEMA  
DEL MESE**  
GRAMINACEE

**ITINERARI VERDI**  
ISOLA D'ELBA  
ALTO ADIGE

**SPECIALE**  
UNO SPAZIO DA CREARE



## Jogging nel parco

### Grotta Giusti Natural SPA Resort\*\*\*\*

Via Grotta Giusti, 1411,

Monsummano Terme

Tel. 0572 90771 (PT)

[www.grottagiustispa.com](http://www.grottagiustispa.com)

Prezzo a persona mezza pensio ne: da 170 euro



È l'attività sportiva amatoriale più praticata. Abbassa gli zuccheri nel sangue, aiuta la circolazione, fa perdere peso e stimola il buon umore. Quanti però possono permettersi una corsa in un parco botanico popolato da platani, ippocastani, cipressi, magnolie, ulivi, aceri rossi e oleandri? Al Grotta Giusti Natural SPA Resort non solo si può correre lungo i vialetti delimitati da siepi di alloro, lecci e *Buxus sempervirens*, ma si può beneficiare anche di un percorso vita lungo un chilometro. Da frequentare da soli o in compagnia di un qualificatissimo personal trainer.

