

# NATURAL

style

206 mensile - agosto 2020 - 2,50 euro

**Elle Fanning**

**HO RISCOPERTO  
I PICCOLI PIACERI:  
CIBO, GINNASTICA  
E VITA GREEN**

**BEAUTY**

**VISO, CORPO, CAPELLI  
ELOGIO  
DELLA LENTEZZA**

**RELAX**

**SPECIALE VACANZE  
NELLA BELLA ITALIA**  
• LE SPIAGGE  
BANDIERA BLU  
• LA MAGIA  
DEI PICCOLI BORGHI

**WELLNESS**

**PERDONATI!  
E SII PIÙ CLEMENTE  
CON TE STESSA**

**ABCD DELLE VITAMINE  
SONO ALLA BASE  
DEL NOSTRO BENESSERE:  
ECCO LE 4 ESSENZIALI**

**IL MENU SALVAOCEANI  
LA DIETA BLU IDEATA  
DAI BIOLOGI DEL MARE**

**CUORE E CERVELLO  
COME MANTENERLI  
SEMPRE GIOVANI**

**CONTEMPLA LA NATURA  
GODITI LA BELLEZZA  
E RINASCI A NUOVA VITA**

È arrivato il tempo  
delle coccole

*Dopo tanti affanni, dedicati con calma a corpo e anima.  
Assapora il dolce far niente e fatti cullare dalle cure-relax*



CAIROEDITORE



Una delle spiagge premiate delle Marine di Melendugno, che si raggiungono percorrendo la strada panoramica costiera verso Otranto, un susseguirsi di arenili di sabbia candida, rocce calcaree, mare cristallino.



La Grotta della Poesia, il simbolo delle Marine di Melendugno, tra San Foca e Torre dell'Orso, è incastonata tra le rocce di una scogliera. Una piscina naturale a cielo aperto scavata dal mare nel corso dei secoli che ha ispirato poeti e scrittori.

#### DOVE DORMIRE

### Palazzo Ducale Venturi Luxury Relais & Wellness

L'albergo può essere paragonato a una casa fortificata su due piani, con giardini mediterranei, centro benessere e piscina (sotto, nella foto). Per l'estate sono proposti pacchetti Soggiorno Lungo, in cui prenotando quattro notti una è in regalo. La camera doppia

classic con affaccio diretto al giardino dell'agrumeto costa da 319 euro in b&b.

• **Info:** Palazzo Ducale Venturi  
Luxury Relais & Wellness  
Minervino di Lecce (Le).  
Tel. 0836.818717; 0836.889122;  
[www.palazzoducaleventuri.com](http://www.palazzoducaleventuri.com)



## PUGLIA - MELENDUGNO (LE) Un sogno tropicale

Una nobile residenza del Cinquecento per vivere una vacanza in un'atmosfera fuori dal tempo, nel suggestivo clima mediterraneo del Salento e delle sue spiagge dorate. Palazzo Ducale Venturi si trova nella piccola città di Melendugno, a pochi chilometri da Lecce, la capitale pugliese del Barocco, e dalla romantica città di Otranto. Questo piccolo centro turistico è uno scrigno d'arte, con le case a corte di origine medievale, i palazzi fortificati, chiese antiche, come quella dell'Assunta del XVI secolo, i frantoi ipogei che testimoniano la florida economia agricola di un tempo. Appena fuori città si possono raggiungere i dolmen di Placa e Gurgulante, insediamenti dell'età del bronzo, l'abbazia affrescata di San Niceta, nascosta in mezzo a un uliveto e, naturalmente, le marine premiate con la Bandiera Blu di Melendugno. Sono racchiuse in un lungo litorale delimitato da Torre Specchia e Torre Sant'Andrea, un susseguirsi di

spiagge, calette, dune, faraglioni e grotte, ognuna famosa per una leggenda. Quella degli Amanti è chiamata così per aver offerto riparo a una coppia di innamorati, in quella di San Cristoforo si ammirano i graffiti in latino e greco, a testimonianza delle fede degli antichi naviganti, mentre la Grotta della Poesia era frequentata da poeti e artisti in cerca di ispirazione per le loro composizioni. A pochi passi da questo spettacolare anfratto naturale, si possono prenotare gli ombrelloni del Kum Beach Club di Roca (menu da 25 euro; [www.kumbeachclub.it](http://www.kumbeachclub.it)), con ristorante di cucina salentina sulla spiaggia. Mare assoluto anche quello della spiaggia di Torre dell'Orso, una mezzaluna di sabbia bianca lunga quasi un chilometro con la cinquecentesca torre di guardia, da cui prende il nome, che la domina dall'alto. Da qui lo sguardo va alle due Sorelle, gli imponenti faraglioni di pietra chiara che si specchiano nelle acque. Un sogno tropicale a portata di mano.