

LAS ISLAS *Bonitas*

FUERTEVENTURA E LANZAROTE,
LE CANARIE CON UN'UNICA STAGIONE:
QUELLA DELL'ETERNA GIOVINEZZA.

Elena Elli



Oscillano in un clima variabile di pochi gradi sulle sinfonie di una primavera perenne, le isole delle Canarie, Fuerteventura e Lanzarote. Con una temperatura e una brezza perfette per ritemperare in tutte le stagioni della vita e dell'anno il corpo e lo spirito.

L'isola di Fuerteventura, che fronteggia con i suoi territori il Sahara marocchino, ci fa assaporare l'antica tradizione spagnola dei coloni. La costa è variegata dai golfi accattivanti di Las Playitas, Puerto Lajas, Los Molinos, dalle spiagge bianche infinite di las de Cofete, El Cotillo, Costa Calma, dai porticcioli e dalle dune di sabbia di Corralejo, che arrivano al mare. L'entroterra è come un diamante grezzo, integro, puro. Sulle colline brulle e incontaminate dell'interno, si possono seguire con lo sguardo le sfumature delle zolle vulcaniche e piccoli paesini punteggiati di palme spazzolate dagli alisei. Tra angoli di verde e spinose geometrie di cactus grandiosi e lussureggianti, si trova una terra generosa di aloe vera. Le coltivazioni di questa particolarissima pianta, preziosa per la salute e per l'estetica, sono una risorsa per i Majoreros, gli abitanti dell'isola, che vivono nell'entroterra in casette dai decori d'arenarie che contrastano il candore degli intonaci, con balconi di legno intarsiato che spuntano, come fiori su un prato, dalle calci bianche di superfici irregolari. Tra gli incantesimi degli undici parchi rurali e dei nove parchi marini che possono appagare il bisogno d'intenso silenzio, non mancano sull'isola spunti di divertimento o di arte, come il barocco unito all'arte azteca della chiesetta della Virgen de la Peña, patrona dell'isola, a Vega del Río Palmas, luogo di pellegrinaggi.

Una sorpresa per chi ama l'architettura è però la straordinaria figura di César Manrique, *pastor de vientos y volcanes*, sull'isola di Lanzarote.





Qui, novello Gaudì dei sedimenti vulcanici, César ha battezzato ogni opera dell'isola, creando un modello d'intervento architettonico che non ha contrastato le risorse naturali esistenti. *Fortificar su azul*, costruire sul blu, è la sua parola d'ordine: le sue opere traggono origine nel nero della massa vulcanica, sorgono sotto gli occhi dei dromedari nel parco nazionale di Timanfaya, dove nelle Montañas del Fuego si susseguono i crateri (ben 140 su tutta l'isola!), e si articolano ovunque tra le sedimentazioni delle rocce che sembrano gigantesche spugne scavate dai capricci dell'aria e del fuoco. Magie che Manrique ha realizzato nello Jameos del Agua, nel Jardín de Cactus e nella sua casa, la Fundación Taro de Tahiche a Tegüise. Qui, tra le palme, la piscina disegnata dall'acqua turchese ha la geometria di un sogno, le piante attraversano le murature, una finestra è attraversata da una colata di lava solidificata e le colate di resina dal bianco abbagliante contrastano la porosità opaca e nera del basalto vulcanico. La lava è l'altra grande risorsa naturale dell'isola, come l'aloë vera: nei centri di Lanzarote, è proposta una serie di trattamenti estetici che ci fanno rinascere dalla spuma del mare, come un'eterna Venere botticelliana, e splendere nel viento tiepido delle due isole.



Appetito sulle due isole

Per la gioia degli enologi, le viscere della terra, accolgono i socos, le originali vigne disposte all'interno di coni che bucano il basalto vulcanico, protetti dal vento con piccoli muretti semicircolari di sassi senza malta, nella zona della Geria. Qui nascono i corposi vini locali, intensi o fruttati come la malvasia. Tra le prelibatezze oltre al pesce fresco o essiccato (jarea) i raffinati formaggi di capra (queso majorero), o il gofio, la composizione biologica di più cereali che consente di preparare polenta e dolci. Un'altra specialità sono le papas arrugadas: piccole patate cotte accompagnate con la salsa di mojo verde al prezzemolo e coriandolo, o la salsa mojo rojo al peperoncino. La carne più saporita si trova sulle griglie surriscaldate direttamente dal calore vulcanico, del ristorante progettato da Manrique, El Diablo, nel parco di Timanfaya. Per concludere un pasto, il suggerimento migliore è gustare la generosa frutta tropicale, come il mango, l'avocado e la papaya o i prodotti artigianali, come la marmellata di cactus e il miele di palma, soluzione preferibile ai superdolci di gofio.

L'Aloë Vera Barbados Miller

Usata da Nefertiti e Cleopatra per le sue proprietà cosmetiche, da Cristoforo Colombo e Carlo Magno per le sue qualità nutrizionali, l'aloë vera è un giglio del deserto. Nell'antichità veniva anche adoperata per rigenerare le cellule nelle ferite di guerra. La parte interna delle foglie, ossia la parte gelatinosa che è formata da un polisaccaride, l'acemannano, è impiegata come estratto per rinforzare internamente le difese immunitarie, migliorare la digestione, favorire la cura delle gastriti e delle ulcere ed esternamente, per tutti i tipi d'irritazione e desquamazione della pelle, per l'herpes e per le irritazioni sulla pelle dei neonati, per le scottature e le ustioni d'ogni genere. Una pianta dell'immortalità, come infatti è denominata. Può vivere tranquillamente fuori dal terreno e senza acqua per diverso tempo e può rimarginare i tagli delle foglie in breve tempo, dato l'alto potere cicatrizzante dell'aloë che la contraddistingue. Contiene più di 200 sostanze tra cui 16 enzimi, 13 vitamine, 21 aminoacidi, 7 oli essenziali. Ciò che caratterizza e differenzia alcuni prodotti in



commercio a Fuerteventura è il fatto di essere fortemente concentrati, grazie alle poche precipitazioni sull'isola, e imbottigliati direttamente, mentre spesso quelli normalmente in commercio, sono ricavati aggiungendo l'aloë liofilizzata e reidratata, limitando fortemente i benefici terapeutici. Tra i prodotti testati, ottimo anche per usi topici, come ad esempio sul cuoio capelluto contro l'indebolimento dei capelli, l'Estratto di Aloë al 99,5% prodotto da Luciano Candelotto

(Calle General Moscardó 23/a, 35638 Antigua, Fuerteventura, tel. 0034 646 251039, e-mail lucianofuerteventura@libero.it). Sempre dello stesso produttore, il Gel Frio Calor per le tensioni muscolari, i dolori reumatici, l'artrite e l'artrosi, eccellente pure per massaggi sportivi, ma anche le creme per il corpo che lasciano la pelle vellutata. All'Aloë Vera, si è rivelata, poi, specifica per la sporiasi, una crema che costa meno di 5 euro per 400 ml di prodotto: Aloë Vera Sábila - Crema Corporal. Questa crema non cura ovviamente la malattia ma toglie completamente le squame e il prurito ad essa dovuto, alleviando notevolmente il problema. Trattandosi di una crema naturale il vantaggio è che non ha nessuna controindicazione. Di produzione spagnola, per indicazioni: www.institutoespanol.es

ENGLISH TEXT

BENESSERE A...

Las islas bonitas

Oscillano in un clima variabile di pochi gradi sulle sinfonie di una primavera perenne, le isole delle Canarie, Fuerteventura e Lanzarote. Con una temperatura e una brezza perfette per ritemperare in tutte le stagioni della vita e dell'anno il corpo e lo spirito. L'isola di Fuerteventura, che fronteggia con i suoi territori il Sahara marocchino, ci fa assaporare l'antica tradizione spagnola dei coloni. Una costa insulare, variegata dai golfi accattivanti di Las Playitas, Puerto Lajas o Los Molinos, dalle spiagge bianche infinite di las de Cofete, El Cotillo, Costa Calma e dai porticcioli, o variopinta dalle dune di sabbia di Corralejo, che arrivano al mare. L'entroterra è come un diamante grezzo, integro, puro. Sulle colline brulle e incontaminate dell'interno, si possono seguire con lo sguardo le sfumature delle zolle vulcaniche e piccoli paesini punteggiati di palme spazzolate dagli alisei. Tra angoli di verde e spinose geometrie di cactus grandiosi e lussureggianti, si trova una terra generosa di aloë vera. Le coltivazioni di questa particolarissima pianta, preziosa per la salute e per l'estetica, sono una risorsa per i Majoreros, gli abitanti dell'isola, che vivono nell'entroterra in casette dai decori d'arenarie levigate che contrastano il candore degli intonaci, con balconi di legno intarsiato che spuntano, come fiori su un prato, dalle calci bianche di superfici irregolari. Tra gli incantesimi degli undici parchi rurali e dei nove parchi marini che possono appagare il bisogno d'intenso silenzio, non mancano sull'isola spunti di divertimento o di arte, come il barocco unito all'arte azteca della chiesetta della Virgen de la Peña, patr

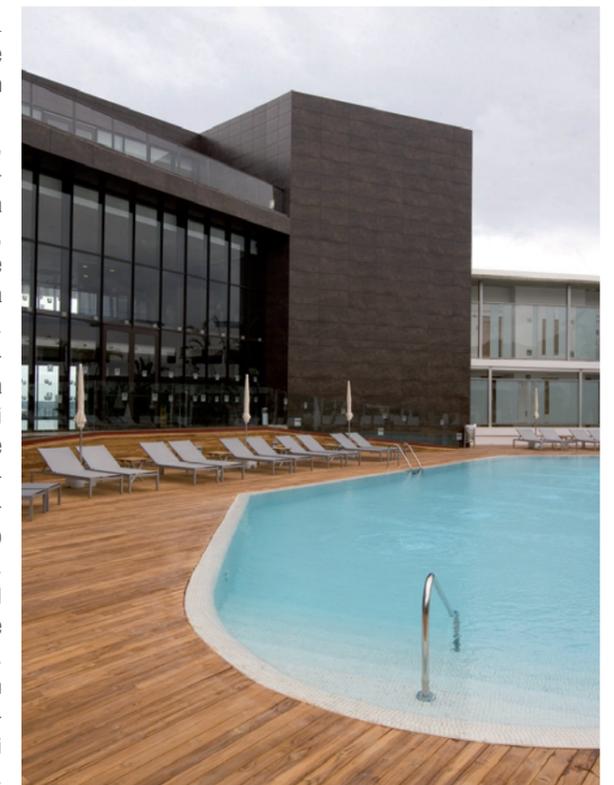
TOFIO RESORT – BAHIA PLAYA

Tarajalejo – Tuineje
Fuerteventura



Un hotel nuovo, di design, dai tratti minimalisti, per un'utenza giovane. Lungo il fronte mare, l'accesso alla lunghissima spiaggia, la passeggiata attrezzata con gli eleganti lettini dell'albergo, la tranquilla colazione all'aperto. L'esterno è completato dalla piscina riscaldata, dalla piscina fredda, dall'illuminazione notturna emozionante. Piacevole camminare sulla moderna pavimentazione di rovere sbiancato all'esterno, o avere la possibilità di giocare a tennis o a squash. Tanti piccoli dettagli estetici si rincorrono nelle scelte puriste: diversa, in ogni camera, una foto di grande formato, retroilluminata, che sembra un capolavoro d'arte contemporanea, con un soggetto della natura incantata e incontaminata dell'isola. La Spa e la palestra rispecchiano anch'esse il carattere giovane e raffinato dell'albergo: le linee sono pulite, i materiali ricercati nei toni dei grigi.

Con vista sul mare, la Spa, unica di design su tutta l'isola, è piccola ma attrezzata con moderne tecnologie, come i lettini riscaldati nella zona relax e le docce multigetto a temperature differenziate. Il percorso termale e il camminamento per tonificare la pianta dei piedi sui sassi dell'isola, sotto getti d'acqua fredda, sono davvero stimolanti.





RÍO CALMA

Costa Calma - Pájara

Fuerteventura

Questo complesso, della stessa catena alberghiera del Baya Playa (R2 Hotels) è una struttura a 4 stelle composta da tanti edifici, nei più svariati stili coloniali, che sembrano emulare il fronte di affaccio di un paese delle meraviglie. Ha una serie di terrazzamenti in pietra a vista, molto articolata, patii esterni, giardini pensili con palmeti a profusione, piscine e cascate su un'area di ben 16.000 mq. Entrando nell'hotel, l'altissima hall, sembra una piazza composta dalle facciate di edifici differenti. Percorso dalle sagome verticali degli ascensori, il grande salone d'ingresso è caratterizzato da un gazebo coloniale e da una vetrata colorata circolare. Una monumentale fontana neorinascimentale campeggia davanti al fronte mare e, sullo stesso lato, le facciate dell'albergo sono affiancate tra loro con colori e forme differenti, come l'insieme prospettico di un raffinato paese ideale, immerso nel verde. Splendida la cornice naturalistica, con le vicine spiagge su chilometri di sabbia, di Playas de Jandia. L'albergo, tra i più esclusivi dell'isola, con un ristorante à la carte di alto livello, è dotato di una spa con percorsi e getti acquatici decorati da mosaici e colonne: l'offerta dei trattamenti rispecchia la varietà degli stili dell'albergo: ci si può davvero coccolare in libertà.



SHERATON FUERTEVENTURA BEACH GOLF & SPA RESORT

Antigua

Fuerteventura

Un hotel dal respiro internazionale, organizzato in modo efficiente, in una cornice scenografica con rocce e le cascate che scandiscono l'ampio tracciato delle piscine. L'architettura è modellata armonicamente sui colori della terra locale, con giochi di balconi e terrazzamenti. Una vivace zona esterna è raccolta intorno alle piscine e ai complessi dei vari ristori, tra cui spicca la bellissima mole de La Veranda Restaurant che, con la sua struttura, ricorda le capanne di legno polinesiane mentre propone piatti italiani. Le magie gastronomiche proseguono nel raffinato ristorante asiatico Wok 'n Zen. Poi, per tornare nel peso forma, non resta che dedicarsi a tempo pieno alle attrattive della Hesperides Thalasso & Spa. Sgambettare nella Vitality Pool, farsi massaggiare con canne di bambù, depurarsi con un peeling al caffè, o alla sabbia del Congo, con uno scrub di polvere di conchiglie e zucchero di canna, o ancora con le noci triturate della foresta amazzonica. Per finire: sciogliere lo stress sui dei lettini in pietra riscaldati, provare lo straordinario e rilassante bagno nei fiori o trattamenti antidolorifici con le pietre calde.



BARCELÓ FUERTEVENTURA

Antigua

Fuerteventura

Il Barceló Fuerteventura, ha tutte le camere ubicate con vista sulla spiaggia di Caleta de Fuste, con profusione di palme e piscine. Il complesso è nuovo e dispone di un'ampia gamma di strutture e servizi polisportivi, due piscine per adulti, una climatizzata d'inverno e l'altra con idromassaggio, oltre palestra, beach-volley, minigolf a 36 buche con due circuiti, campo da calcio e da paddle, campo di bocce, shuffleboard, campo di tiro con l'arco e poligono di tiro. Anche uno spettacolare teatro, sede di animazioni e di attività culturali, fa parte integrante del complesso. Completa la struttura il maggiore e più moderno centro di talassoterapia dell'isola, distribuito su 3000 mq con tre diversi ambienti di offerta: il Talafun, è il complesso ludico-termale costituito da piscine di acqua marina dalle molteplici animazioni; la Talassoterapia con gli spazi a cabine individuali specializzate nell'algoterapia, nella rieducazione funzionale e nell'acquagym, e la Talca-spa con il centro di estetica. Tra i massaggi, considerevoli quello allo champagne, quello al fango rosso orientale e quello al fango verde mediterraneo. Tra gli impacchi, quelli all'aloe vera, al cioccolato, al vino, allo champagne, ai fanghi.

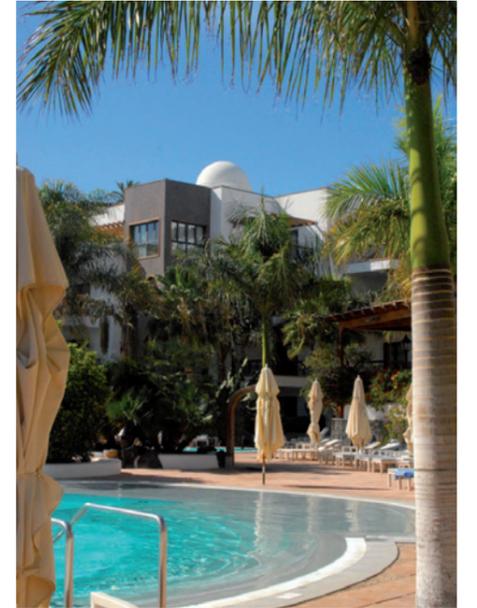


PRINCESA YAIZA

Playa Blanca

Lanzarote

Se desiderate un'atmosfera coloniale e una qualità impeccabile, questo è l'albergo ideale per voi. La ricercatezza delle finiture, dell'impianto architettonico e naturalistico è quanto di meglio si possa trovare a Lanzarote. Palme lussureggianti si distribuiscono tra gli ombrelloni e contornano le grandi piscine in armonia con il fronte mare. Un hotel a cinque stelle lusso, con cinque ristoranti a tema, un fitness center attrezzato, un parco giochi, squash, tennis, calcetto e un prossimo campo da golf da 27 buche. Il Thalasso Center è un lusso da 1200 mq, con oltre 60 getti idromassaggio, percorsi acquatici e musica subacquea. I trattamenti comprendono anche cure post-parto. Quelli più curiosi sono i trattamenti esotici esfolianti: con amido di riso e di frutta, con polpa di cocco e alghe, oppure con l'argilla degli hammam ossia con il ghassoul estratto in Marocco. I massaggi sono a base di sesamo, olio di argan, spirulina ed essenza di gelsomino; gli impacchi di talatermia sono impregnati di spezie e alghe wakame per disintossicare l'organismo, oppure anti-age all'uva nera o al cioccolato. Interessante il percorso bio-marino talassoterapico, con trattamenti linfodrenanti, anticellulite e pressoterapia. Le linee cosmetiche sono l'Alqvimia, la Thal'ion e la Thalgo. Improntati alla raffinatezza i prelibati menù ipocalorici previsti dal ristorante Isla de Lobos.



ARRECIFE GRAND HOTEL

Arrecife

Lanzarote

Situato sul mare, questo hotel è l'emblema di tutto l'abitato, al centro di Arrecife, la capitale di Lanzarote: è un grattacielo di vetro prospiciente una magnifica spiaggia libera, punteggiata da piccole conchiglie. Dalle camere si gode una vista completa sul mare, sulla cittadina, e sulla spiaggia, come anche dal lussuoso ristorante all'ultimo piano. All'esterno, sopra il basamento della hall, è situata una zona solarium, con pavimentazione in legno e una piscina. L'Aqua Spa prevede un articolato percorso termale, sviluppato in un'area che ricorda le terme romane, con bagni idromassaggio diversificati, sauna e bagno turco. Specifici e assolutamente originali i programmi estetici: lo O2 Relax prevede un cocktail facciale di oligoelementi, di alghe e di ossigeno, strettamente indicato per purificare la pelle dei fumatori; per il corpo la scelta è tra rilassanti bagni nei cristalli di mare e oli essenziali o peeling esfolianti, come la Terapia Volcánica, con oli e polvere di lava seguita da un massaggio di pietre calde con oli e gel di aloe. Per un vero splendore a più carati, i trattamenti con polvere di diamanti non hanno veramente paragoni.

ALTRI INDIRIZZI...

• Grand Hotel Atlantis Bahia Real, Corralejo, Fuerteventura

Un hotel di categoria cinque stelle gran lusso, che ha ottenuto la Certificación Biosphere nel luglio 2008: è il primo albergo di Lanzarote ad ottenere questo importante riconoscimento, come anche l'Award for Excellence Most Excellente European Hotel 2008. Con il fronte mare prospiciente al Parque Natural de Las Dunas de Corralejo, dove bianche e altissime dune di sabbia desertica si congiungono al mare, sembra integrarsi perfettamente con la natura e con la vicina Isla de Lobos, rinomata per il suo parco naturale dalle ineguagliate riserve di animali, di pesci e di piante esotiche. L'incantevole Bahia Vital Spa, propone

trattamenti esclusivi all'aloe vera, alle alghe e ai preziosi composti della linea Alqvimia.

• Gran Meliá Volcán Lanzarote, Playa Blanca, Lanzarote

A un solo chilometro dalla spiaggia Blanca e a pochi minuti dalla famosa spiaggia di Papagayo, il maestoso impianto alberghiero, 5 stelle lusso, è situato strategicamente vicino al mare e alla meravigliosa baia di Rubicón Marina, a sud di Lanzarote.

Qui tra gli yacht ancorati, si respira un'aria salmastra e tersa e si possono assaporare i piatti delle cucine più varie e internazionali, dalla giapponese all'italiana.

Tra i trattamenti ad acqua di mare del centro benessere: i massaggi con il getto jet e l'idromassaggio.

• Gran Meliá Salinas, Avda. Islas Canarias, Lanzarote

Rispecchia gli originali interventi artistici di César Manrique, trasformati dalle finiture di pregio della categoria 5 stelle gran lusso.

Una piscina modello laguna azzurra, persa tra le palme, come quella della fondazione Manrique ma direttamente sulle sponde dell'Atlantico, fronteggiante la spiaggia di las Cucharas, è il luogo ideale per riposare pregustando le numerose offerte della gastronomia internazionale.