**TERME DE MONTEL**

# OLTRE 100 RITUALI OGNI SETTIMANA, PER ACCOMPAGNARE OGNI MOMENTO DI BENESSERE

*Terme De Montel presenta The Rituals Library, un universo di esperienze dedicate alla rigenerazione, alla bellezza e alla cultura della longevità.*

Scarica la galleria fotografica

**Milano, 10 novembre 2026** - Il benessere non è soltanto una pausa dalla quotidianità, ma un autentico rituale di cura di sé, un momento prezioso per ritrovare equilibrio, energia e armonia tra corpo e mente. È da questa filosofia che nasce la nuova proposta di **Terme De Montel**, che mette al centro dell'esperienza termale uno dei suoi elementi più distintivi: **i rituali del benessere**, trasformandoli in un percorso continuativo di rigenerazione e consapevolezza.

Dal 1° novembre, il più grande parco termale urbano naturale d'Italia arricchisce la propria proposta con **oltre 100 rituali ogni settimana, tutti inclusi nel biglietto d'ingresso**. Le esperienze diventano così parte integrante della giornata termale, grazie a un palinsesto ampio e articolato che prende forma attraverso ***The Rituals Library***: un vero e proprio corner dedicato al racconto e suggerimento delle pratiche benessere, alla bellezza e alla rigenerazione. Un invito a esplorare un universo di esperienze diverse, scegliendo quelle più in sintonia con le proprie esigenze e lasciandosi accompagnare in un percorso che coinvolge corpo e mente.

Protagonisti di questa nuova dimensione sono i **Maestri del Benessere**, figure specializzate che accompagnano gli ospiti attraverso pratiche ispirate alle tradizioni wellness di diverse culture. Custodi di gestualità, tecniche e conoscenze legate all'arte del benessere, i Maestri trasformano ogni appuntamento in un'esperienza immersiva, in cui il calore, l'acqua, il respiro, il suono e il movimento diventano strumenti di rigenerazione. Non semplici trattamenti, ma autentiche cerimonie capaci di coinvolgere i sensi e invitare a una connessione più profonda con sé stessi.

All'interno di **The Rituals Library**, le esperienze si articolano in quattro grandi universi: **Body Rituals, Mind Rituals, Beauty Rituals e Signature Rituals**, pensati per rispondere alle diverse esigenze di benessere e accompagnare gli ospiti in un percorso personale di scoperta e rigenerazione.

Dall'**Aufguss**, il tradizionale rituale di sauna che combina calore, vapori aromatici e movimenti armoniosi dell'aria, alla **Nordic Experience**, ispirata all'antica tradizione nordica della Banja, in cui i profumi della betulla e dell'eucalipto, diffusi attraverso i caratteristici *venik*, incontrano il calore e la freschezza delle sfere di ghiaccio. Esperienze energizzanti che celebrano il potere degli elementi naturali e invitano a riscoprire la vitalità del corpo.

La dimensione più meditativa trova invece espressione nel **Sound Bath**, un bagno sonoro in cui le vibrazioni delle campane tibetane e le note profonde del gong accompagnano il respiro, favorendo uno stato di quiete e rilassamento. Un'esperienza che si amplifica nel **Floating Sound Bath**, dove il corpo galleggia nell'acqua salina, accompagnato da suoni avvolgenti e delicati movimenti di stretching, in un percorso sensoriale pensato per sciogliere le tensioni e ritrovare leggerezza.

Grande attenzione è dedicata anche alla dimensione beauty, con rituali che trasformano la cura della pelle in un momento di benessere profondo. Il **Relax Visage** combina i prodotti di Terme di Saturnia con il calore della sauna, regalando un'esperienza dedicata all'idratazione e alla distensione del viso. Il **Body Scrub** celebra invece il rinnovamento della pelle attraverso

l'esfoliazione, mentre il **Savonage** unisce il piacere della detersione a un'esperienza sensoriale avvolgente. Completa il percorso il **Saturnia Mud**, rituale che valorizza il contatto con il fango e il piacere di dedicare tempo alla cura del corpo.

Tra le esperienze Signature trova spazio anche **Ice and Fire**, un rituale che esplora il contrasto tra caldo e freddo attraverso la respirazione consapevole, l'immersione nella vasca fredda e il successivo calore della sauna, per una sensazione di rinnovata energia e vitalità.

A rendere ancora più personale l'esperienza è il **Ritual Concierge**, una figura dedicata ad accompagnare gli ospiti alla scoperta della Rituals Library, orientandoli nella scelta delle cerimonie più in linea con le proprie esigenze e preferenze. Un servizio che valorizza la dimensione individuale del benessere, trasformando ogni visita in un percorso costruito intorno alla persona.

A completare questa filosofia di cura di sé, Terme De Montel propone anche **Skin Analyzer**, un'esperienza esclusiva inclusa nella formula **Morning Rituals**, dedicata al benessere fin dalle prime ore della giornata. Attraverso una consulenza cosmetica personalizzata, i terapisti accompagnano gli ospiti alla scoperta delle caratteristiche della propria pelle, offrendo indicazioni mirate per una beauty routine più consapevole. Il percorso si conclude con lo **Skin Booster**, una centrifuga da bere ricca di vitamine, pensata come una pausa di freschezza da integrare nell'esperienza di benessere. Un rituale mattutino che unisce cura della pelle, rigenerazione e piacere, disponibile dal lunedì al venerdì, dalle 9.30 alle 12.30.

In un momento in cui il concetto di **longevità** assume un ruolo sempre più centrale nel mondo beauty e wellness, Terme De Montel propone una visione del benessere che va oltre il singolo trattamento, valorizzando la continuità e la qualità delle esperienze dedicate alla cura di sé. La cultura della longevità non riguarda soltanto il vivere più a lungo, ma soprattutto il **vivere meglio**, coltivando abitudini che favoriscano l'equilibrio psicofisico, la gestione dello stress e una maggiore consapevolezza del proprio corpo.

In questa prospettiva, i rituali diventano occasioni per interrompere i ritmi frenetici della vita urbana e riscoprire il valore del tempo. Il calore, l'acqua termale, le fragranze, i suoni e il contatto con gli elementi naturali contribuiscono a creare esperienze multisensoriali in cui la rigenerazione diventa un gesto di cura quotidiano. Non più soltanto un momento straordinario da concedersi occasionalmente, ma **una cultura del benessere da integrare nel proprio stile di vita**, in cui prendersi cura di sé significa investire nella propria qualità della vita.

Con **The Rituals Library**, Terme De Montel ridefinisce così il concetto di benessere urbano, trasformando i rituali in un linguaggio contemporaneo di cura di sé, dove tradizione, innovazione, bellezza e personalizzazione si incontrano per dare vita a una nuova cultura della rigenerazione, nel cuore di Milano.

**TERME DE MONTEL MILANO**

*Terme De Montel Milano è l'unico e più grande parco termale naturale urbano dell'area milanese, frutto di uno dei più significativi interventi di riqualificazione conservativa della città. Costruite negli anni '20 dall'architetto Vietti Violi, le ex scuderie sono un gioiello del Liberty italiano. Dopo decenni di abbandono, sono state riportate alla luce grazie a un meticoloso restauro filologico. Le vere terme di Milano – che sorgono in zona San Siro - offrono oltre 16mila metri quadri dedicati al benessere, con percorsi, rituali, saune, trattamenti e aree relax, 10 grandi vasche con acque termali certificate dal Ministero della Salute e un rigoglioso parco immerso nel verde. I massaggi e i trattamenti di Terme De Montel Milano nascono dall'expertise di* ***Terme di Saturnia****, un metodo riconosciuto con tecniche efficaci e protocolli avanzati. De Montel combina tradizione e innovazione, promuovendo un benessere accessibile e sostenibile nel cuore di Milano. Terme De Montel Milano è gestito dal gruppo* ***Terme & SPA Italia*** *- nato nel 2021 - che riunisce alcuni dei più importanti siti termali e Spa del territorio nazionale grazie all'esperienza sviluppata con l'acquisizione di Terme di Saturnia - icona nel mondo*

*dell'ospitalità e del benessere immersa nella Maremma toscana. Le altre realtà già operanti del gruppo, insieme a Terme di Saturnia e De Montel, sono Monticello The Entertainment SPA e Terme di Chianciano.*

**CONTATTI PER LA STAMPA**

**Terme De Montel Milano**
Stefano Colombo - scolombo@demontel.it | +39 340 7786331

**TERME&SPA ITALIA**
**Fcomm**
Francesca Pelagotti Cell +39 366 7062302; E-mail: francescapelagotti@fcomm.it
Giacomo Tinti Cell +39 331 1244128; E-mail: giacomotinti@fcomm.it
Elisabetta Lapidari +39 345 7256596; E-mail: elisabettalapidari@fcomm.it