

MINDFULNESS

Siete destinos para dejar la mente en blanco y disfrutar del momento, del paisaje, para relajarse con una sesión de yoga o un desayuno bajo los árboles, rodeado de arte, belleza y del lujo de no tener que mirar el reloj.

Realización y texto: **Beatriz Fabián**

Fundación Venet, esculturas al aire libre

LA GALERÍA PRIVADA DEL ESCULTOR BERNAR VENET

Ve rellenando el formulario de visita a esta fundación, al sureste de Francia, cerca de las playas de Saint-Tropez y los viñedos de Bandol. El edificio, diseñado por Berthier and Llamata, acoge la interesante colección de arte americano atesorada por el escultor francés Bernar Venet a lo largo de 50 años. Evádate frente a esta selección de piezas minimalistas y conceptuales de autores como Donald Judd, Sol Lewitt, Frank Stella o Robert Indiana, sin olvidar las megaesculturas del propio Venet.

365 Chemin du Moulin des Serres. Le Muy (Francia). venetfoundation.org

Messner Mountain Museum Corones, vista panorámica

RODÉATE DE PICOS ALPINOS EN ESTE MUSEO PROYECTADO POR ZAHA HADID

Aferrado a la cima del monte Kronplatz, a más de 2.000 m de altura y con las montañas Zillertal, Ortler y Dolomitas como testigos de excepción, el famoso escalador Reinhold Meissner muestra la historia y la disciplina del montañismo en un escenario impactante proyectado por la arquitecta iraquí Zaha Hadid. Piérdete anímica y físicamente en esta estación de esquí del Tirolo italiano.

Bolzano (Italia). www.messner-mountain-museum.it

Foto: Werner Huthmacher



Un retiro solo yoga en Barcelona EN UN HOTEL DE DECORACIÓN ZEN

Una casa modernista, ubicada en pleno barrio del Raval y decorada por el estudio de interiorismo Piedra Papel Tijera, es el destino perfecto si quieres hacer una inmersión en el mundo del yoga y desconectar de todo lo demás. Mobiliario de Ikea o de firmas escandinavas en madera de pino, suelos hidráulicos y complementos de fibras naturales componen la atmósfera para disfrutar de un retiro espiritual. Un plus: las Open Sky Yoga, sesiones de tarde para practicar esta disciplina en la azotea.

Carmen, 4, principal 2. Barcelona. www.yogaweeks.co





Elévate a una cabaña en un árbol
TURISMO SOSTENIBLE Y ECO EN A CORUÑA

En la sierra de Outes, al suroeste de la provincia de A Coruña, se levantan doce cabañas ecológicas suspendidas de los árboles en un entorno típico del bosque gallego.

Son eco porque funcionan con energías renovables gracias a bombas de calor de la firma Thermor que proporcionan agua caliente para lograr la máxima eficiencia y ahorro energético posibles. Y lo hacen mediante aerotermia, un sistema que aprovecha la energía contenida en el aire. Practica *mindfulness* y respira con la conciencia tranquila.

Areal, s/n. Outes (A Coruña).
Teléfono: 981 850 903.
cabanitasdelbosque.com

Un paseo idílico por un jardín único

EL BELLO PARQUE ROUSSEAU DE FRANCIA

Esta isla de los álamos es solo una parada en el recorrido que propone el parque Rousseau, jalonado de grutas de ninfas, un quiosco chino de finales del siglo XIX, el embarcadero, el solitario templo de la filosofía moderna... además de un dolmen o un castillo de agua de arquitectura neogótica.

Un placer para los amantes de los paseos por la naturaleza, dentro del Parque Natural Regional Oise-Pays de France, cerca de la localidad de Chantilly, al norte de París. *Oh là là!*

Jardin des Lumières. 1 rue René de Girardin. Ermenonville (Francia).

Tel. 00 33 3 4410 4575.

www.parc-rousseau.fr





Minimal por naturaleza

EN EL VIVOOD LANDSCAPE HOTEL

El frondoso valle alicantino de Guadalest rodea el Vivood Landscape Hotel, un alojamiento *eco-friendly* donde, además de poder ensimismarte con las vistas desde sus 25 suites independientes, puedes practicar yoga, nadar en la piscina *infinity* y panorámica o abandonarte a la *slow food*. Este es el primer hotel-paisaje que está diseñado de forma modular, por los arquitectos Daniel Mayo, Agustín Marí y Pablo Vázquez, bajo los cánones del diseño sostenible.

Ctra. Guadalest-Alcoy, km 10. Benimantell (Alicante). Teléfono: 966 318 585. www.vivood.com

Fotos: Jabalí Studio



Foto: Gilles Trillard

Revive el glamour de los antiguos balnearios

EN UN EDIFICIO REHABILITADO, CONSTRUIDO EN 1903

El afamado interiorista Jean-Philippe Nuel firma la encantadora renovación del mítico Hôtel des Cures Marines, situado en una de las playas más bellas de Normandía. A la elegancia de sus más de 100 suites y la increíble fachada decimonónica, se suma un fantástico spa donde recibir los beneficios de la talasoterapia marina.

Boulevard de la Cahotte. Trouville-sur-Mer (Francia). Tel.: 00 33 2 3114 2600. www.thalasseo.com