

TERME IN TOSCANA: SIENA, LA REGINA DEL SALUS PER AQUAM



Terme in Toscana: 7 weekend per 7 strutture termali, eleggendo la provincia di Siena la regina del *salus per aquam* toscana.

Siena, la regina delle terme in Toscana

Terme in Toscana!!! Essendo di natura catastrofista, quando il caporedattore mi convoca nel suo ufficio temo sempre il peggio, come il licenziamento in tronco, una decurtazione di stipendio o il trasferimento in Burundi. Invece, eccola lì, un nuovo esaltante incarico che mi ha fatto balzare letteralmente dalla sedia: 7 weekend da trascorrere in 7 località termali della Toscana per una recensione da fare, ovviamente, per la nostra rivista. Ero la persona giusta!

Quando le mie amiche mi proponevano di andare a ballare il sabato nell'ultima discoteca alla moda, io



prontamente lanciavo la controproposta: “SPA tutto il dì” (ovviamente in poche mi davano retta... a quell’epoca!).



Un’esperienza 100% made in Tuscany

Insomma, con grande entusiasmo già sull’uscio inizio a fantasticare su questa fantastica *experience 100% made in Tuscany!*

Dopo circa 3 mesi a zozzo per SPA e centri termali, ecco a voi una piccola guida alle terme in Toscana, concentrate nella provincia di Siena, che la rendono di fatto la regina italiana del *salus per aquam*: 8 località per 8 weekend all’insegna del puro benessere e del completo relax in luoghi talmente incantevoli che sembravano venir fuori direttamente da un libro di Andersen.





Terme in Toscana: i centri termali a Rapolano Terme

A pochi chilometri da Siena si arriva a [Rapolano Terme](#), nota principalmente per la presenza di due strutture termali: le Terme di San Giovanni, situate sui colli senesi, e le Terme Antica Querciolaia, proprio in prossimità del paese.

Le Terme di San Giovanni

Quel che si dice: *“chi ben comincia è a metà dell’opera”*! Opto per iniziare con le Terme di San Giovanni, avvolte dalla natura incontaminata e dalla atmosfera magica delle colline senesi. Una volta superato l’impatto forte dell’odore dello zolfo e del bicarbonato di calcio, mi faccio conquistare: le acque sgorgano ad una temperatura di 39° e sono ricche di proprietà benefiche; inoltre la struttura dispone di numerosi servizi: hotel, ristorante, bar, centro benessere oltre ai servizi di consulenza diagnostica.

Le Terme Antica Querciolaia

Mi sono spostata poi alle Terme Antica Querciolaia, ideali per il trattamento di alcune patologie, in particolare: riniti, problemi respiratori, otiti e malattie reumatiche. Ho particolarmente apprezzato (non diciamo il

perché) i fanghi ricchi di minerali per ridurre cellulite, smagliature e rughe. Care ragazze, accorrete!



Leggi anche: [Rapolano Terme, relax nel cuore delle Crete Senesi](#)





Terme di Bagno Vignoni

Per il secondo weekend ho scelto di farmi accompagnare - vi giuro che non l'ho ricattato - dal mio fidanzato. Scelta azzeccata perché quelle di Bagno Vignoni sono terme molto romantiche e celebri sin dall'antichità per la Piazza delle Sorgenti: una piscina termale al centro del paese, dove purtroppo non è permesso bagnarsi.

Un luogo davvero idilliaco dove potersi immergere per un bagno rilassante nelle vasche a 37°/39° accompagnato da un piacevole massaggio sotto le cascate. Da brividi...ovviamente non di freddo!



Leggi anche: [Bagno Vignoni una storia lunga 2000 anni](#)





Centro Termale Forteverde a San Casciano dei Bagni

Il mio ragazzo ci ha preso gusto e ha deciso di accompagnarmi anche a San Casciano Bagni, un paese che vanta ben 42 sorgenti termali, rendendolo il terzo complesso termale d'Europa per quantità d'acqua. Uno dei luoghi preferiti dell'imperatore Ottaviano non poteva che essere incantevole!

Arrivati a Fonteverde Terme abbiamo optato per i percorsi termali *Acquabio* e *Bagno Etrusco* che sfruttano l'energia di ogni elemento per farti ritrovare uno stato di totale armonia psicofisica. Missione compiuta! Location spettacolare, acqua termale a 41° tutto l'anno, centro benessere di livello eccellente... da provare sia d'estate che d'inverno!



Leggi anche: [San Casciano dei Bagni: l'Eden si trova in Toscana](#)





Bagni di Petriolo, famose terme libere in Toscana

Le proprietà benefiche delle acque di Petriolo erano già note ai tempi dei Romani, tanto che Cicerone le cita in una delle sue lettere. Questo piccolo borgo sulle sponde del torrente Farma, ha visto costruire il suo primo stabilimento termale nel 1400, di cui è possibile ancora oggi ammirarne l'antica struttura in muratura.

L'acqua termale sgorga a 43 gradi nelle vasche naturali dove è possibile immergersi circondati da una splendida natura incontaminata... cosa che ho particolarmente apprezzato.

Un valore aggiunto delle Terme di Petriolo sono anche i borghi medioevali circostanti, così da abbinare una giornata in SPA ad una gita culturale tra le perle della Toscana.



Leggi anche: [Terme di Petriolo, il caldo abbraccio della storia e della natura incontaminata](#)





Nuove Terme San Filippo (Castiglione d'Orcia)

L'emozione più grande di tutta la mia *tuscan experience* è stata proprio qui! Vicino al [Monte Amiata](#), a [Castiglione d'Orcia](#), una strada pedonale vi conduce in un paesaggio onirico e indimenticabile, soprattutto all'ora del tramonto. Tra gli alberi e le rocce sorgono cascate solidificate, archi e ponticelli totalmente candidi per il depositarsi del boro.

Il simbolo di questo luogo è la Balena Bianca, un enorme blocco dalla forma di un cetaceo lavorato dai sedimenti delle acque termali. Il contrasto del Fosso Bianco con il verde attorno è spettacolare così come le particolari sfumature di colore dell'acqua termale che si mescola a quella del torrente.

L'acqua sgorga dalla sorgente a 48°, una temperatura perfetta per immergersi anche in pieno inverno. Assolutamente strabiliante!



Leggi anche: [Bagni San Filippo in Val d'Orcia: quando la natura è spettacolare e curatrice](#)





Chianciano, le terme della Val di Chiana

Tutt'altro registro le Terme di Chianciano. Abbandonati i tramonti romantici e i percorsi benessere più chic, qui si viene per curarsi. Chianciano Terme vanta eccellenti acque minerali ad azione curativa ed è considerato uno dei centri più importanti d'Europa, non solo per le sue acque, ma anche per la sua splendida posizione, i suoi grandi parchi e gli alberghi dove si può soggiornare.

Adatto per curare mente e corpo, da soli o con qualche parente (meglio lasciare amiche glamour e fidanzato a casa!).

Le Terme di Sant'Elena

Varrebbe la pena venire qui anche solo per ammirare il magnifico panorama dei laghi di Chiusi, di Montepulciano, del Trasimeno e delle giogaie dell'Amiata. Che spettacolo!

L'acqua di Sant'Elena sgorga a breve distanza dall'antica Cappella di Sant'Elena, da cui prende il nome ed è notoriamente dotata di grandi di virtù medicinali. Il mio weekend in questo centro termale è trascorso tra

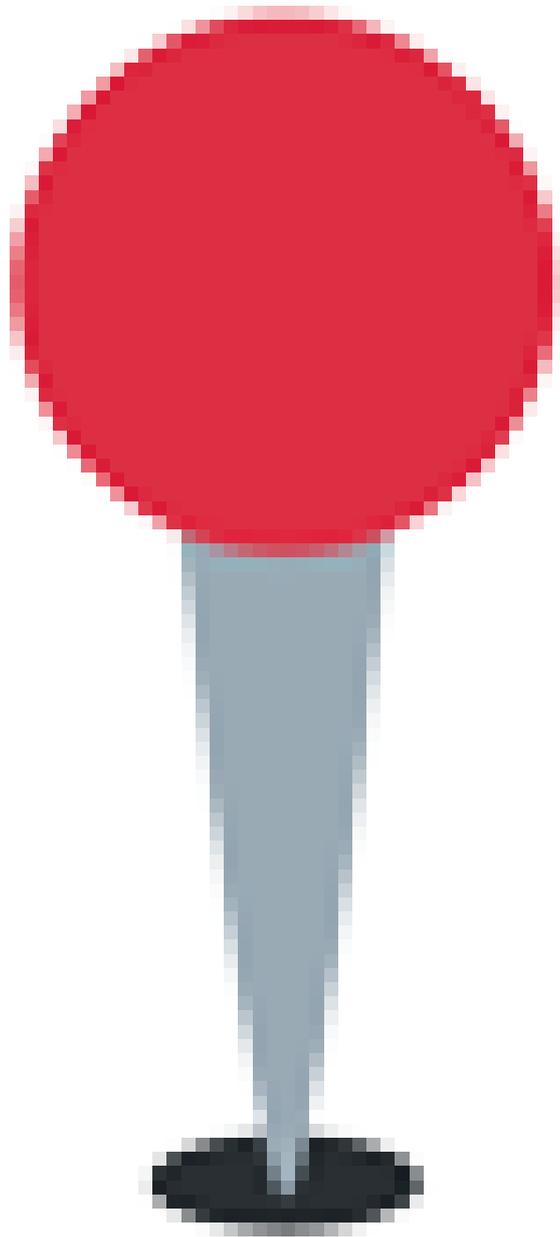
bagni e attività ricreative nel parco. Consiglio questo luogo se volete venirci con tutta la famiglia, perché attrezzato con campi di bocce immersi nel verde, giochi dei bambini, sale di lettura, saloni con punti ristoro e musica live, insomma più che un'ascetica SPA per due è simile ad un grande resort per vacanze familiari!



Leggi anche: [Chianciano Terme: una delle stazioni termali più famose d'Europa](#)



Allora? Quali di queste SPA vorreste provare? Lo so, è difficile scegliere, le terme in Toscana sono tutte superlative! Magari provate a proporre questo stesso tour, chissà che non troviate qualcuno che vi accompagni!



PER APPROFONDIRE:





Le terme toscane: il più ampio sistema di centri benessere d'Italia





5 SPA in Toscana: quando il benessere è eccellenza





[Terme di Sassetta: il benessere diffuso](#)

La Toscana è la tua passione? Anche la nostra!

[Teniamoci in contatto](#)



