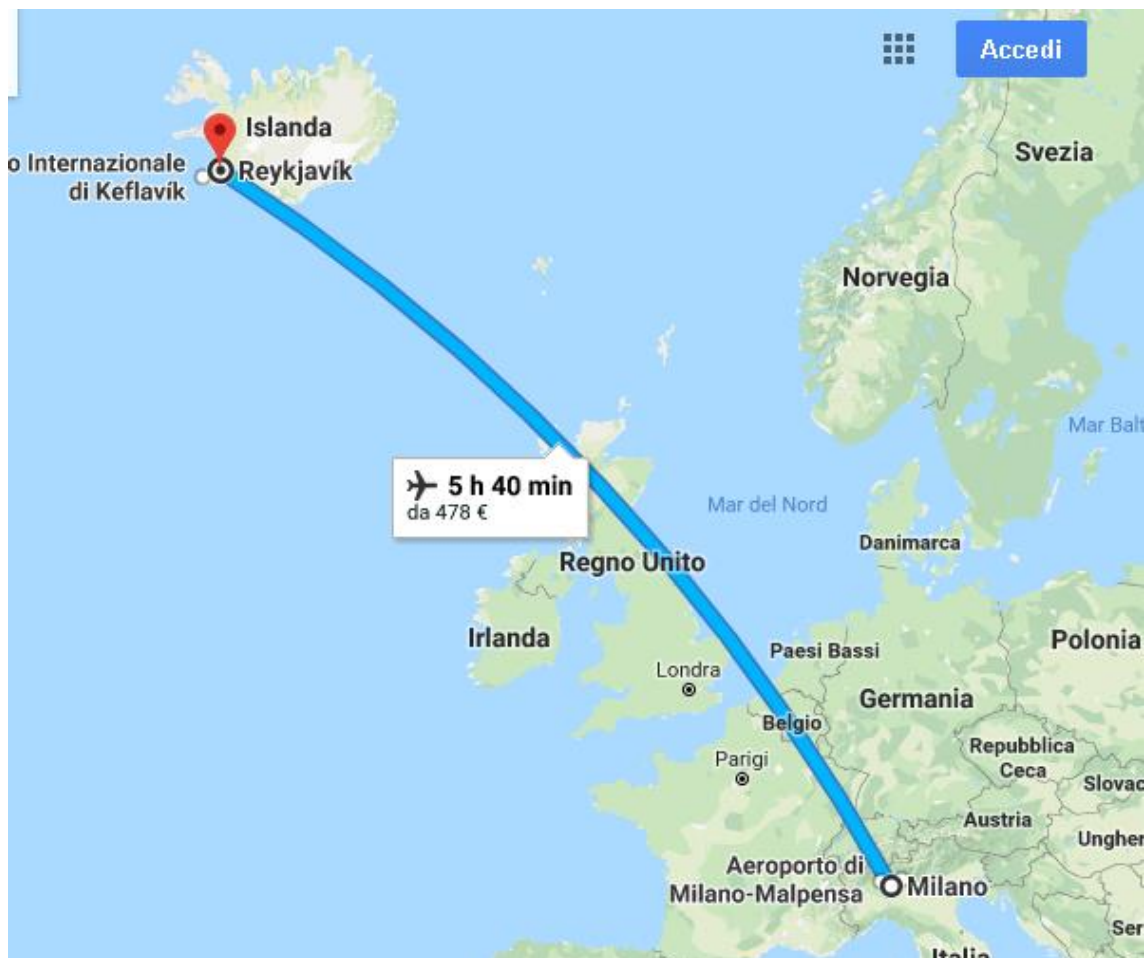




MY TRAVEL

Il mio viaggio in Islanda alla ricerca del
Benessere





Giorno 1

Oggi partirò per l'Islanda, nazione insulare dell'Europa Settentrionale, distesa nell'Oceano Atlantico. Sarà un viaggio lungo e un pochino faticoso, abbiamo intenzione però di noleggiare una macchina una volta arrivati! Mi fermerò per una settimana per visitare i posti più belli, soprattutto per sperimentare la concezione del benessere in questa parte del mondo. Il posto che mi piacerebbe visitare di più infatti è la Laguna Blu, una famosa area geotermale. Mi trovo all'aeroporto di Milano adesso...

La Laguna Blu è una piscina termale che rappresenta una delle attrazioni turistiche più gettonate dell'isola. Acque silicee, azzurre cobalto, vapore caldo, fanghi e creme miracolose. La Laguna Blu è fra le attrazioni più visitate e per questo, specie in estate nel fine settimana, le code possono essere lunghe e

si finisce per spendere più tempo in attesa che dentro l'acqua. La Laguna Blu sorge sul territorio di Grindavick, 40 km a sud di Reykjavik, la capitale, su un territorio ricco di sorgenti geotermali ed è frutto della creazione della centrale geotermica di Svartsengi, a pochissimi km di distanza: non si tratta dunque di una piscina naturale come tante che si incontrano in Islanda. Ed ecco, sono arrivata!



Giorno 2

Oggi visiterò il parco nazionale di Thingvellir, a est di Reykjavik, famoso per gli splendidi geysir e gli antichi rifugi in pietra. Vedere il parco è stato bellissimo, e i geysir sono davvero spettacolari! Simbolo dell'Islanda, i geysir sono luogo di pace e tranquillità in cui ritrovare se stessi. Domani visiterò la Laguna Blu, non vedo l'ora!

Giorno 3

Mi sono alzata dal letto felicissima e piena di curiosità. Sono partita alle 9, ho preso la macchina e ho ricominciato il mio viaggio. Arrivata alla Laguna Blu, la cosa che mi ha colpito di più è stata l'acqua cristallina, ero felicissima perché non ho mai visto un'acqua così bella e calda. Ho visto tante famiglie fare il bagno e ho pensato: lo voglio fare anch'io! Appena mi sono buttata, mi sono rilassata all'istante! La pelle ne beneficia e anche i polmoni: di fatto ci si trova in un paradiso dove la natura offre cure vere, basti pensare che le acque geotermali del lago di Grindavick hanno una temperatura variabile da 37° a 39°C e si distinguono per il colore turchese dato dalla presenza di un'alga, la *Cynobacteria*. Questa ha proprietà cosmetiche e curative che si uniscono ai minerali contenuti nelle acque naturali che riempiono il bacino artificiale ricavato dalla roccia vulcanica. A concludere il trattamento di bellezza, il fango naturale di silice intorno alla piscina, anche questo utilizzato per rituali di bellezza e cure di vario tipo.

Giorno 4

Un'altra meta che ho scelto oggi da dedicare al benessere è Myratin Nature Baths, una laguna nel cuore del nord-est dell'isola, a un centinaio di chilometri dal Circolo Polare. In queste acque geotermali è presente lo zolfo. Per questo motivo, mi hanno consigliato di togliere l'anello di metallo che avevo al dito.



Giorno 5

Oggi, io e la mia famiglia, abbiamo deciso di andare a visitare un bellissimo lago vulcanico nella parte settentrionale dell'isola. Ho chiesto a un mio amico pilota di elicotteri che vive in Islanda da tre anni di accompagnarmi per una visita dall'alto. Mi ha portato in elicottero! Ho potuto così ammirare dall'alto il Myvatn. Ero stupita perché da lassù la vista era magnifica. Mi sono portata dietro una macchina fotografica, e ho scattato tantissime foto della giornata. Ringrazio il mio amico per questa esperienza; è stato un bellissimo viaggio e ora ritorneremo a casa contentissimi, anche se mi rendo conto di avere ancora da scoprire tanti nuovi posti dell'Islanda. Non vedo l'ora di ritornarci e ristupirmi di nuovo. Ora ti saluto che devo andare, ci vediamo presto. Ciao!

Greta , Elena, Nikita