Остров Искья(Италия)-остров красоты и релакса

**Вам хотелось бы забыть на время обо всех проблемах?О серой,ненастной погоде,бесконечных пробках?**

**Обрести психофизическое и эмоциональное здоровье?Если да,тогда вам сюда- на вулканический ост­ров,находящийся в Тирренском море-невероятно красивое и спокойное место.**

**Искья была курортом еще во времена Древнего Рима,а с 15 века на остров активно приезжала евро­пейская знать,ведь именно здесь сосредоточено самое больщое количество термальных источников.**

**Термы делятся на два вида:термоминеральные,теплые,до 40 градусов и гипертермальные,горячие,до 80 градусов.**

**Здесь полностью можно вылечить ревматоидный артрит и артроз,бронхо-легочные заболевания.дермопроблемы,бесплодие и многое другое.Местное лечение с использованием термальной воды и термальной грязи довольно часто превосходит терапевтические медицинские методики.Ведь для поддержания здоровья и энергетического баланса достаточно раз в год проходить курс бальнеологии.**

**Специальные водопады,массирующие плечи и шею ,мгновенно и надолго снимут усталость у тех,кто много времени проводит за компьютером.Уникальный бассейн,состоящий из двух частей-ледяной и горячей воды снимет напряжение и отечность ваших ног.**

**Натуральные сауны с большим процентов влаги –это гроты в скалах.Через отверстия в стенах проходят термоводы,разогретые до 70-80 градусов.**

**Большая часть термоисточников-родоновые,восстанавливают силы и повышают иммунитет.Древние греки и римляне знали ,где поправить свое здоровье!**

**Весь остров-расслабляющий и безмятежный.Живописные пейзажи тропических растений,пальм,**

**Кактусов,оливковые и лимонные рощи –все это способствует быстрому восстановлению.**

**Еще надо добавить прекрасный климат Средиземноморья,великолепную кухню из свежайших морепродуктов,чудесное море и отличные пляжи.**

**Весь остров небольшой,его площадь всего 46,3 кв.км.,а самые посещаемые места –это парки Сады Посейдона и Некомбо.Доехать можно из Неаполя или Поццуолли на пароме ( кстати, в этой деревушке выросла Софи Лорен,старожилы этих мест до сих пор ее помнят)**

**На острове изготавливают известный ликер из огромных лимонов,растущих в цитрусовых рощах-**

**Лимончеллу.**

**Много магазинов,торгующих местной термальной косметикой.**

**Приезжать за молодостью и здоровьем на Искью можно круглый год.Но перед поездкой лучше проконсультироваться с терапевтом,ведь есть ряд противопоказаний для посещения горячих источников.**

**Ну а если вам подходит этот курорт-остров,тогда вы не пожалеете,попав в это чудесное место,которое быстро исцелит тело и дух!**