

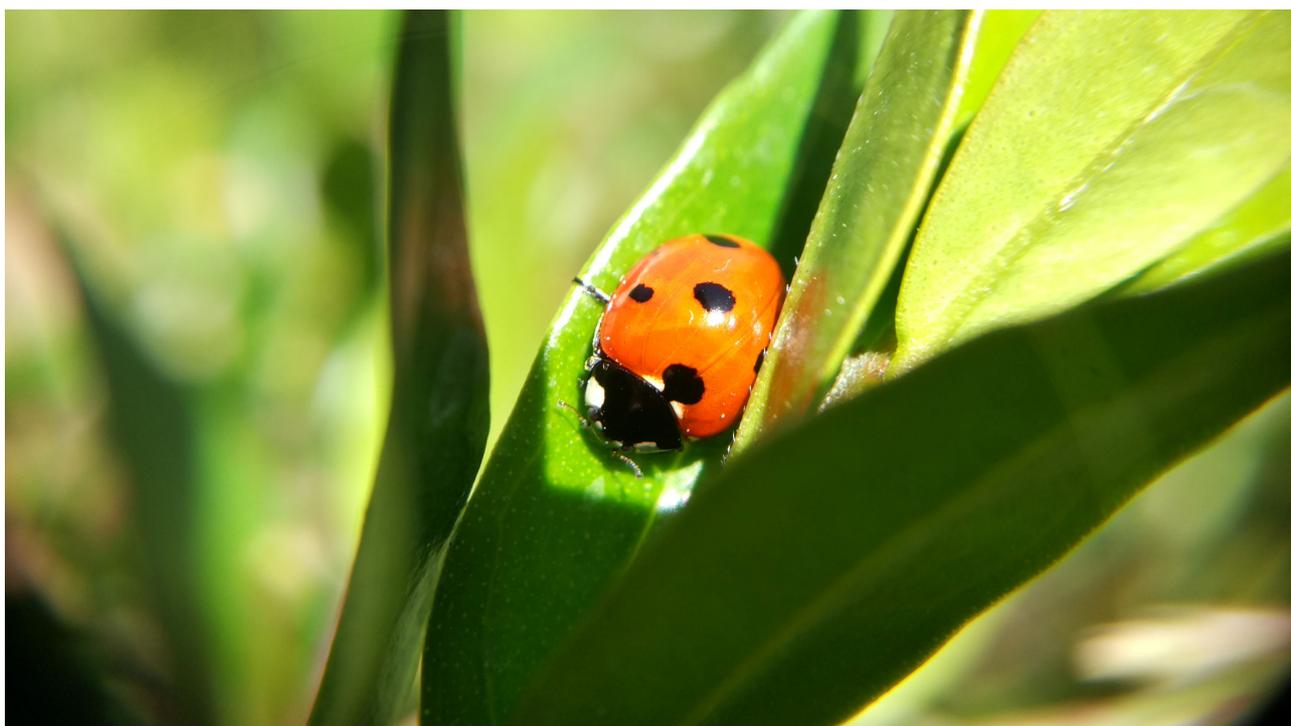


L'Essenza Oasi Sensoriale

presenta:

Alla Ricerca dell'Essenza

4 percorsi per ritrovare il tuo centro in Sardegna



Ci fu un tempo in cui si viveva con i cicli della terra. Si conoscevano il cielo e le stelle, si ballava sui ritmi della natura. Si respiravano le piante benefiche, si mangiava con il cuore e si cucinava con la pietra.

In un luogo nascosto del centro Sardegna, quel tempo è intatto.

Questo luogo è il Parco Naturale di Tepilora.

Riscopri l'Essenza tornando alle origini.

Il lusso naturale e primitivo dell'anima.

*Benvenuto alla scoperta dei 4 percorsi per ritrovare la tua
Essenza.*

*In questo breve viaggio insieme, esploreremo quattro vie per
la ricerca del tuo centro. Puoi usare questa guida in diversi
modi:*

- 1) Puoi scegliere un percorso adatto a te: a seconda di
cosa senti più in sintonia con ciò che ti serve in
questo momento. Segui le indicazioni di un solo
capitolo e approfondiscilo, immergendoti in quel tipo
di “essenza”.*
- 2) Puoi seguire i quattro percorsi come tappe di un
unico viaggio: sono studiati nell’ordine che
naturalmente funziona meglio per l’essere umano.*
- 3) Qualsiasi altro modo che ti viene in mente, incluso il
saltare da un capitolo all’altro senza un ordine ben
preciso!*

Grazie infinite per aver deciso di intraprendere questo “giro intorno all’essenza”: sappi che il tempo e l’intensità che dedichi a questo libro possono contribuire a far sbocciare in te uno spunto, un germoglio, che sarà utile a te e a chi ti sta intorno.

Che ogni goccia della tua essenza possa essere distillata in ciò che desideri!

Buon Viaggio,

Valeria Gentile

L’Essenza Oasi Sensoriale

Percorso N.1

Depurazione

Colore: Bianco

Elemento: Acqua

Pianta: Mirto

Animale: Gufo Bianco

Attività: Respirazione

Luogo: Foce del Rio Posada

Tisana: Infuso purificante sambuco, ortica e tarassaco

Pietanza: Barchette di finocchi ripiene di ricotta caprina ed erbe aromatiche

Tempo: Gennaio. La Luna

Frases: "Mi libero corpo e mente da tutto ciò che mi danneggia".

Questo è il percorso per chi cerca la pace dei sensi.

Se hai bisogno di depurarti da una situazione particolare, il tuo viaggio sarà all'insegna del bianco, immerso nel profumo dei fiori di mirto, godendo dei benefici immutabili e sacri dell'acqua. Il tuo animale-guida sarà il Gufo Bianco. Respirerai lungo la foce del fiume pronunciando o ripetendoti a mente: "Mi libero corpo e mente da tutto ciò che mi danneggia".



Il bianco simboleggia la purezza e ha una sua particolare vibrazione capace di influenzare profondamente le tue energie ed emozioni. Racchiude in sé tutti i colori dello spettro luminoso e sta agli antipodi del nero. Rappresenta il futuro, la novità, la luce. In te aumenta la speranza, la fiducia, i nobili sentimenti e la voglia di ricominciare.



La pianta di Mirto è molto antica. Il suo nome deriva dalla leggenda greca di Myrsine, una fanciulla invincibile nelle gare ginniche. Infatti il Mirto è considerato uno dei simboli della vittoria, della gloria e dell'eroismo. Le proprietà curative del mirto sono molteplici: svolge una notevole azione antisettica e balsamica, antinfiammatoria, perciò è un toccasana per l'apparato respiratorio. Secondo la medicina popolare, il mirto ha proprietà curative anche nelle cistiti, nei disturbi genitourinari e come sedativo nervoso e stomachico.

I frutti svolgono azione carminativa, astringente, aromatica, tonica. Con le foglie di mirto si praticano degli infusi usati esternamente per detergere la pelle e le mucose esterne, nonché come rinforzante del cuoio capelluto.



*Il Mirto è una pianta tipica del Parco Tepilora, di cui fa parte la foce del Rio Posada, dove puoi ammirare **il potere dell'acqua in tutta la sua grandezza**. Venire a respirare qui è un'esperienza da fare almeno una volta nella vita!*

L'acqua del fiume simboleggia la purificazione perché è in movimento, alla ricerca: verso la meta-pace, il mare. Ecco perché il fiume può accompagnarti nel tuo percorso di depurazione, e l'arrivo alla foce può rappresentare per te il compimento di un viaggio "drenante" di sostanze ed emozioni.

*In una notte di Luna piena a gennaio, nel Parco Naturale di Tepilora puoi avere **la fortuna di incontrare un Gufo Bianco**. Il suo volo placido e imponente può incontrarti in un angolo nascosto tra le colline, e ti assicuro, è un incontro che ti cambia la vita.*

Riconosce i pericoli anche a lunghe distanze grazie alla sua una vista incredibile; non ti permette di percepire la sua presenza fino a quando non è lui a volerlo. Ha una forte intuizione e riesce a vivere su questa terra mantenendo sempre lo sguardo verso l'infinito e il mondo dello spirito.

*Questo animale rappresenta la purezza, la saggezza e il rinnovamento sin dai tempi antichi. Presso diversi popoli, infatti, c'era la credenza che la sua abilità di scrutare la notte e vedere ciò che è invisibile, gli conferisse **il potere della chiaroveggenza** e di aiutarci a comprendere meglio i segreti dello spirito.*

Che il Gufo Bianco possa accompagnarti nel tuo viaggio alla ricerca dell'essenza...

Percorso N.2



Colore: Verde

Elemento: Albero

Pianta: Ginepro

Animale: Libellula

Attività: Escursione

Luogo: Bosco di Sa Dea

Tisana: Infuso riequilibrante salvia, anice e verbena

Pietanza: Timballino di riso agli asparagi

Tempo: Maggio. I germogli

Frase: "Ritorno in armonia e in perfetto equilibrio tra cielo e terra".

Questo è il percorso per chi cerca la speranza.

Se hai bisogno di ritrovare il tuo equilibrio corpo-mente-spirito, il tuo viaggio sarà all'insegna del verde, immerso nel profumo del ginepro, ispirandoti all'esempio maestoso degli alberi. Il tuo animale-guida sarà la Libellula. Camminerai attraverso i sentieri del bosco pronunciando o ripetendoti a mente: "Ritorno in armonia e in perfetto equilibrio tra cielo e terra".



Il Verde è il simbolo della vita e il suo nome deriva da vīridis, vivo, vivace. È posizionato esattamente al centro nella scala dei colori e rappresenta l'equilibrio. Ecco il passaporto per una vita in armonia con l'ambiente e con le leggi della natura! Non è un caso che chi sa coltivare bene le piante abbia il cosiddetto "pollice verde". Questo colore parla direttamente alla coscienza superiore.

Conferisce quiete e calma; trasmette armonia e amore, ed è infatti associato al chakra del cuore.

*Dal Ginepro, una conifera dalle grandi proprietà digestive, si estrae un **olio essenziale davvero straordinario**. Ha un'azione riequilibrante del sistema nervoso, rilassa o stimola a seconda della necessità. Aiuta a superare paure e debolezze, dà coraggio e calore alle persone timide e freddolose.*

Oltre ad essere un ottimo stimolante della digestione, il Ginepro ha proprietà curative antisettiche, espettoranti, antiasmatiche, diuretiche; è antidiabetico, sudorifero e antireumatico. Per uso esterno è molto utile nella cura delle dermatiti, delle piaghe e dei dolori muscolari.



*Il Ginepro è una pianta tipica del Parco Tepilora, di cui fa parte il Bosco di Sa Dea a Torpè. Qui puoi ammirare **il potere degli alberi in tutta la loro grandezza**. Venire a camminare e respirare qui è un'esperienza che dà un'intensa sensazione di equilibrio e freschezza! Se ci pensi, l'equilibrio dell'albero è la perfezione tra cielo e terra, il giusto bilanciamento tra il radicamento sulla terra e il volo verso l'infinito. Ecco perché i sentieri del bosco possono accompagnarti nel tuo percorso di riequilibrio: questo percorso può farti scoprire la giusta proporzione delle cose, e può rappresentare per te il compimento di un viaggio all'insegna dell'armonia.*

*In una mattinata di maggio in fiore, nel Parco Naturale di Tepilora puoi avere **la fortuna di incontrare una Libellula**. La sua eleganza nel poggiarsi ai rami e agli steli ha qualcosa di magico e allo stesso tempo può esserti di grande ispirazione per il tuo percorso. Questo bellissimo animale infatti rappresenta la ricerca della verità, la libertà e l'equilibrio: il suo nome deriva dal latino "libra", bilancia, perché durante il volo tiene le ali orizzontali.*

Che il la Libellula possa accompagnarti nel tuo viaggio alla ricerca dell'essenza...

Percorso N.3



Colore: Violetto

Elemento: Aria

Pianta: Lavanda

Animale: Farfalla

Attività: Sogno

Luogo: Lago di Torpè

Tisana: Infuso rilassante tiglio, melissa e biancospino

Pietanza: Vellutata di radicchio e patate viola

Tempo: Settembre. Le stelle

Frases: “Entro dolcemente nella dimensione in cui la magia accade”.

Questo è il percorso per chi ama la creatività.

Se hai bisogno di una pausa relax per staccare completamente la spina, il tuo viaggio sarà all'insegna del violetto, immerso nel profumo di lavanda, attraverso l'elemento aria. Il tuo animale-guida sarà la Farfalla. Raggiungerai i luoghi nascosti oltre il lago al tramonto, pronunciando o ripetendoti a mente: "Entro dolcemente nella dimensione in cui la magia accade".



Il Viola, simbolo della spiritualità, dell'emotività, del lasciarsi andare all'inconscio senza troppo controllo mentale, accentua anche l'intensità dei legami affettivi. Accresce la fantasia inibendo la razionalità e rende quindi le persone più sensibili, umane, recettive e aperte agli altri. Grande amico dell'arte, questo colore favorisce

l'estro creativo in tutte le sue forme attraverso la capacità di innescare forti sensazioni.

La Lavanda, col suo colore delicato e calmante, è l'essenza della tranquillità e del relax. Questa pianta è particolarmente indicata per le persone tese e stressate che soffrono di insonnia, per coloro che tendono a sovraccaricare il sistema nervoso.

Le proprietà curative della Lavanda sono balsamiche, sedative e antinfiammatorie, ma soprattutto riequilibranti del sistema nervoso centrale: si raccomanda in casi di nervosismo, ipertensione, palpitazioni e, in generale, in tutti i casi di malattie psicosomatiche; esercita un'azione antispastica e cicatrizzante. È usata per curare anche emicranie, colon irritabile, tosse e pertosse.

A livello esterno la Lavanda è nota per i benefici miracolosi che apporta in caso di scottature e infiammazioni della pelle.



*La Lavanda è una pianta tipica del Parco Tepilora, di cui fa parte il Lago di Torpè. Qui puoi ammirare **la magia del cielo al tramonto**, con le sue sfumature indaco e rosa, e i milioni di stelle quando cala la sera. Venire a esprimere qui i tuoi desideri è un'esperienza che non puoi perderti! L'aria tiepida che respiri sotto il cielo di settembre è il più forte rilassante che potrai mai prendere, perché è l'unico che oltre a rasserenarti, ti dà la voglia di ricominciare a sognare.*

Infatti il Lago, nel suo essere immobile ma vivo, è l'elemento naturale che può accompagnarti nel tuo percorso di calma. L'arrivo di un'idea creativa può rappresentare per te il compimento di un viaggio "artistico".

*In una calda sera di settembre, nel Parco Naturale di Tepilora al Lago, puoi avere **la fortuna di incontrare una Farfalla**. Il suo volo è l'incarnazione della tranquillità e della grazia. Infatti questo animale bellissimo è il simbolo del sogno, della meraviglia e della fantasia, il punto di incontro tra il visibile e l'invisibile.*

Che la Farfalla possa accompagnarti nel tuo viaggio alla ricerca di ciò che hai sempre sognato...

Percorso N.4

Energia

Colore: *Giallo*

Elemento: *Pietra*

Pianta: *Elicriso*

Animale: *Lepre*

Attività: *Esplorazione*

Luogo: *Nuraghe San Pietro*

Tisana: *Infuso tonificante limone, rosmarino e menta*

Pietanza: *Tortino di zucca, carote e zenzero*

Tempo: *Agosto. Il Sole*

Frases: *“Apro le braccia e mi preparo per un nuovo inizio”.*

Questo è il percorso per chi cerca l'ottimismo.

Se hai bisogno di ritrovare la tua vitalità, il tuo viaggio sarà all'insegna del giallo, immerso nel profumo di elicriso, attraverso l'elemento fuoco. Il tuo animale-guida sarà la Lepre. Esplorerai i gradini del tempo all'antico nuraghe, pronunciando o ripetendoti a mente: "Apro le braccia e mi preparo per un nuovo inizio".



Il Giallo, simbolo della luce del Sole, rappresenta l'energia, sia mentale che corporea. Questo colore ha infatti la capacità di regolare la pressione e il battito cardiaco; agisce sul sistema digestivo ed epatico, sulla vescica e sulla milza.

Le numerose sfumature del giallo agiscono anche su diversi aspetti della nostra personalità e attitudini: favoriscono la concentrazione,

l'immaginazione, l'estroversione e la fiducia, la capacità di provare gioia e vitalità. Stimola e sviluppa in modo potente l'intelletto, la creatività e le doti artistiche.

L'Elicriso ha un nome che ci dice già tutto: deriva dal greco "helios", sole e "chrysos", oro... è l'Oro del Sole! Il colore giallo dorato dei suoi fiori è molto luminoso.

Le proprietà curative dell'Elicriso sono: stimolante della circolazione sanguigna, antinfiammatoria, analgesica, astringente, sedativa, decongestionante, antiallergica, antistaminica.

Grande aiuto per combattere i danni dell'invecchiamento per le sue proprietà terapeutiche di stimolazione della crescita e della rigenerazione di nuove cellule cutanee, l'Elicriso possiede grandi qualità rigeneranti, e può aiutare la guarigione in tutti i problemi della pelle.



*L'Elicriso è una pianta tipica del Parco Tepilora, di cui fa parte il Nuraghe San Pietro. In questa architettura millenaria puoi ammirare **l'energia dell'essere umano su pietra**. Venire a esplorare ogni anfratto e ogni scala di questa eterna costruzione a secco è un'esperienza totale che unisce storia, natura e uomo. La pietra del nuraghe simboleggia la forza perché è imponente, perseverante, duratura. Ecco perché la tappa al Nuraghe può accompagnarti nel tuo percorso di rigenerazione, e l'arrivo alla cima dell'antica torre può rappresentare per te il compimento di un viaggio "tonificante".*

*Nell'alba luminosa di agosto, nel Parco Naturale di Tepilora puoi avere **la fortuna di incontrare una Lepre**. La sua agilità rappresenta la vitalità, la longevità, l'immortalità ed è per questo che questo animale così inafferrabile e affascinante può accompagnarti nel tuo percorso di ringiovanimento!*

Che la Lepre possa accompagnarti nel tuo viaggio alla ricerca dell'energia in te...

*La Natura ti invita
al tuo livello successivo
di Universo.*





L'Essenza Oasi Sensoriale



*Riscopri l'essenza tornando alle origini.
Il lusso naturale e primitivo dell'anima.*



L'Essenza Oasi Sensoriale

*Quelli che hai appena letto sono **i quattro pilastri base della nostra filosofia**, all'Essenza Oasi Sensoriale.*

Immerso nella natura, questo piccolo boutique hotel riprende l'architettura di un nuraghe quadrilobato, struttura architettonica a quattro torri risalente a diversi millenni fa. Proprio come il Nuraghe San Pietro, a pochi passi da qui.

*I quattro percorsi di cui hai appena letto sono quelli che hanno ispirato le nostre **quattro camere circolari in pietra e legno**, con tetto in frasche e telaio d'alberi resistenti, all'interno delle quali puoi godere di un percorso sensoriale unico con aromaterapia e cromoterapia.*

La macchia mediterranea circonda la struttura, con angoli relax all'ombra di olivastri centenari davanti a un panorama mozzafiato, che si estende fino all'orizzonte sul mare.

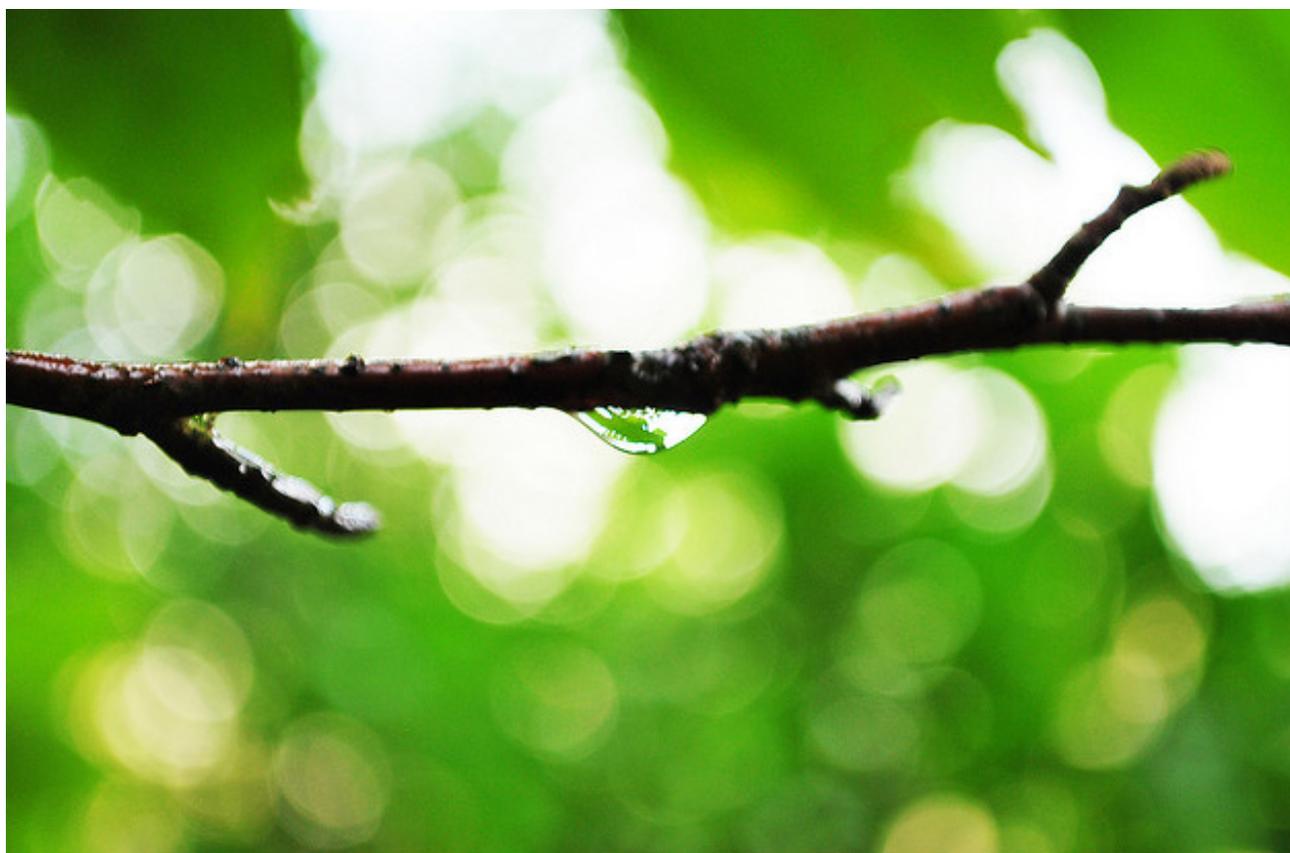
*Siamo sulla costa nordorientale sarda, nel Parco Naturale di **Tepilora, Riserva di Biosfera UNESCO**: la casa del vero lusso green è questo raffinato ecoresort, aperto tutto l'anno.*





*Abbiamo scelto i quattro percorsi “colore-pianta” in base allo studio della cromoterapia e dell’aromaterapia, il metodo terapeutico che porta **benessere attraverso le essenze aromatiche.***

Quello che desideravamo era creare un luogo interamente sensoriale per aiutarti ad avviare l’autoguarigione a livello fisico, mentale e spirituale.



Gli oli essenziali possono essere facilmente percepiti dal sistema olfattivo perché sono sostanze volatili e odorose. L’inalazione di queste essenze stimola il cervello a rilasciare sostanze chimiche che riescono a contrastare lo stress e altri conflitti interiori.

Oltre alle qualità curative per il corpo, infatti, l'aromaterapia ha anche il potere di influenzare la sfera psicologica per via della connessione tra il sistema olfattivo, la nostra parte emotiva e la memoria.

Tutto ciò accade perché i profumi emanati dagli oli essenziali influenzano direttamente i centri nervosi del cervello escludendo il coinvolgimento del pensiero razionale: si tocca quindi gli aspetti più spirituali attraverso la cura della psiche, fino a influenzare l'inconscio.

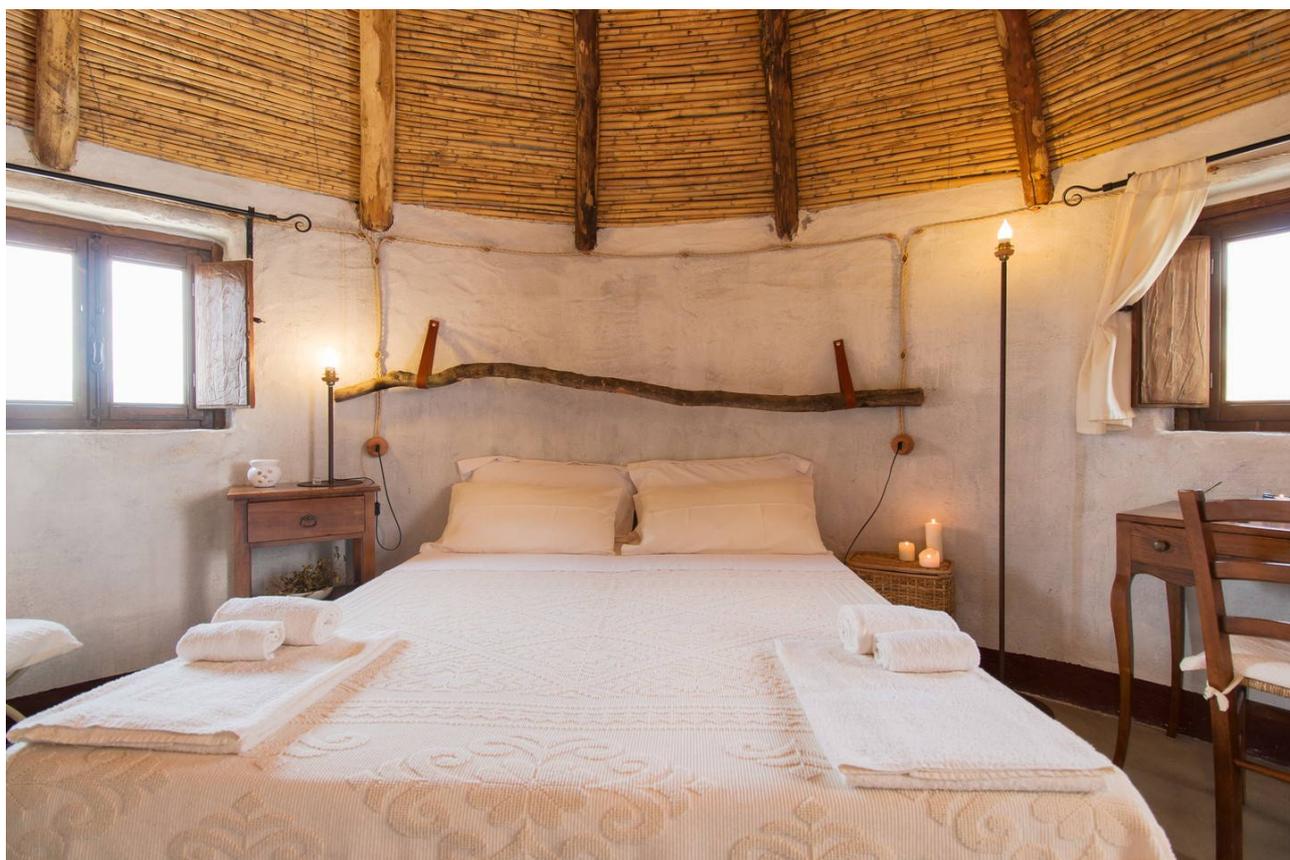
Proprio per questo, l'aromaterapia aiuta anche nella meditazione e nelle tecniche di visualizzazione.



Percorso N.1

Depurazione

Camera Bianca - Mirto



La Camera Mirto per la Depurazione: ripulisci il tuo tempio

Questa camera, grazie al colore bianco e all'effetto dell'olio essenziale di Mirto sardo, ti offre una pausa purificatrice durante tutto l'arco del tuo soggiorno.

Ti risveglierai con la forza e la fiducia necessarie per guardare alla nuova giornata con ottimismo e speranza. Tutti i dettagli della camera Mirto, infatti, sono indirizzati alla pulizia e al miglioramento dell'attività degli organi predisposti alla eliminazione di scorie e tossine dal nostro corpo.



Percorso N.2

Equilibrio

Camera Verde – Ginepro



La Camera Ginepro: ristabilisci il tuo equilibrio

Eccoti nella camera verde, colore delle forze equilibrate, che dona calma e ristoro, aromatizzata con olio essenziale di ginepro, riequilibrante del corpo e della mente.

*Durante il tuo soggiorno nella Camera Ginepro, verrai immerso nelle diverse tonalità di verde (arredo, corredo, pareti) e nel profumo del ginepro (oli essenziali sul tronco della testata, diffusore, candele, rami freschi), risvegliandoti con **un senso di riequilibrio generale**, sia fisico che interiore, e una bella tonicità.*



Percorso N.3

Relax

Camera Violetto - Lavanda

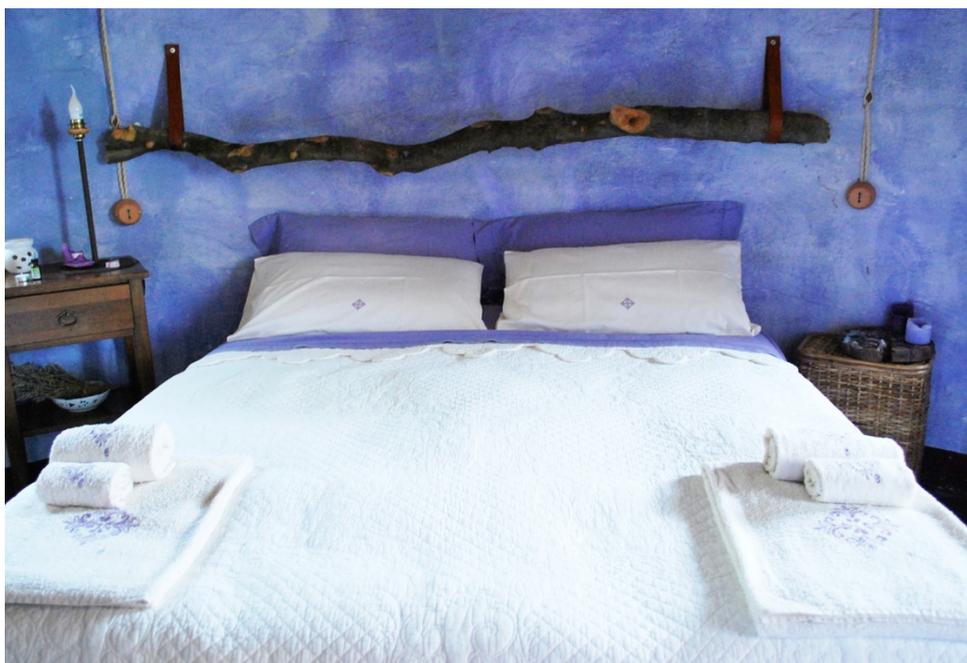


La camera Lavanda: lasciati andare al Sogno

Durante il tuo soggiorno nella Camera Lavanda, verrai immerso nelle diverse tonalità di viola (arredo, corredo, pareti) e nel profumo della lavanda (oli essenziali sul tronco della testata, diffusore, candele, fiori freschi), risvegliandoti finalmente dopo un meritato riposo.

Una nuova tranquillità interiore che rilassa il corpo e la mente, sulla scia di un'essenza dalla fragranza deliziosa.

Tutti i dettagli di questa stanza sono dedicati al ritrovamento della quiete mentale e corporea: avvolto in un caldo abbraccio dal silenzio, la luce tenue delle candele, il profumo di lavanda e il delicato colore viola giungerai a un'altra dimensione, quasi surreale, permettendoti di lasciarti andare e liberare la mente.



Percorso N.4

Energia

Camera Gialla - Elicriso



La camera Elicriso: ripristina la vitalità

Durante il tuo soggiorno nella Camera Elicriso verrai immerso nelle diverse tonalità di giallo (arredo, corredo, pareti) e nel profumo di elicriso (olio essenziale sul tronco della testata, diffusore, candele, fiori freschi), risvegliandoti con la sensazione finalmente di “avere una nuova pelle”, una nuova voglia di vivere e la forte volontà di rigenerarti e rinnovarti, pronto per fare nuove esperienze.

L'accoppiata Giallo-Elicriso è decisiva in situazioni di depressione, stimola e tonifica il corpo, rinforza il sistema immunitario e allevia le allergie.

Tutti i dettagli nel soggiorno Elicriso, infatti, sono dedicati alla riscoperta della tua vitalità.

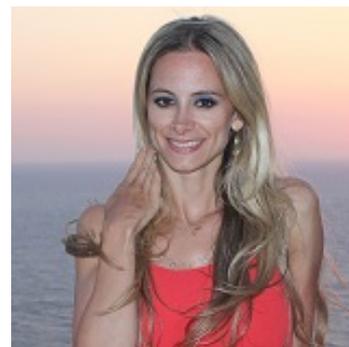




Hanno detto di noi:



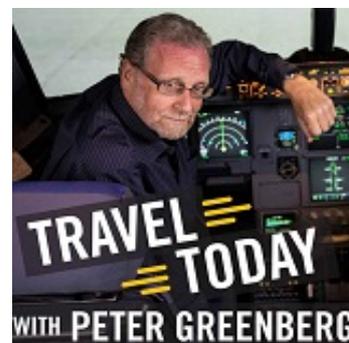
“L’Essenza Oasi Sensoriale ha vinto a mani basse come una delle migliori strutture in cui sia mai stata, una delle più uniche, e la consiglio altamente a chiunque voglia qualcosa di diverso dal solito! La location, il focus sul turismo responsabile, le camere accoglienti e colorate... Tutto era perfetto...”



Crazy Travelista (Shereen) da Washington

“Se stai cercando un’esperienza davvero diversa – non solo la camera ma il paesaggio stesso – dai un’occhiata a questo luogo appartato, e immergiti nel grande selvaggio aperto.

Dai un’occhiata a queste eco capanne di lusso vicino alla costa nordorientale della Sardegna. L’Essenza è costituita da quattro camere circolari in pietra (pinnettos), ognuna caratterizzata da un tema



sensoriale unico...”

Peter Greenberg (CBS) da New York

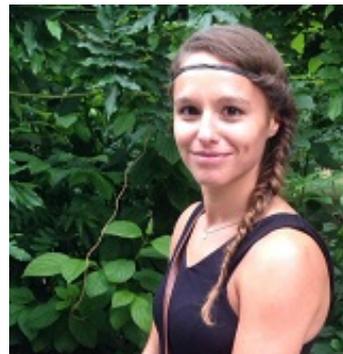
“Consigliato agli amanti della natura, dell’architettura tradizionale, delle piante officinali e dei sogni avverati. Tematiche e percorsi legati alla stimolazione dei cinque sensi per chi vuole purificarsi, riequilibrarsi, rilassarsi o tonificarsi in perfetta armonia con la natura...”



Branditup Travel (Elena) da Londra

“Il posto è magico e rilassante, non avrei potuto chiedere di più. L'Essenza è la prova che il mondo può funzionare diversamente...”

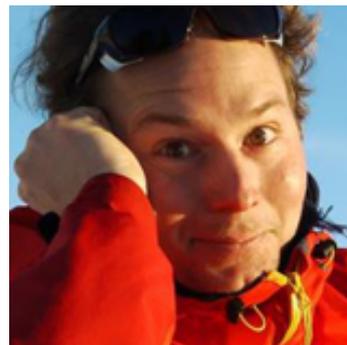
Margaux dalla Svizzera



“Quando abbiamo scoperto questo luogo meraviglioso ci è subito piaciuto per la sua bellezza, la sua attenzione al dettaglio e la sua filosofia. In altre parole: le aspettative erano molto alte quando siamo arrivati all'Essenza. Tuttavia siamo rimasti stupefatti da ciò che ci è stato offerto nella realtà.

Anzi, le nostre aspettative sono state superate. Abbiamo trovato un'oasi di tranquillità, le camere non sono solo straordinariamente belle ma anche ottime dal punto di vista dei dettagli e delle comodità. L'Essenza è situata in uno splendido terreno con un adorabile giardino selvaggio e una vista rilassante, che ti invita alla lettura e al relax...”

Harry dalla Germania



“L'ambiente naturale è fantastico, è molto nascosto ma in auto sono facilmente raggiungibili bellissime spiagge e attrazioni culturali. Queste camere sono degli alloggi unici...”

Armin dalla Svizzera



“Appena entrato dalla porta un meraviglioso camino acceso mi ha accolto con le sue braci ardenti e la potenza della pietra.

Ho potuto ammirare il panorama che va dal mare ai monti, dai paesi alla macchia mediterranea. Stare qui è un’esperienza del tutto diversa da ciò cui si può essere abituati: è un’esperienza totale, quasi mistica, che coinvolge tutti i sensi

e ti sintonizza con la madre terra...”



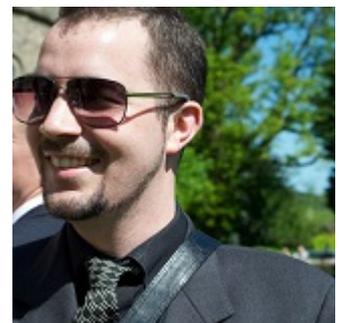
Damiano da Milano

“Fuori dal comune, favoloso. Location fantastica, con camere molto belle e comode. Incredibilmente rilassante, questo luogo di pace assoluta è ricco di energia e vibrazioni positive. Un modo straordinario per vivere l’isola, non stando direttamente sul mare ma godere di un luogo stupendo per poi trovare spiagge bellissime di sabbia bianca tutto intorno. Tutti i dettagli sono curatissimi, l’ingresso è di un romanticismo fuori dal comune. Un luogo con un’energia magnifica! Altamente raccomandato...”



Davide dalla Svizzera

“Troverai questa struttura alla fine di una stradina stretta su per la montagna, ma se prosegui arrivi al più bello e pacifico dei pinnettos, con vista sulla valle di Posada. E non c’era niente di più appagante che camminare la mattina ammirando l’area circostante con il suo magico panorama”.



Ghislain da Londra

“Facile da raggiungere, panorama incantevole, il posto infonde calma e serenità, i pensieri sembrano diventare d’incanto più lucidi e il cuore più leggero. La bellezza e la magnificenza della Sardegna sembrano essere concentrate qui, come se fosse stato fatto un distillato!”



Emanuela da Milano

“Bellissimo posto, all’interno ma facilmente raggiungibile. Posizione ideale per riposarsi e riflettere. Camere molto belle, posto molto silenzioso. Consigliato a chi vuole fare un po’ di pausa dalle chiassose spiagge, ma il mare è vicino...”



Martino da Milano





Come arrivare:

Dall'aeroporto Olbia Costa Smeralda

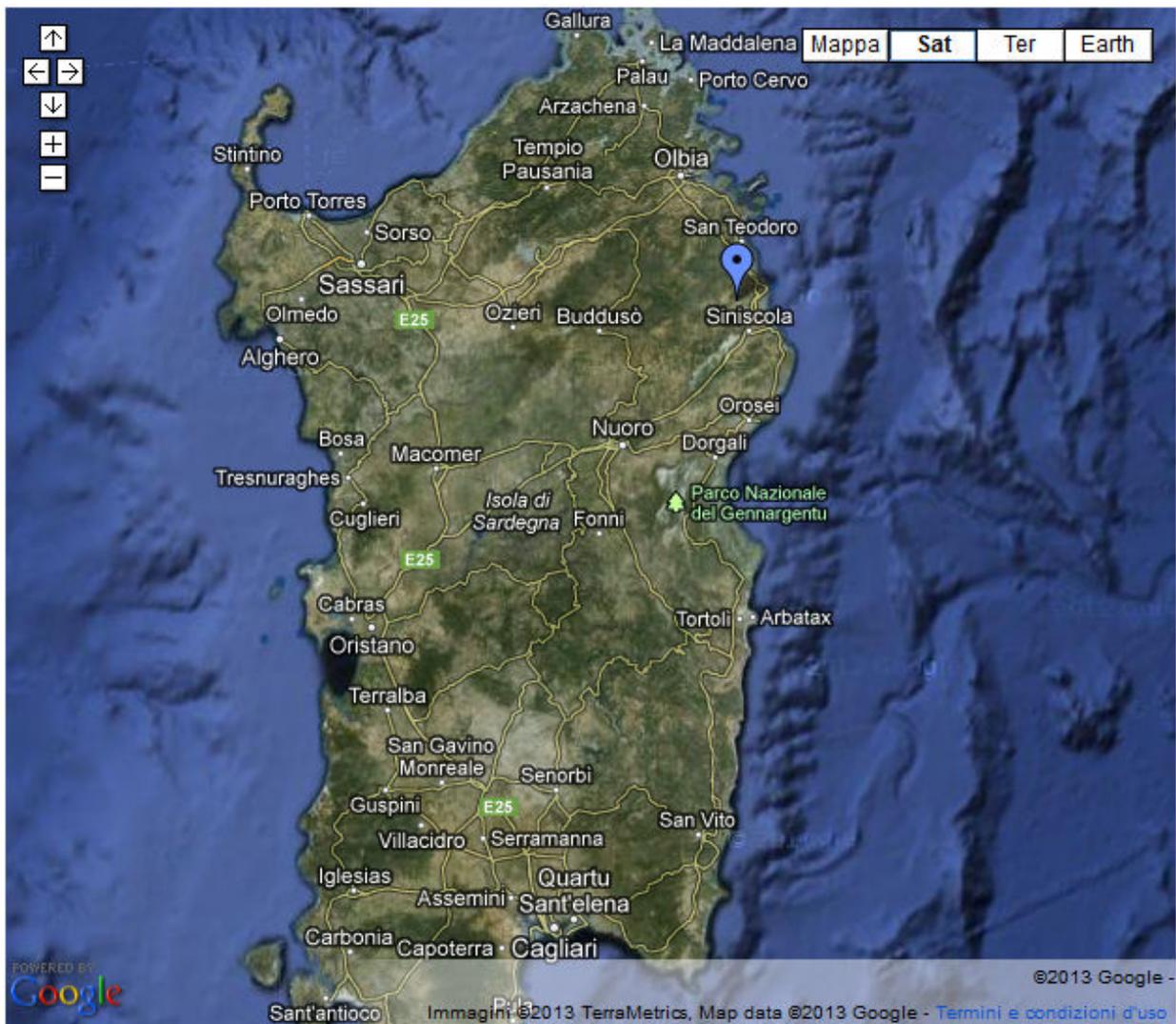
Seguire le indicazioni per Cagliari-Nuoro e portarsi sulla SS131DCN; dopo circa 40km prendere l'uscita Posada-Budoni e proseguire verso Posada; svoltare a destra al bivio per Concas e subito a sinistra seguendo le indicazioni per il **Nuraghe San Pietro**. Oltrepassato il nuraghe di 100 metri svoltare a destra alla roccia di "Cuccu Ezzu".



“La Commissione di Certificazione ha rilasciato l’idoneità in favore di L’Essenza Oasi Sensoriale, rendendola così l’unica dimora in Sardegna con Certificazione “Residenze d’Epoca”; è risultata idonea al rigoroso protocollo di valutazione che include, tra i numerosi criteri: segnalazioni e impressioni degli oltre centomila Soci del Club; punteggi ottenuti durante le ispezioni anonime di Controllo Qualità; qualità della ricostruzione storica della struttura; presenza di elementi di rilevanza storica, artistica e culturale; intimità ed esclusività degli ambienti; reputazione, recensioni online, referenze di partner accreditati; cura dell’immagine (sito web, brochure, cataloghi ecc.); standard di accoglienza e livello di personalizzazione dei servizi...”



Il mare più vicino:



[View Larger Map](#)

A 10 minuti da qui il terzo mare più bello d'Italia, che ha vinto **il Premio 5 Vele di Legambiente e Touring Club**. Ecco le parole del responsabile mare di Legambiente: "Quella della Riserva di Tepilora è una storia straordinaria. Il riconoscimento Unesco è arrivato a Parigi per il Parco: col suo delta del rio Posada pieno di aironi e fenicotteri è diventato riserva della biosfera con i boschi dell'interno. Così un territorio poco noto, schiacciato tra due brand come la Costa Smeralda e Cala Gonone, si è conquistato uno spazio importante dal punto di vista turistico".





Il Parco Naturale di Tepilora:

A 5 minuti da qui, il fiume ti accompagna nel Parco Naturale di Tepilora.

Bicicletta, kayak, birdwatching: gli stagni sono habitat perfetto di una fauna e flora d'eccezione ed è possibile ammirare uccelli acquatici migratori come i fenicotteri rosa, i cormorani, gli aironi e le gazzette, germano reale, fra scenari di giunchi, canne e tamerici.

Il paesaggio fluviale è ricco di fascino e prosegue fino alla foce e al sistema costiero di dune e spiagge bianche.





Caro Esploratore dell'Essenza,

Questa guida è solo l'inizio del tuo viaggio alla scoperta di te.

Con il tempo e l'esperienza che vivi qui, ti può accadere qualcosa di molto simile alla distillazione delle piante officinali in olio essenziale: può uscire qualcosa da te che è la tua vera essenza, la parte più intima di te, qualche goccia della tua vera natura.

Se sei pronto per questa estrazione, se sei disposto a ottenere il meglio di te, farai un meraviglioso percorso sensoriale che ti migliorerà dentro e fuori, nel totale rispetto dell'ambiente.

Stacca la spina.

Chiudi gli occhi.

Riconnettiti.

L'essenza è un organo che ha bisogno di silenzio, pausa, focus. E un paradiso naturale in cui liberare la mente e ritornare all'origine di tutto.

Per ringraziarti di aver letto questo piccolo libro, e permetterti di non sprecare il tempo prezioso che hai dedicato alla prima tappa del viaggio, voglio farti un altro regalo: un'offerta speciale per te.

Prenota entro dieci giorni dalla ricezione di questa guida e ricevi un coupon del valore di 100,00€ valido per un soggiorno di almeno 3 notti in camera doppia.

Rispondi subito alla mail da cui hai scaricato la guida e sarò felice di creare con te il miglior viaggio possibile.

Ci vediamo lì,

Valeria Gentile

L'Essenza Oasi Sensoriale