

La siesta spagnola: ecco dove con Barceló Hotel Group

Tra natura e lusso, la catena alberghiera spagnola propone tre strutture ideali dove ricaricare le batterie.

Milano, 10 luglio 2017 – “La **siesta** è il momento della giornata destinato al riposo dopo il pasto”. È questa la definizione che viene data al riposino pomeridiano tipico della penisola iberica. Al lavoro e in vacanza, spesso si sente la necessità di chiudere per qualche minuto gli occhi per ristabilire le energie e concedersi un momento di puro rilassamento. [Barceló Hotel Group](#), la famosa catena alberghiera spagnola, propone 3 strutture ideali dove poter assaporare la vera siesta.

Per [La Bobadilla, a Royal Hideaway Hotel](#), la siesta pomeridiana è un momento in cui lasciarsi abbandonare in un **sonno ristoratore** completamente immersi nella natura, a qualunque ora del giorno. La struttura alberghiera, situata nei pressi della **Sierra di Loja**, tra **Granada** e **La Costa del Sol**, ha installato in alcune zone dell’immensa tenuta delle confortevoli sedie sollevate da terra, sostenute esclusivamente dai rami degli alberi. Le comode strutture, situate in splendide oasi verdi, tra gli olivi e le querce del giardino, sono state ideate per conciliare il rilassamento e il sonno all’aria aperta, lontano dal frastuono cittadino.

Prima di cominciare la siesta, gli ospiti possono inoltre assaporare un **infuso di foglie d’olivo**, dalle molteplici **proprietà benefiche**, tra cui abbassamento della pressione, riduzione del colesterolo ed effetto antiossidante.

Dopo una piacevole scampagnata in bicicletta e un gustoso pranzo al sacco, la conclusione perfetta è un riposino pomeridiano all’ombra degli alberi, accarezzati da una brezza leggera. [Barceló Montecastillo Golf & Sport Resort](#) ha ideato un’inedita combinazione tra picnic e siesta: il **PicNap**. Immerso nel meraviglioso contesto periferico andaluso di **Jerez de la Frontera**, a pochi chilometri da **Cadice**, questo Resort rappresenta un luogo ideale per riposare immersi nella natura. Il **fantastico ambiente naturale** circostante offre molti angoli suggestivi dove stendere una tovaglia, gustare un buon pranzo in compagnia e rilassarsi dopo il pasto. Gli ospiti possono scegliere tra due possibilità: PicNap nella sua versione **Eco o Premium**. La prima consiste in una selezione di frutta e verdura di stagione, provenienti dall’**orto biologico** di Barceló Montecastillo Golf & Resort, mentre la versione Gourmet include una selezione di **salumi e formaggi**, diversi tipi di pane e un assortimento di frutta.

Secondo gli esperti, dormire per non più di 20 minuti aumenta la produttività e l’energia, ma spesso, quando si è in viaggio, non è possibile

Barceló

HOTELS & RESORTS

riposarsi dopo il pranzo. Per i visitatori di Barcellona, [Barcelò Sants](#) ha ideato **Power Nap**, un servizio per usufruire delle **camere dell'hotel** per un breve periodo di tempo, come unico proposito di ricaricare le batterie. Power Nap è il nuovo concetto di siesta, la soluzione ideale per tutti coloro che vogliono concedersi una pausa e lasciarsi coccolare da un comodo letto. Il momento migliore è dopo pranzo, non prima di aver bevuto una **tazza di caffè**. La caffeina, infatti, impiega 20 minuti per fare effetto, la durata ottimale della siesta. Per pause più lunghe, si consiglia invece l'ora e mezza di riposo, per non interrompere il ciclo del sonno.

A proposito di Barceló Hotel Group

*Barceló Hotel Group è la divisione alberghiera del Gruppo Barceló, la terza catena in Spagna e la 44esima al mondo. Attualmente dispone di 229 hotel ricreativi e alberghi di città a 4 e 5 stelle e oltre 50.000 camere in 21 paesi,. Dal 2016 di presenta con un nuovo modello di business, che consiste in un'evoluzione dell'architettura dei marchi del Gruppo, attraverso quattro nomi: **Royal Hideaway, Luxury Hotels & Resorts, Barcelò Hotels & Resorts, Occidental Hotels & Resorts e Allegro Hotels**. Il Gruppo è di proprietà della famiglia Barceló da tre generazioni.*

- **Links:** [Barceló](#), [Facebook Barceló Hotels & Resorts](#), [Youtube Barceló Hotels & Resorts](#)

Press contact:

Fly me to the Moon for the Barceló Hotel Group. Telephone number +34 91
781 25 06

[Ana González](#) | [Irene Mayor](#) | [Berta Corrochano](#)

Barceló Hotel Group: [Álvaro Pacheco](#) / [Mónica Cerdá](#)

Press Way: [Tiziano Pandolfi](#) | [Beatrice Caprini](#)