

HÉVÍZ

Fonte della vita

Il segreto delle profondità

Avventure Spa, benessere e bellezza
per principianti e avanzati

Movimento attivo senza confini

Cura tradizionale di Hévíz

Consigli per l'arrivo
e per la partenza

Mappa delle passeggiate

Hévíz-Balaton
– ricco di esperienze



anno 1795

HÉVÍZ, *fonte della vita*

Immaginate un luogo di pace e di quiete, circondato da freschi boschetti verdi dove tutto è pensato per il vostro relax e perché possiate ricaricarvi di nuove energie; dove potete fare il bagno, tra colorate ninfee, accarezzati dall'acqua termale di color turchese del più grande lago medicinale del mondo, dal fondale torboso; dove siete al centro dell'attenzione e ogni vostro desiderio è esaudito.

**Questo mondo da sogno,
a Hévíz, è realtà.**

INDICE

IL SEGRETO DELLE PROFONDITÀ
AVVENTURE SPA, BENESSERE E BELLEZZA
PER PRINCIPIANTI E AVANZATI
CURA TRADIZIONALE DI HÉVÍZ
MOVIMENTO ATTIVO SENZA CONFINI
CON LA PANCIA PIENA E CON IL SORRISO FELICE
HÉVÍZ PER ME ...
CONSIGLI PER L'ARRIVO E PER LA PARTENZA
SEGUENDO LE LEGGENDE
MAPPA DELLE PASSEGGIATE
HÉVÍZ-BALATON – RICCO DI ESPERIENZE

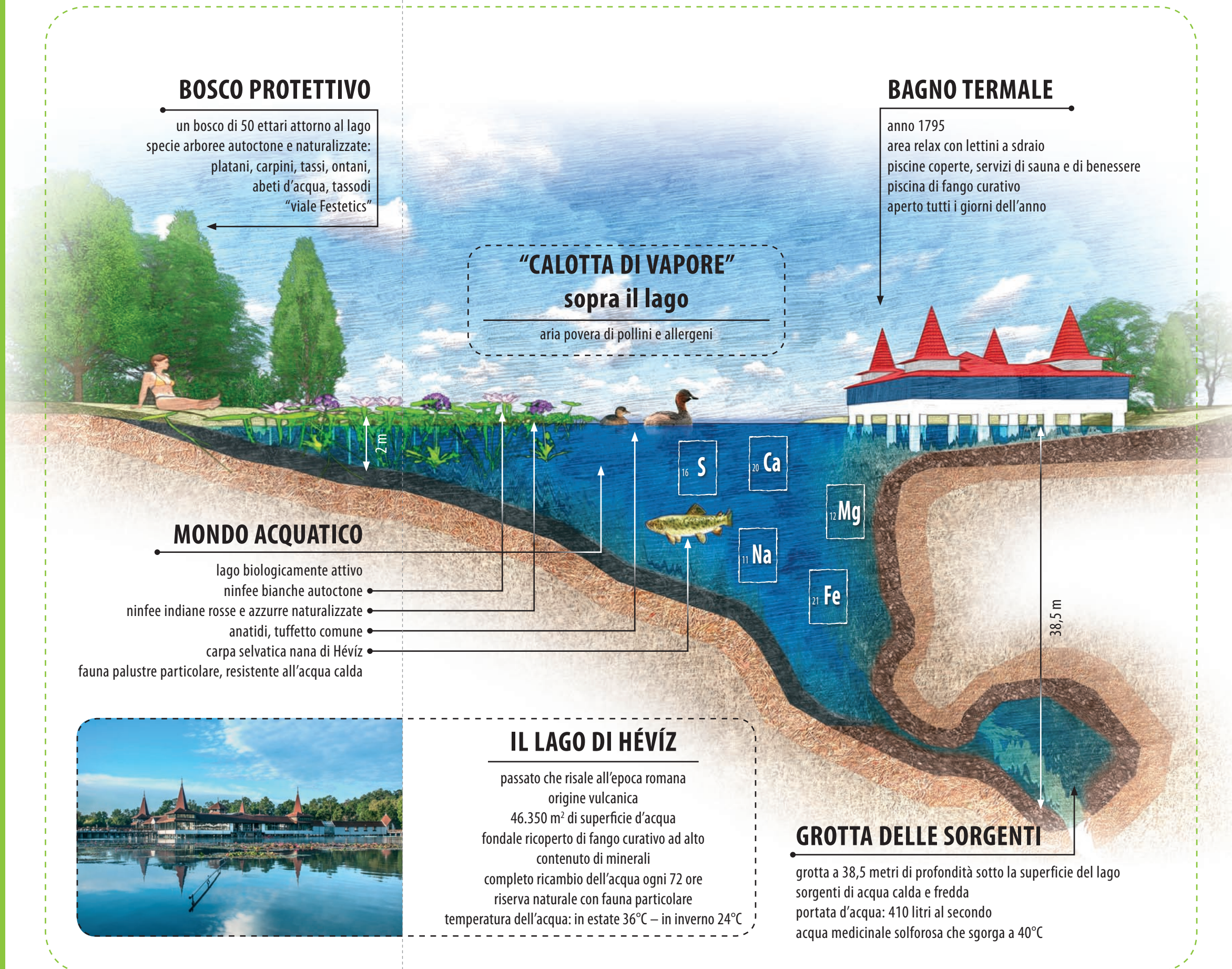
"Il lago di Hévíz ha favorito la guarigione di migliaia di persone nel corso dei secoli, conferendo nuova fede e forza. Io e i miei colleghi stiamo lavorando affinché i nostri ospiti possano tornare a casa rinfrescati e ringiovaniti. Vi ringraziamo per la fiducia che ci dimostrate nell'affidarvi alla nostra professionalità."

Gábor Papp, sindaco

I SEGRETI DELLE PROFONDITÀ

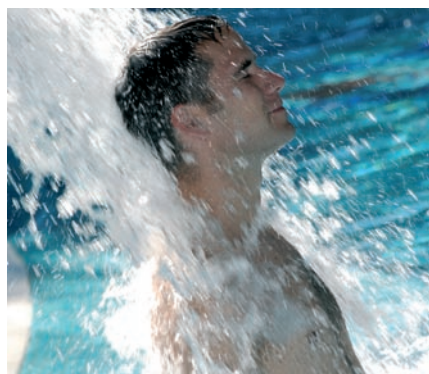
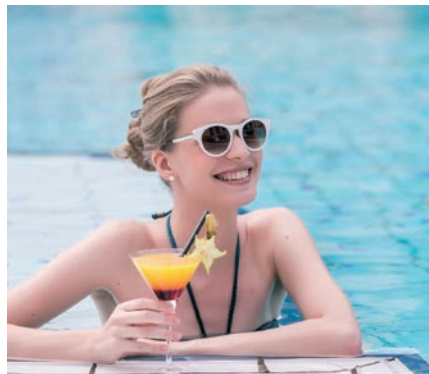
10 +1 COSE CHE VI FARANNO INNAMORARE A HÉVÍZ

1. Fare il bagno in mezzo a ninfee bianche, rosa e viola nel lago medicinale coperto di vapore.
 2. Massaggio rinfrescante con il fango curativo nel padiglione galleggiante sull'acqua del lago.
 3. Un bagno di sole nella fiorita passeggiata Dott. Schulhof Vilmos.
 4. Una passeggiata in primavera, all'ombra di platani e tassodi centenari, nel bosco protettivo che risuona di cinguettii.
 5. Andare in canoa con le temperature gelide di gennaio nelle calde acque del torrente di Hévíz.
 6. Un bicchiere di vino bianco spumeggiante e rinfrescante della varietà csereszgi fűszeres sulla collina di Egregy, nei pressi della chiesetta romanica di 800 anni.
 7. Nuotare in inverno nel lago medicinale di 24°C, all'aperto, mentre la neve cade a grandi fiocchi.
 8. Percorrere i dintorni su due ruote.
 9. Osservare e preservare il nido del tuffetto comune mentre nidifica tra le ninfee del Bagno Termale.
 10. Partecipare in costume d'epoca alla sfilata del Festival della Belle Époque, indossando l'abito più elegante.
- +1 Assaporare le prelibatezze dei produttori locali al mercato dei produttori di Hévíz.

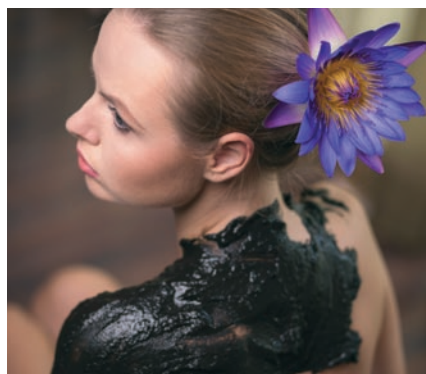


AVVENTURE SPA, BENESSERE E BELLEZZA

PER PRINCIPIANTI
E AVANZATI



- Ci sono in totale 2000 m² di piscine coperte, 1700 m² di piscine scoperte e 450 m² di piscine di acqua medicinale.
- 13 hotel spa & wellness qualificati da 3 a 5 stelle.
- Oltre al Bagno Termale ci sono altri 6 bagni termali e di benessere in tutta la città.
- Idroterapia, talassoterapia, bagni nutritivi in vasche: bagno Cleopatra, bagno di fango, bagno Kneipp, bagni di terapia della luce e del suono, idromassaggio, bagno in vino rosso, ...



- Massaggi di ogni parte del mondo: thai, lomi-lomi, ayurvedico, svedese, massaggio linfatico, massaggio subacqueo, ...
- Programmi di sauna professionali sotto la guida di maestri di sauna: sedute di sauna con birra, miele, cioccolato e un ricco mondo di saune da quella finlandese alla criosauna.
- In più un centinaio di piacevoli esperienze wellness basate su 220 anni di cultura balneare.



- Trattamenti personalizzati per viso e corpo dalle maschere alla chirurgia plastica.
- Oltre un centinaio di prestatori di servizi di bellezza: manicure, pedicure, parrucchiere, estetista.
- Cosmetici naturali e prodotti di lusso.
- Tecnologie di bellezza e di anti-invecchiamento tradizionali e moderne.
- Disintossicazione esterna e interna dal peeling al digiuno a base di soli succhi.

SPA

WELLNESS

BEAUTY

www.heviz.hu/si-ricarichi

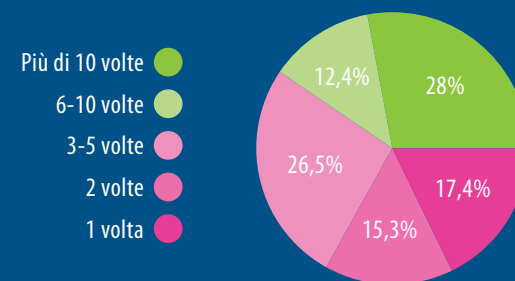
UN MILIONE DI BAGNANTI ALL'ANNO SONO LA PROVA!

Il TOP 5 dei programmi wellness secondo i nostri clienti



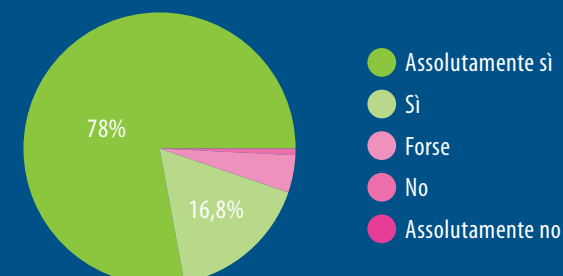
Quante volte è stato a Hévíz?

L'82,6% degli ospiti ritorna a Hévíz.



Consiglierebbe ai suoi amici di venire al bagno termale di Hévíz?

Il 94,8% dei visitatori consiglierebbe Hévíz!



EFFETTI COLLATERALI DI HÉVÍZ
CHE AVETE SEMPRE DESIDERATO:

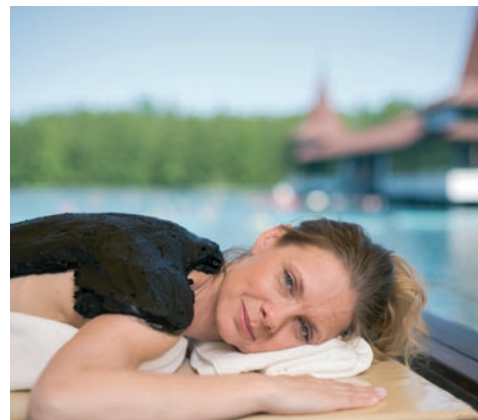
- **Pelle e capelli setosi:** l'acqua e il fango di Hévíz favoriscono la rigenerazione delle cellule cutanee e di quelle del tessuto connettivo, riducono i segni dell'invecchiamento e i processi infiammatori.
- **Desiderio ardente:** la composizione dell'acqua stimola la funzione ormonale, aumentando così il livello del desiderio sia negli uomini che nelle donne.
- **Sonno prolungato e riparatore:** per effetto della combinazione di aria fresca di provincia e di acqua termale la carenza di sonno accumulata scomparirà definitivamente dalla vostra vita.



Fonte: sondaggio rappresentativo svolto dalla Società non profit di Turismo di Hévíz s.r.l., 2018.

In quali casi può giovare la cura di Hévíz?

- Dolori alla schiena, al collo e alla colonna vertebrale
- Usura delle articolazioni, calcificazioni, per es.:
 - Dolenzia al ginocchio, all'anca, alla spalla o al polso
 - Problemi muscolari e dei legamenti
- Trattamento postoperatorio dopo operazioni reumatologiche, ortopediche, dopo interventi agli organi locomotori e riabilitazione post-traumatica
- Prevenzione e trattamento delle cosiddette "malattie dei manager"
- Lesioni sportive



Qual è la sua straordinarietà?

- E' una cura complessa che si concentra sull'individuo
- Continuo controllo medico
- Piano di trattamenti personalizzati
- Effetto a lungo termine
- Terapia naturale
- Benefici confermati da recenti studi medici



Elementi base della cura tradizionale di Hévíz:

- Balneazione in acqua medicinale certificata
- Impacchi o bagni di fango curativo di Hévíz
- Bagno coi pesi – basato sull'invenzione del Dott. Károly Moll, reumatologo di Hévíz

Elementi aggiuntivi:

- Massaggio curativo, terapia del movimento, fisioterapia, idroterapia, cura idropinica

L'iter da seguire

1. Visita medica specialistica
2. Predisposizione di un piano di trattamenti personalizzati
3. Svolgimento dei trattamenti: preferibilmente 1-2 trattamenti ogni giorno per una durata di 2-3 settimane.
4. Visita medica specialistica, valutazione

I costi dei trattamenti di Hévíz possono essere coperti in tutto o in parte dall'assicurazione sanitaria del proprio Paese. Consultare il proprio medico di base per i dettagli.

CAMBIATE I COLORI MONOTONI DELLA QUOTIDIANITÀ CON IL VIOLA DELLE NINFE.

RILASSATEVI CON I COLORI, COLORATE LA VOSTRA NINFEA DI HÉVÍZ



Dott.ssa Veronika Moll

primario,
medico specializzato in reumatologia
e in fisioterapia

"Nella mia famiglia curare le persone è una tradizione che si tramanda di generazione in generazione. Non ho pensato nemmeno per un attimo che potessi dedicarmi a qualche altra professione che guarire la gente. Anche i miei genitori erano reumatologi a Hévíz. La mappa del flusso dell'acqua del lago di Hévíz si deve a mio padre, il Dott. Károly Moll, il quale, allo stesso tempo, è anche l'inventore del bagno coi pesi. Mia madre, la Dott.ssa. Ilona Hoffmann è stata la prima reumatologa presso il bagno termale di Hévíz, quindi questo mondo non mi era sconosciuto sin dall'infanzia. Amo la mia professione perché è molto varia.

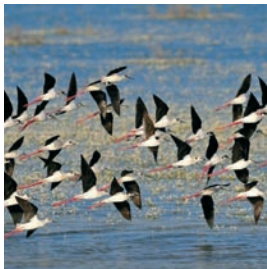
Da reumatologi dobbiamo tenere conto dei risultati di molti campi e molte aree specialistiche, dall'ortopedia alla medicina interna. Dietro ogni singolo sintomo possono nascondersi una serie di cause che devono essere studiate a fondo, ed è per questo che il trattamento personalizzato è così efficace. La maggior parte dei nostri ospiti, ritornando dopo un anno, afferma di non aver accusato disturbi nel periodo intercorso tra le due cure. Non sono insoliti i casi in cui siamo stati in grado di evitare operazione di protesi programmata grazie alla cura tradizionale di Hévíz."

LEI STA QUI



MOVIMENTO ATTIVO SENZA CONFINI

SPORT, MOVIMENTO, ESCURSIONI



IN ARIA

- Mongolfiera, giroplano, volo in deltaplano o volo panoramico.
- Percorsi di corde tra alberi in parchi avventura.
- 12 belvedere per ammirare il meraviglioso panorama.
- Osservazione di uccelli sul Piccolo Balaton

IN ACQUA

- Avventure sul Balaton a portata di mano: giro in battello, in barca a vela, in motoscafo.
- Giro in barca, canoa, kayak, SUP, sci acquatico, kitesurf, windsurf.
- Tour in canoa in inverno nelle calde acque del torrente di Hévíz.
- Acquafitness, Acqua Spinning o Hydrobike, corsa nell'acqua (Acqua Jogging).

IN TERRA

- 65 km di piste ciclabili costruite e 600 km di percorsi ciclabili segnalati nei dintorni di Hévíz con sistema di noleggio bici.
- 95 km di percorsi escursionistici e 6 sentieri naturalistici nelle montagne di Keszthely.
- Campi da golf a 18 buche qualificati.
- Piste da corsa, palestre all'aperto e al coperto.
- Yoga, tennis, segway, bowling, minigolf, ping-pong, biliardo, equitazione, ...

"CON LA PANCIA PIENA E CON IL SORRISO FELICE"

ASSAPORATE HÉVÍZ



Gustoso brodo di pollo, gulasch di fagioli con stinco, spezzatino di manzo con gnocchi di patate o frittelle di patate con panna acida? Peperonata, gnocchi di ricotta, strudel di zucca e di semi di papavero?

Che si tratti di colazione, pranzo o cena, **un delizioso piatto ungherese è sempre una buona scelta** se cercate sapori unici.



Siete appassionati di **cucina raffinata** o intenditori di gastronomia e di buoni vini, amate i cibi flambé, marinati o cotti sottovuoto (sous vide)? Vi piace quando il cibo combina armonia di sapori, aspetto sorprendente e tecnologie all'avanguardia?

A Hévíz tutto ciò è disponibile e anche di più perché **la maggior parte degli ingredienti si acquistano a livello locale**.



Pizza, gnocchi, insalate, salsicce bavaresi, hamburger, gyros. **Le eccellenze della cucina internazionale non vi deluderanno nemmeno da noi.** Non dimenticate, dopo una giornata faticosa una grigliata in giardino è sempre un ottimo programma.



Siete incerti in quanto **avete allergie alimentari, siete diabetici, state a dieta, siete vegetariani** o semplicemente ritenete importante che gli ingredienti siano controllati o locali? A Hévíz tutto questo non sembrerà una richiesta eccezionale perché ci preoccupiamo che ogni nostro ospite possa trovare in menù le vivande adatte alle proprie esigenze.



Non potete trascorrere una giornata senza dessert? Meritiamo tutti un po' di coccole. A Hévíz vi aspettano **torte fatte in casa, specialità di dessert internazionali**, specialità locali, deliziosi gelati tutto l'anno e favolose torte fatte con frutta locale.

"Non solo gli uomini possono essere sedotti a tavola. Accogliendo i nostri ospiti con piatti sani, saporiti e abbondanti, facciamo il primo passo perché si sentano a loro agio. Personalmente, ciò che mi rende felice è quando i nostri ospiti non portano via con sé solo l'esperienza unica del lago di Hévíz, ma quando riusciamo ad affascinarli anche con i sapori della gastronomia locale, sia in hotel o ad una cena con degustazione di vini oppure nell'accogliente terrazza di un ristorante."

Abbiamo formato qui a Hévíz un team di 13 chef. La nostra passione sono la gastronomia e la ristorazione. Ci impegniamo a mettere nei piatti dei nostri ospiti sia ingredienti nuovi che quelli ormai passati in oblio, sia la gastronomia moderna che le tradizioni regionali. La mia missione è quella di far sì che l'ospite si alzi dalla tavola con la pancia piena e con il sorriso felice sulle labbra."



Ferenc Veress

Master Chef, medaglia d'oro alle Olimpiadi (WACS) e Campione del mondo

DA NON PERDERE QUANDO SIETE A HÉVÍZ

- i formaggi artigianali al mercato dei produttori di Hévíz
- una zuppa di gulasch e un lángos (pasta lievitata frita in abbondante olio) nel parcheggio centrale
- un buon caffè in via Széchenyi
- un gelato e un kürtőskalács, (camino dolce: dolce tipico ungherese, una spirale di pasta di forma cilindrica cotta sopra il fuoco ricoperta da cacao, cioccolata, cannella, noci o vaniglia) in centro
- una bella cena di cucina raffinata nella via pedonale
- il vino spumeggiante cserszegi fűszeres a Egregy
- un bicchiere di acqua medicinale dalla fontana
- un cocktail rinfrescante nel Bagno Termale con le gambe immerse nell'acqua calda del lago

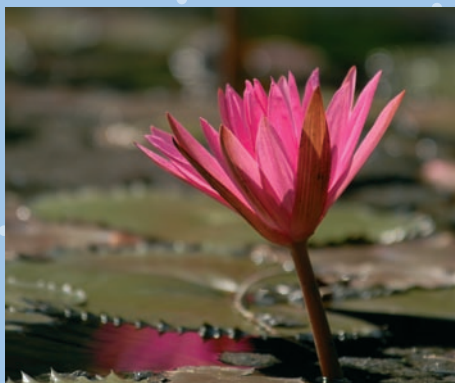
CHIESA ROMANICA

Una delle chiese romaniche più conservate del Transdanubio, costruita nel punto d'incontro delle linee energetiche nella seconda metà del XIII secolo. La torre ottagonale "a verricello" presumibilmente conserva la forma delle guglie delle chiese più grandi. I frammenti degli affreschi realizzati durante la ristrutturazione del 1731 sono ancora visibili sul muro.



NYMPHAEA RUBRA

Il lago di Hévíz è abbellito da ninfee bianche, rosa e viola. La varietà rosa, anche se originaria dell'India orientale tropicale, è diventata simbolo della città. Fiorisce da giugno a fine novembre, le foglie spiegate proteggono l'acqua del lago dal raffreddamento. Pianta protetta.



CHERUBINI

Sono i guardiani del Bagno Termale dal XIX secolo, commissionati dalla famiglia Festetics. Queste creature angeliche – metà leoni, metà aquile – hanno il compito di scacciare gli spiriti maligni dal Bagno Termale. La leggenda vuole che possano cantare quando qualcuno passa tra di loro senza amore nel cuore.



SEGUENDO LE LEGGENDE



La leggenda racconta che l'imperatore romano Flavio Teodosio fosse un bambino malsano. La sua balia cristiana invocò la Santa Vergine per chiedere la sua guarigione. La Vergine, ascoltando la preghiera, fece scaturire una sorgente di acqua curativa, grazie alla quale Flavio guarì miracolosamente. Da questa sorgente curativa nacque il lago di Hévíz.

FLAVIO TEODOSIO



Il conte György I Festetics costruì nel 1795 la prima "casa balneare" sul lago di Hévíz con l'obiettivo di creare un centro balneare. La capanna costruita con tavole di legno si reggeva su palafitte e si divideva in due parti separate, una per gli uomini, una per le donne. Il successo del bagno era tale che nel 1796 aprì la prima locanda sulla riva del lago.

CONTE GYÖRGY I FESTETICS



Nelly, l'elefante dello zoo che soffriva di reumatismi, arrivò per guarire da Budapest nell'estate del 1914. Presto divenne popolare tra i bagnanti e i giornali pubblicavano regolarmente notizie sulla sua guarigione. Dopo vari mesi di cure a base di bagni e fanghi tornò guarito nella capitale.

NELLY, L'ELEFANTE

MAPPA DELLE PASSEGGIATE

ALLA SCOPERTA DEL PASSATO

NELL'ABBRACCIO DEL LAGO DI HÉVÍZ | 60 min.

- 1 Ingresso principale del Bagno Termale, statue di cherubini
- 2 Passeggiata Dott. Schulhof Vilmos, edifici storici del XIX secolo
- 3 Bagno coperto, fontana di acqua curativa
- 4 Via Park, scalinata riscaldata con acqua termale
- 5 Palazzo Comunale
- 6 Chiesa dello Spirito Santo
- 7 Mercato dei produttori di Hévíz
- 8 Bosco protettivo
- 9 Museo del Centro
- 10 Via pedonale, piazza Dott. Moll Károly
- 11 Piazza Festetics, plastico in 3D del Bagno Termale

EPOCHE E VINI | 120 min.

- 1 Chiesa dello Spirito Santo
- 2 Via Attila
- 3 Rovine romane, Villa Rustica, nastri di desideri Flavio
- 4 Museo di Egregy, la statua di Flavio Teodosio e della sua balia
- 5 Tomba di un soldato romano
- 6 Vigneti di Egregy, taverne
- 7 Chiesa romanica
- 8 Chiesa del Cuore di Gesù detta "chiesa Fradi" o chiesa verde
- 9 Via Zrínyi
- 10 Chiesa dello Spirito Santo

PUNTI PER SELFIE | PER SCATTARE LE MIGLIORI FOTO

- 1 Statue di cherubini – Ingresso principale del Bagno Termale
- 2 Terrazza centrale del Bagno Termale
- 3 Soldato legionario – nella via pedonale
- 4 La porta di casa – Villa Rustica



Hévíz per me...



Riccardo Venchiarutti
giornalista televisivo
e Sindaco di Iseo

"Un bacino naturale d'acqua calda termale in un meraviglioso parco. Per me Hévíz è la quintessenza della Mitteleuropa: una natura generosa ed un'ospitalità sincera ne fanno un luogo perfetto per una vacanza rilassante e all'insegna della salute."



Margit Berki
infermiera pensionata
di Hévíz

"... è la mia vita, dove ogni stagione è incantevole. Sono orgogliosa di vivere in questa stazione balneare famosa in tutto il mondo, dove la medicina tradizionale di Hévíz è sempre in grado di rinnovarsi."



Zoltán Szabó
maestro di sauna

"... significa calma. Qui nessuno va di fretta, ognuno ha tempo. Ecco perché ho scelto Hévíz per evadere dalla frenesia delle grandi città. Per me anche la sauna è l'equivalente di svagarsi e di rilassarsi."



Laura & Anders Bruhn
Danish bloggers

"We really enjoyed Hévíz. The people were friendly, the food was great, the thermal lake was wonderful and relaxing, and the balloon flight was absolutely magical. We would definitely return when we get the chance."



UN BUON PROGRAMMA COME LE BOLLICINE DEL VINO... VI RISOLLEVERÀ L'UMORE

La **primavera** con le migliaia di tulipani è la stagione più romantica, quando, durante il Festival della Belle Époque, gli abitanti locali in abiti d'epoca rievocano l'atmosfera storica dell'inizio del ventesimo secolo. In **estate**, ad arricchire di settimana in settimana la vita balneare è una serie di programmi come il Lotus Retro, un concorso di bellezza di auto d'epoca, il Weekend di Nostalgia, la sagra di Egregy, il Festival del Vino di Hévíz, danze folcloristiche, concerti di operetta, di organo e di jazz. In **autunno** si dice addio alle giornate calde con la festa della vendemmia. In **inverno**, invece, a offrire intrattenimento sono il Mercatino di Avvento che profuma di vin brulé e di dolci natalizi, i concerti di Capodanno e le parate di Carnevale che congedano l'inverno.

www.heviz.hu/it/gallery

CHECK LIST

PER L'ARRIVO E PER LA PARTENZA



① il lavoro e la sveglia, ② qui non avrete bisogno della bilancia e di contare le calorie, ③ liberatevi dal rumore e dallo smog delle grandi metropoli

LASCIATE A CASA...

LASCIATE A HÉVÍZ...



① i vostri desideri su nastri flavio, ② gli antidolorifici e i sonniferi non vi serviranno più.

PRENDETE CON VOI...



① il vostro costume da bagno preferito, ② il libro che desiderate leggere da tempo, ③ la fotocamera, ④ i vostri cari con cui volete condividere i momenti migliori

PORTATE VIA CON VOI...



① il fango curativo di Hévíz e ② i vini di Hévíz ③ i vostri ricordi più belli di Hévíz, ④ qualche prodotto artigianale preso al mercato dei produttori



#iloveheviz #sparelux

HÉVÍZ • BALATON

RICCO DI ESPERIENZE



Sümeg, Szigliget, Tátika, Rezi, Csobánc.
Sono alcune delle vette vulcaniche nelle montagne di Keszthely, ma non è la loro unica particolarità. Oggi ognuna di loro ha le rovine di una rocca. A Sümeg e a Szigliget, in particolare, quasi **ogni giorno riprende vita il passato**. Sarete così affascinati dal mondo delle giostre di cavalieri, dalle persone in costumi medievali, dalle rappresentazioni di falconeria e dalle cene cavalleresche che vorrete tornare ancora per rivivere nuovamente la storia. E mentre vi abbandonerete al divertimento, non dimenticate di ammirare il meraviglioso panorama del lago Balaton.

DOVE LA STORIA RIPRENDE VITA



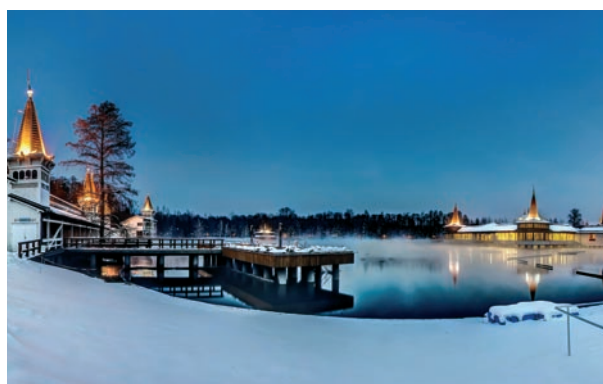
Il **Parco Nazionale del Nord del Balaton** non è ricco solo di riserve naturali ma offre anche molti posti da visitare. A soli 15 minuti di auto da Hévíz, il **piccolo Balaton** è una delle zone umide più importanti d'Europa, dove potrete godervi il volo di graziosi aironi e di imponenti aquile di mare. A Tapolca potrete salire in barca sulle acque cristalline della **Grotta del lago**, mentre a Balatonederics vi aspettano le stalattiti della grotta Csodabogyós. Il parco nazionale, una zona ricca di bellezze naturali uniche come laghi, montagne, grotte, centri per visitatori, offre **qualcosa di nuovo da esplorare ogni giorno**.

SARETE COLPITI DAI MIRACOLI DELLA NATURA



Volendo, potrete raggiungere **Keszthely** che dista solo 8 km da Hévíz, percorrendo a piedi la pista ciclabile. La **città di oltre 750 anni** tiene in serbo numerose ricchezze da scoprire, tra cui uno dei più bei castelli barocchi del Paese. Oltre al **castello Festetics**, arredato con mobili d'epoca, nel parco del castello si possono vedere carrozze, una mostra di caccia e un grande plastico ferroviario, ma meritano una visita anche la Casa Amazon e il Museo del Balaton che illustra la storia del lago. Sul lungolago, lasciatevi affascinare dalla **meravigliosa vista del Balaton**, che in estate diventa un paradiso per le famiglie con bambini e per i velisti. Cos'altro potrebbe coronare la vostra escursione che una **gita in battello** sull'acqua blu scintillante!

KESZTHELY, LA CITTÀ DEI FESTETICS



Innovative Spa & Health
Resort Destination
www.europeaspas.eu



Società non profit di Turismo di Hévíz s.r.l.

H-8380 Hévíz, Rákóczi u. 2.

+36 83 540 131

heviz@tourinform.hu

www.heviz.hu/it

www.instagram.com/iloveheviz

Informazioni editoriali

Editore responsabile: Società non profit di Turismo di Hévíz s.r.l.

Design: The CUBE

Tipografia: Print Pix