

- ▶ Prima Pagina
- ▶ **Attualità**
- ▶ Economia
- ▶ Como
- ▶ Como Cintura
- ▶ Lettere al Direttore
- ▶ Olgiate
- ▶ Lago e Valli
- ▶ Erba
- ▶ Cantù
- ▶ Sport
- ▶ Mariano
- ▶ Speciali
- ▶ Spettacoli
- ▶ Pubblicità
- ▶ Terza Pagina

L'intervista randi ingerman showgirl «Fra massaggi e shia benessere a casa mia»

al
giornale

«Il wellness? Per me è una scelta di vita, un modo per curarmi dentro e fuori». Parola di Ingerman la popolare e avvenente showgirl. Randi, le piacciono le cure che "coccolano" il corpo. Basti pensare che casa mia diventa, almeno una volta alla settimana, una specie di centro benessere. Invito tutte le mie amiche e insieme ci godiamo il bagno turco, i massaggi, lo shiatsu e tante delizie. Quindi si definirebbe una "maniaca" del wellness? Certamente spendo più per queste cure che per abiti e gioielli di cui mi importa poco. Non mi definirei maniaca ma piuttosto rispettosa del corpo e dell'equilibrio per la mente. L'anno prossimo compio quarant'anni ma non credo di dirlo e allora mi pare di aver fatto la scelta giusta. Oltre alle cure come massaggi e bagno turco, cosa la sua salute? Mi curo con la medicina omeopatica e pratico pilates da vent'anni. In più non mangio carne né crostacei ma carboidrati e pesce. Se dovesse scegliere una meta turistica dove decantare il wellness, dove si recherebbe? E dove se non in Italia? Senza andare troppo lontano, quali centri all'avanguardia e i migliori esperti, che, uniti all'ottima cucina sono il massimo. E poi c'è l'amore e io vivo d'amore. E gli uomini? Anche loro pazzi del wellness? Sempre di più e fanno bene perché dimostrano di volersi bene. Sara Cerrato



Filtra gli articoli

Edizione

Prima Parola

Condizione

Seconda Parola