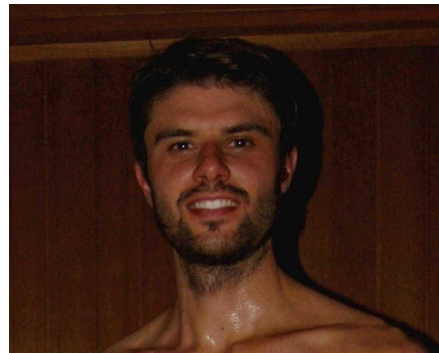


LUNEDÌ 20 MAGGIO 2019

## Aufguss, quando la sauna si trasforma in una danza

**M.BEN.**

È possibile trasformare una passione in un lavoro? A quanto pare c'è chi ci riesce. È il caso di Nicola Gozio, maestro di sauna trentenne di Villa Carcina e ora residente a Concesio, che da un anno e mezzo collabora con l'Hotel Quelle Nature, un resort a 5 stelle della Val Pusteria, nel cuore delle Dolomiti, e da qualche settimana porta i suoi aufguss (getti di vapore) anche nella palestra Special One di Sarezzo e nel centro Aquaria delle Terme di Sirmione. Cosa è l'aufguss? Un rituale di benessere, purificazione e svago svolto in sauna. Qualcosa che riesce a tonificare il fisico e lo spirito. Un'esperienza unica e rigenerante. L'AUFGUSSMEISTER, il maestro di sauna, utilizza un asciugamano per creare delle turbolenze e muovere verso gli ospiti il vapore generato dal ghiaccio arricchito con oli essenziali e messo a fondere sulle pietre della stufa. La pratica aumenta l'umidità all'interno della sauna e di conseguenza accresce il calore percepito senza aumentare la temperatura. Quella di Nicola è una passione cominciata 15 anni fa, proseguita mentre lavorava nell'azienda di famiglia e recentemente trasformata in una professione a tempo pieno. Nicola lavora per molte saune all'estero, e, per la Special One, dove ogni martedì dalle 17.30 alle 20.30 propone una serie di eventi. «I due titolari della palestra, Marco Crescini e Marco Aliprandi, hanno da poco rinnovato il centro benessere appoggiandosi a me per una consulenza - spiega Nicola - Sono anche stati ospiti al Quelle per vedere come funziona una Spa a 5 stelle. Il loro obiettivo è quello di portare in un contesto urbano una gestione a 5 stelle del nuovo centro benessere della palestra». INSOMMA, CI SONO le saune tradizionali e poi c'è l'aufguss, che è tutt'altra storia. Una «danza» che anche in Valtrompia sta facendo registrare il tutto esaurito in attesa di conquistare il resto del mondo.

**Il maestro di sauna Nicola Gozio**