



Take care of yourselfie in giro per il mondo con Celebrity Cruises e Randi Zuckerberg

PAGAIANDO PER NAPOLI

La compagnia crocieristica sinonimo del modern luxury presenta un nuovo programma di escursioni a tutto benessere, curate dalla pioniera dell'era digitale e autrice dei best seller più venduti del New York Times

Miami, FL - 30 settembre 2015 - Allenare corpo e mente a bordo come a terra: oggi è possibile grazie al nuovo ed esclusivo programma di escursioni **Take Care of YourSelfie** offerto da [Celebrity Cruises](#) in collaborazione con Randi Zuckerberg, autrice dei best seller più venduti del *New York Times* e pioniera dell'era digitale. Introdotto per la prima volta all'inizio del 2015, questo programma di wellness è stato ampliato per offrire speciali esperienze olistiche sulla terraferma.

“Con questo nuovo programma di escursioni sarà possibile ritrovare l'equilibrio tra vita reale e tecnologia, sia in mare aperto che sulla terraferma,” ha spiegato **la fondatrice del portale [Dot Complicated](#), Randi Zuckerberg**. *“In vacanza, molti di noi si sono ormai abituati letteralmente a vivere le varie destinazioni attraverso una lente digitale. Queste esperienze garantiscono invece il pieno coinvolgimento in una vacanza caratterizzata dal modern luxury.”*

“Nella cultura moderna, dove ogni cosa è altamente e tecnologicamente connessa, risulta difficile staccare da tutto e tutti mentre si è in vacanza, anche se per poco tempo,” ha commentato **Lisa Lutoff-Perlo, Presidente e CEO di Celebrity Cruises**. *“E' stato meraviglioso lavorare con Randi e combinare le nostre esperienze per fornire ai nostri ospiti nuovi modi di godere delle proprie vacanze ed arricchire mente, corpo e anima grazie al programma Take Care of YourSelfie. Personalmente, non vedo l'ora di provare le nuove escursioni a terra, che si aggiungono alle curatissime opzioni offerte dalla spa e dal programma fitness da cui tutto è partito.”*

Gli ospiti di Celebrity Cruises potranno rinvigorirsi e al tempo stesso esplorare le varie destinazioni, provando esperienze uniche - come lo Stand-Up Paddle (SUP) Yoga, l'hydrobiking, i tour in bicicletta e in canoa - in tutto il mondo, inclusi i Caraibi, l'Europa e l'Australia. Le sette escursioni offerte dal programma *Take Care of YourSelfie* sono:

- **Power Core'd** - sulle acque del Mar Mediterraneo, a Ibiza, in Spagna, chi proverà l'esperienza dello Stand-Up Paddle (SUP) Yoga scoprirà un allenamento completo per la mente e per il corpo, in stretta connessione con il mare - e non con Internet.
- **Ultimate ESCape** - Alla scoperta dei mille volti di Napoli, per terra e per mare, pagaiando su una canoa nell'acqua azzurra del golfo napoletano e godendo del panorama grazie anche ad un tour panoramico.

- **Morning SHIFT** - Rinunciando ai dispositivi elettronici, gli ospiti abbandonano la frenesia della routine quotidiana con un po' di jogging mattutino attraverso la pittoresca Philipsburg, capitale di St. Maarten,.
- **Hot Spot** - A Melbourne, in Australia, gli ospiti potranno fare il bagno e rilassarsi, per sciogliere i muscoli e far riposare le mani nelle acque minerali termali di una meravigliosa e gettonatissima località costiera.
- **Power Cycle** - Dimenticare la tecnologia ed esplorare il Roi's Eco Park Lagoon su una hydrobike, bruciando calorie e godendo di una tranquilla gita eco-friendly sulle acque cristalline di Falmouth, in Jamaica.
- **Reiki Recharge** - Rin vigorirsi scoprendo il proprio lato Zen durante una sessione guidata di meditazione e yoga, il tutto sulle meravigliose spiagge bianche di Roatan, in Honduras.
- **Flash, Drive, and Ride** - Disconnettersi da tutto e partire per un tour panoramico della Valletta, Malta, in sella ad una bici ed osservare da vicino la storia e la cultura di questa affascinante isola.

Maggiori informazioni sulle attività fitness & spa del programma *Take Care of Yourselfie*

Celebrity Cruises ha presentato per la prima volta il programma *Take Care of Yourselfie* nel gennaio 2015, svelando attività di fitness e benessere a cura di Randi Zuckerberg e disponibili esclusivamente presso il Canyon Ranch SpaClub a bordo delle navi Celebrity Cruises. I trattamenti e i servizi della spa sono stati studiati per rinvigorire gli ospiti e prevedono, tra gli altri: "**fACEial Time**," trattamento efficace della pelle contro la sovraesposizione agli schermi del PC e dei dispositivi digitali; "**Texticure**," creato appositamente per le mani affaticate dal lavoro sulla tastiera; "**Get wrAPPed**," che aiuta a smaltire le tossine accumulate con lo stress da tecnologia; "**Control ALT Delight**," sviluppato per migliorare elasticità e flessibilità degli ospiti, sempre più spesso costretti dall'uso dei dispositivi digitali in posizioni innaturali, con l'aiuto dello yoga e delle T-Spheres; e "**InstaGlow**," trattamento detox e scrub per il corpo, per eliminare le impurità, incoraggiare gli ospiti a disconnettersi dalla tecnologia e a vivere il momento.

Per saperne di più e prenotare il programma *Take Care of Yourselfie*, visitate il sito celebritycruises.com/takecareofyourselfie.