



RELAIS LE MARNE: UN'ESPERIENZA IMMERSIVA DI SPORT E BENESSERE TRA LANGHE E MONFERRATO

🕒 8 Maggio 2023 📁 STRADA, TURISMO

🔊 Ascolta L'Articolo

A 15 km da Asti, a metà strada tra **Langhe e Monferrato**, c'è il **Relais Le Marne**, un "boutique hotel" unico in Europa dove arte, alta cucina, sport e bellezza accompagnano il **relax e benessere** degli sportivi di tutti i livelli. Nato all'interno della **azienda agricola Mura Mura**, di proprietà di **Guido Martinetti e Federico Grom**, il Relais di **Costigliole d'Asti** si candida a diventare uno tra i punti di riferimento per ciclisti, runners e triatleti che vogliono trascorrere qualche giorno lontani dal caos delle città e **allenarsi al meglio** in un'oasi di pace e tranquillità.

In quest'area a sud del Piemonte, infatti, i paesaggi collinari si perdono a vista d'occhio tra vigneti, nocioleti, gaggie e borghi storici immacolati, raccontando di un legame armonico e indissolubile fra natura, persone, cultura e tradizioni. Costigliole d'Asti, inoltre, è l'epicentro della viticoltura regionale. Nota come la "città del vino", ospita nel suo comune oltre 700 aziende di settore. E per non farsi mancare nulla, a fare da cornice a questa *maison del bon vivre* c'è la vista sull'arco alpino, che proprio dal Relais Le Marne spicca sui vigneti tutt'intorno alla struttura.

Per farci raccontare qualcosa in più, abbiamo fatto quattro chiacchiere proprio con **Guido Martinetti**, proprietario del Relais e "convinto attivista" del *mens sana in corpore sano*. Un giovane imprenditore, dinamico e dal passato sportivo importante, che ha saputo plasmare questo luogo su una personale visione di benessere e sulle emozioni fortemente legate al territorio e alla vita privata.



Un Relais dall'anima sportiva deve per forza nascere da un cuore sportivo?

Direi che c'è bisogno anche di un po' di curiosità. Il Relais nasce dall'abbinamento quasi mitologico del mens sana in corpore sano, ma la mia convinzione è sempre stata quella che una persona completa è anche una persona curiosa. Perché è questo che genera cultura.

Qual è secondo te il rapporto tra sport, benessere e qualità della vita?

La sensazione di benessere deriva anche dallo sport. Secondo me, la vita per dirsi piena deve includere la pratica sportiva. Perché fare sport aiuta nella costruzione della personalità, a lavorare su se stessi e sul proprio corpo. Lo sport, qualsiasi esso sia, costruisce l'individuo.

Hai proprio applicato alla lettera il motto "Mens sana in corpore sano"!

Nell'avviare il Relais ho fatto lo stesso discorso che feci all'inizio della mia attività imprenditoriale con Grom. Mi sono chiesto come doveva essere il mio gelato preferito. Allo stesso modo, Le Marne è il relais in cui vorrei essere ospitato, perché è un luogo dove si incontrano culture e tradizioni e si riesce l'equilibrio tra corpo e mente.



In che modo si percepisce questo equilibrio?

Ogni stanza del Relais possiede libri di tutti i generi: poesia, romanzi, biografie sportive, testi di enologia e agricoltura. Gli ospiti si trovano a contatto di un ambiente che costituisce un'opportunità di immersione totale. Qui si ascoltano suoni che normalmente non è possibile ascoltare. E mi riferisco non soltanto alle sensazioni uditive che provengono dall'esterno, ma anche ai suoni generati da noi stessi. Per esempio, l'intimità della vibrazione del respiro durante un allenamento o la sensazione che si prova quando il corpo infrange l'acqua della piscina.



Com'è organizzato il Relais?

Si tratta di una struttura composta da due cascine affiancate che ospitano in totale 13 stanze, 5 della Dimora dei Poeti (dedicate a grandi autori piemontesi e realizzate in collaborazione con top brand del design e della falegnameria italiana) e 8 della Dimora degli Artisti (ciascuna delle quali ispirata all'opera d'arte contemporanea che ospita). Il Relais si completa con strutture sportive d'avanguardia, la casa sospesa tra i vigneti e il ristorante Radici.



A proposito di strutture sportive, cosa si può fare a Le Marne?

C'è l'imbarazzo della scelta. Il Relais offre ai propri ospiti una piscina coperta di 25 metri semi olimpionica a tre corsie, circondata dai vigneti e a disposizione tutto l'anno, un'area benessere con idromassaggio, sauna in cedro e vasca di acqua gelida ideali per recuperare al meglio dopo un'intensa seduta di allenamento, e una palestra di 140 mq con attrezzature top di gamma Technogym adatte ad ogni esigenza. Dalla palestra si accede all'ampia e confortevole sala massaggi.

Chi sono i tuoi ospiti?

Vengono a trovarci sia atleti di alto livello (di recente è stato da noi Charles Lecrerc) che, soprattutto, coloro che vogliono prendersi cura di sé condividendo del tempo con le persone che amano e rallentando un po' i ritmi frenetici della vita moderna.

**A quale sport sei più legato?**

Ho un passato soddisfacente nella Nazionale Italiana giovanile di triathlon. Ho macinato tanti chilometri, specie in bici. Oggi, però, il mio sport è il nuoto. Lo vivo come un momento intimo di riflessione. Mi alleno quasi sempre al mattino presto, in piscina, quando fuori è ancora buio. In sottofondo la musica di Lady Gaga. Il primo tuffo sott'acqua è un momento magico che voglio godermi al massimo e che per me rappresenta la sintesi di grande momento sportivo.

Avete in programma degli eventi dedicati che uniscano sport e territorio?

Abbiamo inaugurato da poco ma ci stiamo già pensando. Gli eventi saranno prevalentemente concentrati sull'enogastronomia, mentre lato sport prevediamo di cominciare dalla fine dell'estate. Da noi possono venire nuotatori, ciclisti, triatleti, podisti e tutti coloro che nello sport trovano la propria dimensione. Inoltre, stiamo pensando anche ad eventi collaterali allo sport ma che utilizzino le nostre strutture. Per questo dialoghiamo con tour operator che si occupano di turismo sportivo.



Tre parole che useresti per descrivere l'esperienza ciclistica tra Langhe e Monferrato?

***Immersiva** perchè si ha la sensazione di trovarsi "dentro a un mare di vigne", per citare Cesare Pavese. Ancor di più se si pedala in gravel o in mountain bike.*

***Estetica** nel senso di piena bellezza, perché pedalare immersi nelle vigne verdi con lo sfondo dell'arco alpino che sembra quasi si possa toccare, è un qualcosa di unico.*

***Impegnativa**, perché i percorsi sono tutti "mangia e bevi" e lasciano poco spazio al respiro. Ma il panorama riesce ad alleviare la fatica e a fare la differenza.*



Sport e Gourmet: abbina il tuo giro in bici preferito nel territorio astigiano a un piatto e un vino serviti al Relais

Il mio giro must è andare a toccare il Barolo e le sue montagne. Si parte da Costigliole d'Asti in direzione Neive e Barbaresco, costeggiando Alba e salendo verso Monforte. Fin qui siamo a metà strada, poco meno di 50 km, ma già immersi nella bellezza di questo territorio. Anche il ritorno è molto interessante. Ci si muove in direzione Priocca e Magliano Alfieri con passaggio finale nel centro di Costigliole d'Asti da dove si può ammirare la bellezza dell'antico castello. È un percorso davvero splendido che tocca vigne, castelli e paesaggi che in questo momento stanno affascinando tante persone nel mondo. E poi è anche molto allenante, con i suoi 101 km e 1540 metri di dislivello. L'ho chiamato "percorso Relais LE MARNE".

MAPPA



DATI DEL TOUR



Per quanto riguarda l'abbinamento gourmet non ho dubbi. Come piatto porterei all'attenzione dell'atleta, per sua natura goloso, una deliziosa carne cruda con midollo condita con sale d'acciuga e scalogno caramellato. Un abbinamento studiato dallo Chef Massaia del Ristorante Radici per gustare in modo semplice e brillante proteine di alta qualità. Alla carne abbinerei un vino di nostra produzione che si chiama Romeo, dedicato a un ragazzo a cui ho fatto da padrino. È un piemonte rosso che esprime al massimo il concetto di enologia per la sua capacità di armonizzare vitigni diversi: Barbera, Nebbiolo, Ruchè e Grignolino.



a cura di Giacomo Petruccelli Ph.D. Copyright© InBici Magazine ©Riproduzione Riservata

