



03.

## SPEZIFISCHE GESUNDHEITS- PROGRAMME

Das Wissenschaftliche Komitee hat fünf spezielle Programme mit unterschiedlichen Zielsetzungen ausgearbeitet:

Gewichtsabnahme, Haltungskorrektur und Verbesserung der körperlichen Verfassung, Reduzierung der Zeichen der Zeit, Entgiftung, Verbesserung der Schlafqualität.

Nach der Klassischen Chinesischen Medizin sind Schlafstörungen ein Hinweis auf ein energetisches Missverhältnis, das auf verschiedene Ursachen körperlicher Natur (zum Beispiel hormonelle Störungen, Verdauungsstörungen oder körperliche Hyperaktivität) und geistiger Natur (zum Beispiel Stress und geistige Hyperaktivität) zurückzuführen sind. Die Behandlungen dieses Programms regen die energetischen Leitbahnen und die spezifischen Akupunkturpunkte an und fördern so den Schlaf.

### SCHLAFPROGRAMM

Sogni d'Oro ab 5 Nächten

- Einführung in das Programm
- Energetische Erst-Untersuchung
- Medizinische Zwischenbilanz
- Frühstück, Mittag- und Abendessen: kalorienarmes Lefay SPA Menü
- Check-up psychophysischer Stress und Schlafstörungen Hormonal Profile Buonanotte \*
- Personalisierte Phytotherapie
- 1 Energetische Lefay SPA Gesichtsmassage *Derma di Luce*
- 2 Energetische schlaffördernde Lefay SPA Massagen *L'abbraccio di Morfeo*
- 2 Energetische Lefay SPA Tuina -Massagen *I Colori dell'Uomo*
- 2 Spezifische Akupunktursitzungen
- 2 Spezifische energetische Lefay SPA schlaffördernde Fußreflexzonen-Massagen
- 3 Moxibustionen
- 1 Energetische Hydro-Aromatherapie mit ätherischen

Ölen

- 1 Bad im Salzsee *La Luna nel Lago*
- 1 Geführter Spaziergang im energetisch-therapeutischen Garten
- 3 Aktivitäten zur Wiederherstellung des körperlichen und energetischen Gleichgewichts (Spezifisches Qi Gong, Stretching der Meridiane, Holistic Season Activity)
- Zugang zur Lefay SPA Wasser und Feuer Welt
- Abschließendes Gespräch mit individuell abgestimmten Empfehlungen für eine Weiterführung des Programms zu Hause

€ 2.250,00 (Aufenthalt nicht inbegriffen)

\*Fakultativ und im Preis nicht inbegriffen