



# SPA À LA CARTE

---

Dieses breite Angebot umfasst westliche Massagen, Behandlungen und Rituale unterschiedlichster fernöstlicher Heiltraditionen wie Ayurveda sowie Thalassotherapien für Gesicht und Körper.

01.

## THALASSO- THERAPIE

Diese antike Therapie ist griechischen Ursprungs.

Sie nutzt die Synergiewirkung der kostbaren Stoffe, die in den Algen und den aus dem Meer gewonnenen Produkten enthalten sind – wie zum Beispiel Mineralstoffe und Spurenelemente – um dem Körper Schönheit zu schenken und ihn in Form zu bringen.

---

### KÖRPER PACKUNGEN UND BÄDER

---

#### PACKUNG MIT MEERESALGEN

---

Ein wahres Wundermittel für den Organismus: Die Algen, die reich an Vitaminen, Spurenelementen und Mineralsalzen sind, haben dank der Ganzkörperpackung eine straffende, schlankmachende und entgiftende Wirkung und tragen zum Kampf gegen Cellulite bei, da Flüssigkeiten aus dem Gewebe abtransportiert werden. Die Behandlung wird mit einer kurzen Massage abgeschlossen.

€ 110,00 (Dauer 60 Min.)

#### SALZBAD MIT MEERESALGEN

---

Bad im Whirlpool Florida, wo die synergetische Wirkung von Meersalz und Algen in Kombination mit den einzelnen Massageprogrammen der Wanne eine effektive Behandlung verschiedener Körperbereiche gestattet. Verbessert die Durchblutung und wirkt schlankmachend, entwässernd und entspannend.

€ 60,00 (Dauer 20 Min.)

#### SALZSEE

La Luna nel Lago

---

Die hohe Temperatur dieses herrlichen Salzsees, die

etwa 36-38 °C beträgt, ermöglicht dem Körper die Aufnahme der im Wasser gelösten, aus dem Meersalz stammenden Spurenelemente und Mineralstoffe. Er zeichnet sich durch seine Drainage-, Entgiftungs- und Entspannungswirkung aus. Dauer 30 Minuten, im Wechsel zwischen Bädern und Entspannung.

€ 30,00 pro Person (Einlass bis zu sechs Personen)

€ 80,00 für Paare (exklusive Benutzung)

---

### BEHANDLUNGEN FÜR GESICHT UND KÖRPER

---

#### MINERALG-GEL - DRAINAGE UND ENTGIFTENDE WIRKUNG

---

Zur Reduzierung der Körperkonturen und zur Wiederherstellung leichter Beine.

€ 100,00 (Dauer 60 Min.)

#### MINERALG- REDUZIERENDE WIRKUNG

---

Eine Zusammensetzung auf der Basis von Algen, Meereskalk und Kieferessenz, um die Körperkonturen durch Einwirkung auf die Fettansammlungen zu verfeinern.

€ 100,00 (Dauer 60 Min.)

#### REDUZIERENDE BEHANDLUNG

Bauchbereich und Oberschenkel

---

Für alle, die ihre Unterhautfettgewebe abbauen und ihre Körperkonturen verfeinern wollen, um so wieder einen flachen Bauch zu bekommen.

€ 100,00 (Dauer 60 Min.)

#### REINIGEND / DYNAMISIEREND

Aquarelle mit Meer-Algen

---

Tiefenbehandlung für besonders unreine und unter Akne leidende Hauttypen. Eine intensive „Thalasso-Behandlung“ des Gesichts, um die Vitalfunktionen der Haut zu reinigen, zu dynamisieren und ins Gleichgewicht zu bringen. Ideal für all jene, die ihr Gesicht bereits seit geraumer Zeit keiner Tiefenreinigung mehr unterzogen haben oder aufgrund ihrer besonders unreinen Haut einer tiefgreifenden Entgiftung und Reinigung bedürfen.

€ 150,00 (Dauer 90 Min.)

02.

## WESTLICHE UND ÖSTLICHE MASSAGEN

---

### WESTLICHE MASSAGEN

---



#### LEFAY-WILLKOMMENSMASSAGE

---

Entspannt die Rückenmuskulatur und schenkt tief reichendes Wohlbefinden, dank reinster ätherischer Lavendel- und Zitronenöle, die zu den typischen Aromen des Gardasees gehören.

€ 45,00 (Dauer 20 Min.)



#### ENTKRAMPFENDE NACKENRÜCKEN-MASSAGE

---

Entspannt die Muskulatur, fördert eine Wiederherstellung der korrekten Haltung der Wirbelsäule und schenkt eine sofortige Linderung.

€ 75,00 (Dauer 30 Min.)



#### KALIFORNISCHE MASSAGE

---

Eine entspannende und beruhigende Massage, die dank der sanften und fließenden Massagetechniken den Kopf befreit und zu körperlichem und geistigem Wohlbefinden führt. Die richtige Massage für alle, die einen Moment purer Entspannung genießen möchten oder eine sanfte und einhüllende Massage suchen. Ideal für sehr gestresste und müde Gäste.

€ 100,00 (Dauer 50 Min.)



#### BINDEGEWEBSMASSAGE

---

Regt die Durchblutung an und verbessert den Ernährungszustand des Gewebes. Macht die Haut wieder elastisch und kompakt, und schenkt dem Körper ein Gefühl von Leichtigkeit.

€ 100,00 (Dauer 50 Min.)



#### HOLISTISCHE FUSSREFLEXZONENMASSAGE

---

Eine holistische Behandlung der Fußsohlen, die hauptsächlich unter Einsatz des Daumens auf den „Karten“ der Fußsohlen durchgeführt wird. Sie bewirkt eine tief reichende energetische und geistige sowie Muskel- und Gelenkentspannung. Bei dieser Methode werden beide Füße gleichzeitig behandelt.

€ 100,00 (Dauer 50 Min.)



#### HOLISTISCHE CRANIOSACRAL-BEHANDLUNG

---

Durch die Behandlung von Kopf, Halsmuskulatur, Trapezmuskel, paravertebralen Muskeln und Steißbeinmuskeln beseitigt die Massage Schmerzen, löst Spannungen an der Wirbelsäule und stellt deren korrekte Haltung wieder her. Sie regt die Gefühlssphäre an und fördert einen Ausgleich zwischen dem Bewussten und dem Unbewussten. Sie bringt das Nerven- und Hormonsystem in Einklang und bewirkt damit einen Entspannungseffekt. Für die Behandlung von Problemen der Lenden- und Kreuzbeinwirbelsäule, Muskelverspannungen im Hals-, Trapez-, Schulter- und Brustbereich und bei Haltungsproblemen geeignet.

€ 110,00 (Dauer 50 Min.)

€ 140,00 (Dauer 75 Min.)



#### FUSS MASSAGE KIDS

---

Eine kurze, angenehme und besonders entspannende Behandlung für Kinder, mit einem positiven Effekt auf die Durchblutung und kleinere Muskelverspannungen.

€ 45,00 (Dauer 20 Min.)



### DEEP TISSUE

---

Diese Massagetechnik zielt auf die Behandlung der Oberflächen- und Tiefenmuskulatur des myofaszialen Systems ab. Sie ist in der Lage auf Strukturen einzuwirken, die mit anderen Methoden nur schwer behandelbar sind.

€ 115,00 (Dauer 50 Min.)



### HÄMOLYMPHATISCHE MASSAGE

---

Verbessert die Durchblutung und besitzt eine intensive Drainagewirkung. Ideal, um die Figur neu zu modellieren und dem Körper Leichtigkeit zu schenken. Hervorragend in Kombination mit Schönheitsbehandlungen für den Körper.

€ 100,00 (Dauer 50 Min.)



### STRAFFENDE UND TONIFIZIERENDE MASSAGE

---

Diese Kombination aus Lymphdrainage und modellierender Massage ist zur Tonifizierung des Gewebes und zur Behandlung kritischer Zonen geeignet, wie zum Beispiel Hüfte, Oberschenkel und Gesäß. Hervorragend in Kombination mit Schönheits- Körperbehandlungen.

€ 105,00 (Dauer 45 Min.)

### MASSAGE MIT WARMER AROMATISIERTER FANGO-HEILERDE

---

Besonders angenehm durch Anwendung von warmer Fango-Heilerde aus dem Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*. Dank ihres hohen Anteils an Ölen, Tonerden, Sulfaten und Montmorillonit besitzt sie eine entgiftende und anti-oxidative Osmosewirkung.

€ 120,00 (Dauer 60 Min.)

### CANDLE MASSAGE

---

Diese entspannende Massage wird mit warmen Duftkerzenölen durchgeführt. Sie löst Spannungen und schenkt dem Körper neue, angenehme Emotionen.

€ 95,00 (Dauer 45 Min.)

### MODELLIERENDE ANTI-AGINGGESICHTSMASSAGE

---

Die modellierende, tonifizierende und Drainagewirkung wird mittels einer Kombination aus Handgriffen, die entlang der gesamten mimischen Gesichtsmuskulatur erfolgen, und der Stimulation von Energiepunkten erreicht. Biologisches und mit kostbaren Rosenextrakten angereichertes Anti-Aging-Olivenöl beschleunigt die Regenerierung der Haut und steigert die Produktion elastischer Fasern sowie von Kollagen, was für Spannkraft sorgt und erschlaffter Haut neues Leben einhaucht.

€ 100,00 (Dauer 40 Min.)



### BEHANDLUNGEN FÜR WERDENDE MÜTTER

---

Spezifische Behandlungen für Frauen, sowohl für die Schwangerschaft (nach dem 4. Monat) als auch für die Stillzeit. Sie erlauben es, schnell wieder in Form zu kommen und schenken eine mit Feuchtigkeit und Nährstoffen versorgte, elastische Haut.

Massage mit Lefay Olivenöl – mit Feuchtigkeits- und Drainageeffekt

€ 90,00 (Dauer 50 Min.)

Massage Leichte Beine

€ 50,00 (Dauer 30 Min.)



### FUSSMASSAGE FÜR SCHWANGERE

Dolce Attesa

---

Diese sanfte Massage der Fußsohlen zur Stimulation der Lymphdrainage verbessert außerdem die Durchblutung und wirkt entspannend auf das Nervensystem.

€ 80,00 (Dauer 30 Min.)

---

## ÖSTLICHE MASSAGEN

---



### TUINA

---

Bei Tuina („tui“ bedeutet drücken und „na“ greifen) handelt es sich um eine äußerst alte chinesische Massagetechnik, die auf die Ming-Dynastie (400 v. Chr.) zurückgeht. Sanft, energetisch, kontinuierlich und tiefgehend – so lässt sich diese Massagetechnik wohl am besten beschreiben; dabei werden sowohl die Akupunkturpunkte als auch die energetischen Leitbahnen mithilfe geeigneter Handgriffe stimuliert. Ihre Wirkung lässt sich hervorragend mit Akupunktur, Moxibustion, Schröpfbehandlungen und synergetischen Methoden verbinden, die in der chinesischen Medizin bereits seit Jahrtausenden zum Einsatz kommen, um Menschen zu heilen. Hervorragend geeignet zur Behandlung von Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Verstopfung sowie Hals- und Lendenwirbelschmerzen.

€ 115,00 (Dauer 50 Min.)



### GUA SHA GESICHT

---

Eine innovative Gesichtsmassage, die auf den Grundsätzen der holistischen Kosmetik basiert. Gua Sha ist eine Technik aus der traditionellen chinesischen Medizin, die vor allem in Asien verbreitet ist. Mit spezifischen Instrumenten aus Jade und Horn wird wiederholt über die Gesichtshaut gestrichen, damit überschüssige Flüssigkeiten aus den Energiekanälen abfließen können und die Durchblutung aktiviert wird. Diese Technik wird mit einer straffenden Massage mit Olivenöl kombiniert. Die Gesichtszüge werden neu geformt, die Haut erhält ihre natürliche Ausstrahlung zurück und man empfindet ein angenehmes Gefühl tiefer Entspannung.

€ 115,00 (Dauer 50 Min.)

### SHIATSU

---

Diese Behandlung nutzt eine Technik, die auf einem gleichmässigen, konstanten und senkrecht ausgeführten Druck beruht. Ihr Ziel ist das Erwecken der vitalen Energie und der Selbstheilungskräfte. Shiatsu kann körperlichen und emotionalen Schmerz behandeln (wie zum Beispiel Ängste und Mutlosigkeit) und verschafft ein unmittelbares Gefühl von

Wohlbefinden, Ausgeglichenheit und Harmonie mit sich selbst.

€ 120,00 (Dauer 60 Min.)

### ASHIATSU

---

Diese alte Massagetechnik sieht eine Druckausübung durch die Füße vor, und folgt dabei dem Fluss der Meridiane Yin (der Erde) und Yang (des Himmels). Sie verteilt die lokal vorhandenen Spannungen, indem sie den Fluss des Qi ausgleicht und die Gelenke löst. Außerdem fördert sie eine Streckung der Wirbelsäule und verbessert die Haltung. Diese Behandlung steigert das körperliche, geistige und gefühlsmäßige Bewusstsein.

€ 120,00 (Dauer 60 Min.)



### TIBETANISCHE RÜCKENMASSAGE

---

Die kombinierte Wirkung aus entspannenden Handgriffen, einer Behandlung mit einem warmen, nassen Schwamm und dem Schröpfen schenkt dem Rücken Wohlbefinden und Relax. Der Klang der tibetischen Glocken erweckt auch inaktive Körperbereiche zu neuem Leben, die ihre Elastizität und die Fähigkeit verloren haben, sich mit dem restlichen Organismus in Einklang zu bringen.

€ 110,00 (Dauer 50 Min.)



### LOMI LOMI

---

Diese Massage ist ein Teil der antiken Hawaiianischen Tradition. Sie wird mit als Hula bezeichneten Bewegungen der Unterarme durchgeführt, die sich wie in einem Tanz in Kraft und Rhythmus abwechseln. Sie ist besonders angenehm und entspannend, lindert den Stress und steigert die Energie des Körpers.

€ 125,00 (Dauer 50 Min.)



### STONE THERAPY

---

Sie wird mit warmen Vulkansteinen durchgeführt, die die Wärme zurückhalten und sie dann langsam abgeben. Diese für Muskel-, Rheuma und Rückenschmerzen geeignete Behandlung verbessert

die Beweglichkeit von Muskeln und Gelenken. Sie wirkt sich besonders positiv auf die Stimmung und das geistige Wohlbefinden aus.

€ 150,00 (Dauer 80 Min.)

## THAI

---

Bei dieser Massage wird durch Einsatz der Handfläche und des Daumens Druck auf die Energielinien ausgeübt. In Kombination mit dem passiven Stretching aller Gliedmaßen bewirkt sie eine Verbesserung der Durchblutung und macht den Körper elastischer.

€ 135,00 (Dauer 60 Min.)

## AYURVEDA

---

Alte indische Disziplin, die zur natürlichen Heilung des Individuums eingesetzt wird, sowie zur Harmonisierung der drei *Dosha*: VATA, die Bewegung, PITTA, der Stoffwechsel, KAPHA, die Struktur.



### UDVARTANA MIT AYURVEDISCHER DETOX-PACKUNG

---

Peelingbehandlung mit Öl und einer Pulver- und Gewürzmischung, die von Unreinheiten befreit. Es folgt eine reinigende und entgiftende Packung mit warmem Sesamöl und einer Kräuterpackung.

€ 110,00 (Dauer 60 Min.)



### SNEHANA

---

Mit harmonischen und streichelnden Bewegungen ausgeführte Ölbehandlung des Körpers, für einen Wiederausgleich der Körperenergie. Die warmen Öle führen Wärme zu und spenden der Haut Feuchtigkeit.

€ 100,00 (Dauer 50 Min.)



### SNEHANA MIT SHIRO-DARA

---

Zuerst Ölbehandlung des Körpers, dann kontinuierlicher Ölguss auf die Stirn. Schenkt tief reichendes Wohlbefinden. Diese Behandlung ist insbesondere bei starkem Stress geeignet und fördert den Schlaf.

€ 150,00 (Dauer 75 Min.)



### SHIRODARA MIT KOPFMASSAGE

---

Ein kontinuierlicher Öl-Stirnguss in Kombination mit einer Entspannungsmassage an Kopf und Hals lässt alle Spannungen verschwinden.

€ 90,00 (Dauer 30 Min.)



### ABHYANGA

---

Diese energetisierende Massage zeichnet sich durch harmonische Bewegungen aus, die Wärme generieren, um die Ausscheidung der als AMA bezeichneten Giftstoffe zu bewirken. Der Rücken wird entlastet und gestärkt. Kopf und Hals werden so behandelt, dass sich eine lockernde, entspannende Wirkung einstellt.

€ 130,00 (Dauer 75 Min.)



### PINDA-SWEDA

---

Wird unter Einsatz von warmen Säckchen, den Pinda, ausgeführt, die Mischungen aus Kräutern und besonderen Gewürzen enthalten. Besitzt eine stark wärmende Wirkung, lockert und lindert Spannungen.

€ 140,00 (Dauer 60 Min.)

03.

## RITUALE AUS DEM ORIENT

### POLYNESISCHES RITUAL

---

Eine Reise inmitten von polynesischen Düften. Die erste Etappe ist Taha'a, die Vanilleinsel, mit einer Gommage auf der Basis von Kokosnussschalenfasern, weißem Sand, Vanille und Meersalz. Weiter geht es schließlich in Manihi, wo der Körper im Bagno delle Lagune (Lagunenbad) gereinigt und mit Flüssigkeit versorgt wird. Anschließend geht es nach Bora Bora, wo sich der Körper bei einer entspannenden Massage dem Rhythmus der Tuiponos hingibt. Das Ritual zieht weiter nach Raiatea, der heiligen Insel, wo der Körper mit dem heiligen Öl Polinesiens in höhere Sphären gehoben wird.

€ 280,00 (Dauer 2 Std. 15 Min.)

### HAMMAM-RITUAL

---

Dieses reinigende Ritual für Gesicht und Körper entstammt den alten Traditionen des Nahen Ostens. Es beginnt mit einem Dampfbad (Calidarium), mit dem die Haut auf die Schälbehandlung mit schwarzer Seife und dem als „Kese“ bezeichneten Handschuh vorbereitet wird. Auf sie folgt eine Rasul-Packung und eine abschließende Entspannungsmassage mit reinsten Karitébutter. Alle Phasen des Körperrituals werden von einer Phase für das Gesicht begleitet, unter Einsatz von natürlichen Produkten mit schwarzer Seife, Arganöl, Eselmilch und Rosenessenz, für ein Endergebnis im Zeichen von höchstmöglichem Relax und strahlender Haut.

€ 280,00 Long-Version  
(Dauer 2 Std. 15 Min. – für Gesicht und Körper)

€ 230,00 Short-Version  
(Dauer 1 Std. 45 Min. – nur für den Körper )

### ALLAUNSTEIN-RITUAL

---

Dieses magische Körperritual beinhaltet eine Massage

mit einem Präparat, das auf feinsten, in duftenden Ölen enthaltenen Alaunsalzen basiert und die Haut perfekt glättet, ihr Nährstoffe und tief gehende Feuchtigkeit spendet. Das Ritual wird von einer angenehmen Entspannungsmassage mit kostbaren orientalischen Duftölen abgerundet.

€ 120,00 (Dauer 60 Min.)

### SHEABUTTER UND ARGANÖL - RITUAL

---

Dieses Ritual ist besonders für trockene Haut geeignet. Es hat eine nährnde und Feuchtigkeit spendende Wirkung und macht Ihre Haut glatt und weich, dank der außergewöhnlichen antioxidativen, weich machenden, feuchtigkeitsspendenden und straffenden Eigenschaften des Arganöls.

€ 150,00 (Dauer 75 Min.)

\* Diese Rituale können auch von Paaren in unseren Private SPA gebucht werden.