



---

PROGRAMMI  
SALUTE  
SPECIFICI

ANTISTRESS

---

03.

## PROGRAMMI SALUTE SPECIFICI

Il Comitato Scientifico ha realizzato sei programmi specifici con diversi obiettivi: riduzione dello stress; dimagrimento; riduzione dei segni del tempo; riequilibrio della forma fisica; depurazione dell'organismo e miglioramento del sonno.

- 1 trattamento di moxibustione
- 2 tuina specifici antistress *L'Essenza*
- 2 massaggi energetici antistress corpo Lefay SPA *La Quietè*
- 1 riflessologia plantare energetica Lefay SPA
- 1 lago salino La *Luna nel Lago*
- 3 attività di riequilibrio fisico energetico (Qi Gong)
- 2 attività di respirazione
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico terapeutico
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con monitoraggio SNA\*

€ 2.290,00 (soggiorno escluso)

\* sistema nervoso autonomo | \*\* consigliato, a pagamento

Il corpo umano è un insieme di flussi energetici in perenne attività, nel tentativo di trovare un equilibrio tra gli stimoli del mondo esterno e quelli della sfera emotiva interiore. Il conseguimento di questo stadio è il processo per mantenersi in salute e star bene. Una condizione di stress prolungata nel tempo può minare l'armonia di questi due aspetti, creando uno stato di malessere generale. *Il Recupero dell'Energia Originale* ha lo scopo di riprogrammare l'organismo aiutandolo a stimolare le risorse necessarie per questo scambio di forze e a ritrovare un equilibrio dinamico. La sua metodologia si basa sull'integrazione tra le più recenti scoperte della neuroscienza reintegrate all'interno della visione più complessa della Medicina Classica Cinese. L'efficacia dei trattamenti viene monitorata attraverso il rilevamento della frequenza cardiaca secondo modelli matematici che interpretano le variabilità del sistema nervoso autonomo come rilevatore dello stato di stress.

### ANTISTRESS

Recupero dell'Energia Originale a partire da 5 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale con monitoraggio SNA\*
- Colloquio medico intermedio
- Check up anti-aging (Stress Ossidativo Anti-aging)\*\*
- Colazione, pranzo e cena con menù Lefay SPA (per 5 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 massaggio Lefay SPA *La Finestra del Cielo*
- 2 agopunture specifiche