



LAGO DI GARDA

DOVE MENTE E CORPO
SI RIGENERANO
RISCOPRENDO
LE EMOZIONI
PIÙ AUTENTICHE





LEFAY SPA

Qui il benessere è ovunque: nell'esplosione di luce che filtra dalle ampie vetrate, nel meraviglioso parco, nell'acqua delle piscine, nella magica atmosfera che circonda tutto. Grazie alla collaborazione di un team di medici riconosciuti a livello internazionale nelle diverse discipline olistiche, Lefay ha creato gli innovativi programmi salute Lefay SPA Method, che hanno l'obiettivo di riportare gli Ospiti al completo riequilibrio e ringiovanimento di corpo, anima e spirito e alla riscoperta di uno stile di vita sano e consapevole.

Nei trattamenti Signature vengono utilizzati i prodotti viso e corpo della linea di cosmesi dermatologica naturale Lefay SPA, ricca dei diversi colori della natura, rappresentati dalle più note, preziose e ben sperimentate piante medicinali. Se volete migliorare il vostro stato di salute o se i ritmi frenetici della vita quotidiana hanno messo a dura prova il vostro organismo provocando stress, stanchezza, ansia e depressione, il nostro team di esperti vi guiderà nella scelta delle terapie e dei trattamenti più appropriati. Chi cerca innovazione, naturalità e benessere globale, troverà in Lefay SPA la possibilità di vivere esperienze uniche e sensazioni mai provate, in un luogo in cui oriente e occidente si fondono in perfetta armonia con l'ambiente circostante.

BEING ORGANIC AND ECOLOGICAL SPA: LEVEL EXCELLENCE



Lefay SPA è la prima in Italia ad ottenere la nuova prestigiosa certificazione "Being Organic and Ecological SPA" Livello Excellence di Ecocert.

Ecocert, l'ente francese riconosciuto a livello mondiale per la certificazione di prodotti cosmetici, ha introdotto "Being Organic and Ecological SPA" per le strutture benessere che si distinguono nell'ambito della sostenibilità e assicurano ai propri Ospiti un luogo di rilassamento, unendo l'esperienza del benessere naturale ad un grande impegno verso l'ecologia del pianeta e delle sue risorse.

L'esclusivo tempio di benessere Lefay SPA, oltre ad aver confermato il rispetto dei 50 rigidi criteri previsti per il raggiungimento del livello base della certificazione, ha conseguito il livello Excellence grazie al suo innovativo concetto di benessere globale, che si contraddistingue per tre aspetti fondamentali:

l'unicità dei trattamenti e dei programmi salute Lefay SPA Method e l'impegno dedicato alla formazione e allo sviluppo professionale dello Staff;

l'eccezionale comfort delle cabine SPA, che offrono agli Ospiti un'esperienza di relax incomparabile;

le misure messe in pratica per una gestione sostenibile della struttura.





LINEA COSMETICA LEFAY SPA “TRA SUONI E COLORI”

NO COLORANTI

NO CONSERVANTI AGGIUNTI

NO PETROLATI

NO PARABENI

NO SLES

DERMATOLOGICAMENTE TESTATA

VEGAN OK

NO ANIMAL TESTING

NICKEL TESTED inferiore a 0,00001%

La linea cosmetica Lefay SPA “Tra Suoni e Colori” è stata creata secondo i principi della nutricosmetica; una linea di prodotti “intelligenti” che coniuga natura e scienza con un effetto visibile e immediato. Le formulazioni ad alta concentrazione di antiossidanti, vitamine, fitocomplessi e olio extravergine d’oliva biologico permettono di curare il disequilibrio della pelle in profondità e garantiscono i risultati nel tempo. Per una maggior personalizzazione del prodotto, in cabina si aggiungono inoltre oli essenziali che parlano alla pelle e alle sue diverse funzioni, sostenendole, armonizzandole e conferendo loro forza e stabilità. I prodotti sono acquistabili nello Shop Lefay SPA e online sul sito lefayshop.com.



INDICE

1. MONDO LEFAY SPA	11	5.4 Test Diagnostici	48
1.1 Mondo Acqua e Fuoco	12	5.5 Consulenze Mediche	49
1.2 L'Uomo e la Natura	14		
1.3 Fitness	18	6. SPA À LA CARTE	51
		6.1 Talassoterapia	52
2. PROGRAMMI SALUTE LEFAY SPA METHOD	21	6.2 Massaggi Occidentali	53
2.1 Programmi Salute I Flussi dell'Energia	22	6.3 Massaggi e Rituali Orientali	55
2.2 Programmi Salute Generali	23		
2.3 Programmi Salute Specifici	24	7. PER LA COPPIA	59
		7.1 Private SPA	60
3. TRATTAMENTI LEFAY SPA	29	7.2 Rituali di Coppia	62
3.1 Massaggi Energetici Corpo - Viso	30		
3.2 Rituali di Estetica Energetica Corpo - Viso	33	8. BEAUTY AND HAIR SPA	65
3.3 I Profumi del Lago	36	8.1 Servizi Estetici	66
		8.2 Make Up	66
4. MEDICINA ESTETICA NON INVASIVA	39	8.3 Coiffeur	66
4.1 Medicina Estetica Energetica: l'Estetica secondo la Medicina Cinese	40	8.4 Trattamenti per la Cura dei Capelli - la Biosthetique Méthode	67
4.2 Trattamenti Corpo e Viso con Apparecchiature ad Alta Tecnologia	41		
4.3 ZO Skin Health Restoration By Dr. Zein Obagi	43	9. PERCORSI BENESSERE E BELLEZZA	69
5. MEDICAL	45	10. INFORMAZIONI UTILI	73
5.1 Medicina Naturale	46		
5.2 Fisioterapia	47	11. RICONOSCIMENTI LEFAY SPA	74
5.3 Osteopatia	47		



MONDO LEFAY SPA

Un esclusivo tempio del benessere, dove mente e corpo
si rigenerano attraverso la riscoperta delle emozioni più
autentiche e dell'armonia con se stessi.

01.

MONDO ACQUA E FUOCO

Lefay SPA si articola su tre aree: il *Mondo Acqua e Fuoco*, che raggruppa tutte le zone interessate da piscine, saune, grotte e laghetti; l'area *Natura e Fitness*, composta da una grande palestra e da una sala ginnastica per corsi e attività e *Nel Silenzio e fra le Stelle: Trilogia nell'Aria*, formata da tutte le ampie aree esterne adibite ad attività sportive e a percorsi dedicati al benessere e al relax.

PISCINE

- Interna ed esterna riscaldata
- Piscina sportiva da 25 metri omologata riscaldata (da marzo a ottobre)
- Idromassaggio Fonte Roccolino riscaldato

AREA RELAX

- Ampie aree relax con vista panoramica sul lago
- La Grotta Turchese con lettini ad acqua riscaldati
- Sunset Relax

SAUNE

Sauna degli Aromi
Temp 40-42° / Umidità 60-70%

Gli aromi di questa sauna offrono un prezioso contributo alla respirazione e alla liberazione dallo stress. È la stanza tiepida iniziale in cui ci si prepara alla sudorazione che avverrà poi all'interno della sauna Caligo.

Sauna Caligo
Temp 42-45° / Umidità 90-98%

L'elevata percentuale di umidità forma una nebbia dalla temperatura stratificata, ottima per rilassare la muscolatura del corpo e per ridurre le

tensioni. La pelle rimane morbida e setosa grazie all'azione detossinante e dermopurificante del bagno vapore.

Sauna dell'Ulivo
Temp 50-60° / Umidità 40%

Rivestita del legno di questo prezioso albero, è ideale per disintossicare la pelle che diviene luminosa e trasparente. La temperatura di questa bio-sauna favorisce anche il rilassamento e il sonno notturno.

Sauna Acqua e Fuoco
Temp 75-90° / Umidità 10%

Questa sauna finlandese a temperatura elevata e a bassa umidità permette di raggiungere una stimolazione organica e metabolica notevole, favorendo il ricambio cellulare, l'eliminazione delle tossine e la stimolazione del sistema neurovegetativo.

AREA CHARME D'ORIENT

Rievoca la magia delle sontuose atmosfere orientali. Un viaggio in cui corpo, anima e spirito si perdono nelle fragranze di tre aree:

Hamman
Temp 45-48° / Umidità 80%

Vero e proprio inno ai più bei palazzi orientali, l'Hamman ci allontana dal mondo quotidiano, in cui tutto è cerebrale, logorante e frettoloso, riportandoci al naturale equilibrio tra movimento e riposo; esercizio e rilassamento; realtà e fantasia.

Lady Sauna
Temp 38-42° / Umidità 50%

È riservata alle signore e, grazie ad un delicato profumo, avvolge il corpo in un'atmosfera che ricorda i giardini d'estate sul lago. Stimola la circolazione e depura la pelle, le tensioni si sciolgono e il corpo è rilassato.

Sunset Relax
Un'esclusiva area relax dove poter degustare pregiate selezioni di tè orientali.

ALTRO

Il Ruscello: percorso in acqua fresca, ottimo per coloro che hanno gambe pesanti e problemi di circolazione agli arti inferiori.

Crash Ice: frizioni di ghiaccio per stimolare la rivascolarizzazione e per una piacevole sensazione di freschezza dopo una sauna o un bagno caldo.

Ice Pool

Temp 12-17°

L'acqua fredda chiude i pori e incentiva la vascolarizzazione cutanea. Le sollecitazioni al sistema nervoso aumentano, producendo impulsi positivi benefici per il battito cardiaco, la respirazione e la circolazione sanguigna.

02.

NEW

L'UOMO E LA NATURA NEL SILENZIO E FRA LE STELLE: TRILOGIA NELL'ARIA

L'incontro con la natura è il primo passo per purificare mente e corpo. A Lefay Resort & SPA Lago di Garda, il tempio del benessere olistico si estende nel meraviglioso parco di 11 ettari in cui è immerso il Resort. In questo scenario, dove uomo e natura si ricongiungono, si snodano tre percorsi diversi: il Giardino Energetico-Terapeutico, in cui le stazioni energetiche si rifanno ai principi della Medicina Classica Cinese; il Percorso Running e il Percorso Vita per il movimento all'aria aperta. Qui, le attività di riequilibrio fisico-energetico che sono parte integrante della filosofia Lefay SPA, si effettuano tra piante secolari di fronte ad un panorama unico.

GIARDINO ENERGETICO E TERAPEUTICO Il Simbolo della Vita

Coerentemente ai principi della Medicina Classica Cinese e all'idea secondo cui il benessere della persona non può prescindere da quello ambientale, il concetto energetico e la teoria dei cinque movimenti sono stati esplorati sia nella dimensione interna, sia in relazione all'ambiente esterno di Lefay SPA. Una grande attenzione è stata dedicata alla progettazione del Giardino Energetico Terapeutico, che nasce dalla collaborazione tra il Comitato Scientifico Lefay SPA Method e i progettisti. Il Giardino Energetico Terapeutico "Il Simbolo della Vita", che ripercorre le diverse fasi dell'esistenza umana, è composto da cinque diverse stazioni ricche di simbolismo. Questi circuiti, con forme, colori, essenze e

attività di movimento e meditazione specifiche, hanno un evidente significato sul corpo fisico e la funzione di segnalare agli elementi sottili che ci compongono, la necessità di entrare nella natura e, percependola alleata, muoversi e giocare con essa.



IL DRAGO VERDE

È posto ad Est e rappresenta il rinnovo della natura, la primavera, l'alba della vita. È inserito in un bosco e si caratterizza per l'elemento legno.

ATTIVITÀ

Stretching dei meridiani: disciplina nei cui movimenti si distendono le fibre muscolari, si rilassano i tendini, si aprono le articolazioni e si eliminano i blocchi energetici e psichici.

Perception walking: nel corso di una silenziosa passeggiata ad occhi chiusi nel Parco, si sviluppa una relazione profonda con l'ambiente circostante attraverso il semplice atto del camminare, in cui si riscoprono in modo nuovo e consapevole sensi che nel quotidiano usiamo soltanto inconsciamente.



LA FENICE ROSSA

È posta a Sud e rappresenta il culmine dell'energia, l'estate, le ore dodici. Si caratterizza per il colore rosso.

ATTIVITÀ

Tai Qi: la lentezza e il corpo perfettamente rilassato sono lo stato ideale per una ginnastica psicofisica per la salute. Il Tai Qi è una raffinata arte marziale "morbida" di autodifesa e una forma di meditazione dinamica con lo scopo di sviluppare la propria forza "interna".

Meditazione "Mindfulness": concentrarsi sul "qui ed ora". Mantenere la serenità e avvertire la forza necessaria ad eliminare i pensieri debilitanti, facendo spazio a riflessioni positive e abilitanti. L'obiettivo consiste nel raggiungimento di uno stato di profondo benessere in cui "essere" e sentire che ogni cosa è meravigliosa e perfetta. Si suggerisce di eseguire la

pratica al momento del sorgere del sole, ideale per questa meditazione.

金

LA TIGRE BIANCA

È posta ad Ovest e rappresenta l'inizio del raccoglimento, l'autunno e il tramonto del giorno. Alla Tigre Bianca dominano il colore bianco e le panche in metallo.

ATTIVITÀ

Yoga: un antichissimo sistema di conoscenze, che mira all'unione di tutti i nostri corpi fisici e mentali, all'eliminazione dei condizionamenti e ad una maggiore consapevolezza dei nostri processi vitali, fisiologici e, più in generale, del nostro corpo in ogni sua parte.

Respirazione antistress: conoscere e controllare il respiro in ogni suo punto facilita l'eliminazione delle tossine; migliora la circolazione sanguigna e linfatica; libera da ansie e paure; rinforza il sistema immunitario; migliora la digestione e purifica. Si suggerisce di eseguire la pratica al momento del tramonto, ideale per questa meditazione.

水

LA TARTARUGA NERA

È posta a Nord, all'interno di una valle. È il luogo del raccoglimento profondo, del rapporto con se stessi; rappresenta l'inverno e la mezzanotte del giorno. Un incavo roccioso, un piccolo rivolo d'acqua e panchine di roccia viva la caratterizzano.

ATTIVITÀ

Qi Gong: disciplina cinese che nella sua semplicità insegna ad entrare in noi stessi chiudendo momentaneamente le porte al mondo esterno. Questo ci permette di imparare, attraverso il fisico, la mente e il respiro, a conoscerci realmente.

Camminata consapevole con tutto il corpo: riprogrammare l'intero corpo attraverso l'esperienza di camminare. L'incontro ha come obiettivo la percezione, comprensione ed esperienza dei principi corporei meno conosciuti ma fondamentali, che si attivano nella camminata naturale. Emergere in una forma fluida, radicata,

e priva di sforzo in un nuovo modo di camminare. Ogni singolo passo non è solo una scoperta del mondo esterno, ma anche di quello interno.

土

IL CENTRO

È la stazione posta al centro del giardino energetico terapeutico. Si trova su una collina ricca di fiori gialli, collega energeticamente tutte le altre aree ed offre un panorama indescrivibile.

ATTIVITÀ

Qi Gong dei sei suoni risananti: Liu Zi Jue "I Sei Suoni Risananti" è un'antica forma di Qi Gong, composta da esercizi lenti, ampi ed armoniosi eseguiti insieme a vocalizzazioni di sei suoni specifici durante l'espiazione. Postura e movimenti "risuonano" con la pronuncia delle sei sillabe, accrescendone l'efficacia. Conferisce energia e calma e contribuisce a curare alcune affezioni croniche.

Meditazione Zazen: per risvegliarsi alla Vera Vita e aiutarci a superare gli attaccamenti. Zazen, "seduti semplicemente" significa sedersi con semplicità, senza scopi, né aspettative, senza nulla volere e pensare. La difficoltà risiede proprio in questa parola: semplicemente. Zazen vuol dire abbandonare i saperi, entrare nella non-conoscenza, aderire a tutte le cose e non a una sola. La manifestazione di ciò che realmente siamo, la riscoperta di ciò che siamo sempre stati.

LEZIONI COLLETTIVE GRATUITE
SESSIONI PRIVATE (40 min.) € 110,00

PASSEGGIATA GUIDATA NEL GIARDINO ENERGETICO
TERAPEUTICO *Il Simbolo della Vita*
SESSIONI PRIVATE (90 min.) € 160,00
PER DUE PERSONE € 190,00

*Per orientarsi al meglio all'interno del giardino energetico e terapeutico, si consiglia di consultare la mappa dei percorsi benessere esterni, disponibile presso la Reception SPA.

PERCORSO RUNNING

Nel Ritmo dei Passi il Vento e la Collina

Lungo circa 2 km, si snoda fra le colline e il bosco con un dislivello complessivo di circa 150 metri. È particolarmente adatto agli amanti della corsa e

a coloro che desiderano iniziare le proprie attività con efficaci passeggiate.

PERCORSO VITA

La Forma e il Colore

Otto stazioni dove è possibile eseguire esercizi che migliorano la tonicità e l'elasticità muscolare.

NATURAL WELLNESS

I SENTIERI DEI CINQUE ELEMENTI

Cinque percorsi che combinano attività di movimento e di meditazione a massaggi dedicati alla costituzione energetica della persona, in simbiosi con la natura, le sue parti e le sue fasi.

IL DRAGO VERDE

Indicato per persone caratterizzate da impetuosità e nervosismo.

- 1 Stretching dei meridiani
- 1 Perception walking
- 1 Passeggiata guidata nel Giardino Energetico Terapeutico
- 1 Massaggio del Drago Verde: massaggio Signature Lefay SPA che tratta le linee energetiche della primavera o dell'alba (meridiani del fegato e della vescica biliare) e ha un effetto rilassante sulla muscolatura e su tutto l'organismo.

€ 320,00*

LA FENICE ROSSA

Indicato per persone caratterizzate da agitazione e ansia; espande i sensi, stimola la gioia e l'armonia con la natura.

- 1 Tai Qi
- 1 Meditazione "mindfulness"
- 1 Passeggiata guidata nel Giardino Energetico Terapeutico
- 1 Massaggio della Fenice Rossa: tratta le linee energetiche dell'estate o del mezzogiorno (meridiani del cuore e del ministro del cuore) ed ha un effetto rilassante, come la Fenice, che

rinasce dalle proprie ceneri con energia rinnovata. Permette una vita meno ansiogena e più equilibrata rispetto allo stato di "gioia patologica".

€ 320,00*

LA TIGRE BIANCA

Indicato per persone caratterizzate da debolezza, stanchezza e malinconia.

- 1 Yoga
- 1 Respirazione antistress
- 1 Passeggiata guidata nel Giardino Energetico Terapeutico
- 1 Massaggio della Tigre Bianca: tratta l'intero organismo riequilibrando le linee energetiche "che danno ordine al corpo". È connesso alla tristezza, determinata dal vuoto di Qi dell'organo polmone ed è volto ad arginare sentimenti quali la chiusura in sé stessi e la malinconia.

€ 320,00*

LA TARTARUGA NERA

Indicato per persone stressate.

- 1 Qi gong
- 1 Camminata consapevole con tutto il corpo
- 1 Passeggiata guidata nel Giardino Energetico Terapeutico
- 1 Massaggio della Tartaruga Nera: massaggio Signature Lefay SPA che nutre in profondità l'organismo riequilibrando le linee energetiche che "rinforzano l'armatura" del corpo. Ha scopo anti-aging, fornisce tono e vigore a quelle funzioni energetiche su cui si appoggia tutta la nostra vita.

€ 320,00*

IL CENTRO

Collega energeticamente tutte le fasi della persona.

- 1 Qi gong dei sei suoni risananti
- 1 Meditazione Zazen
- 1 Passeggiata guidata nel Giardino Energetico Terapeutico
- 1 Massaggio del Centro: massaggio Viso e Testa Signature Lefay SPA che si concentra sul centro dell'uomo, collocato su una linea che si chiama "La linea della luce" (Yang Ming), che corre proprio sul viso.

€ 320,00*



03.

FITNESS

Un centro fitness aperto 24h, che offre una palestra dotata di attrezzi Technogym e un'ampia sala inondata di luce naturale, entrambe affacciate direttamente sull'Infinity Pool e sul Lago di Garda. Sono disponibili corsi fitness di gruppo e attività di risveglio muscolare quali il Qi Gong, lo Stretching e il Body Tonic. I personal trainer Lefay SPA sono a disposizione anche con programmi specifici.

ATTIVITÀ DI MOVIMENTO

- Risveglio muscolare
- The Zuu Training
- Kettlebell
- Gag
- Flexi Bar
- Total Body Sculpt
- Total Abdominal
- Fitball
- Bender Ball
- Power Pump
- Circuit training mirato al potenziamento muscolare
- Percorso fitness attrezzato *La Forma e il Colore*
- Percorso running di 2 km: *Nel Ritmo dei Passi il Vento e la Collina*
- RedCord
- Rebounding

LEZIONI COLLETTIVE GRATUITE
SESSIONI PRIVATE (40 min.) € 90,00*

PASSEGGIATA GUIDATA NEL GIARDINO ENERGETICO
TERAPEUTICO

Il Simbolo della Vita

SESSIONI PRIVATE (90 min.) € 160,00
PER DUE PERSONE € 190,00

FIT & FACE

Ginnastica facciale per allenare i muscoli del viso e conquistare un aspetto più tonico e giovane.

(60 min.) € 90,00

PERSONAL TRAINER

SESSIONI PRIVATE
durata 40 min. € 90,00*
durata 50 min. € 100,00*

ATTIVITÀ IN ACQUA

- Acqua Gym
- Water Lefay

LEZIONI COLLETTIVE GRATUITE
SESSIONI PRIVATE (40 min.) € 90,00*

RIEQUILIBRIO POSTURALE

- Pilates
- Stretching
- Ginnastica Posturale

LEZIONI COLLETTIVE GRATUITE
SESSIONI PRIVATE (50 min.) € 100,00*

ATTIVITÀ DI RESPIRAZIONE

- Stretching dei meridiani
- Qi Gong
- Tai Qi
- Yoga
- Meditazione

LEZIONI COLLETTIVE GRATUITE
SESSIONI PRIVATE (40 min.) € 90,00*

*I prezzi possono variare in base alle richieste individuali





PROGRAMMI SALUTE LEFAY SPA METHOD

Il Comitato Scientifico Lefay SPA ha creato un metodo che fonde i principi della Medicina Classica Cinese con la ricerca scientifica occidentale e ha come obiettivo il “benessere globale” dell’individuo e la Sua salute.

La Medicina Classica Cinese è una tra le scienze diagnostiche e terapeutiche più antiche al mondo. Considera l’uomo come inscindibile complesso di materia, energia e spirito in continua evoluzione occupandosi, fin dalle sue origini, di quel fenomeno che è definito stress e che rappresenta una delle maggiori cause di disagi e malattie. Dal mondo occidentale Lefay SPA Method utilizza i risultati della ricerca scientifica, usufruendo delle conoscenze che quest’ultima ci propone riguardo il processo di invecchiamento, lo stress, la postura, la nutrizione e l’aspetto emozionale. Questa unione, studiata e verificata, è la base di Lefay SPA Method e delle innovative proposte che lo compongono.

01.

PROGRAMMI SALUTE I FLUSSI DELL'ENERGIA

Lefay SPA offre ai propri Ospiti gli innovativi programmi *I Flussi dell'Energia*, personalizzati secondo le singole necessità per raggiungere un completo benessere psicofisico e perseguire diversi obiettivi: dimagrimento, alleviamento dello stress, recupero della forma fisica, cura dell'insonnia, riduzione dei segni del tempo e depurazione dell'organismo.

VISITA ENERGETICA INIZIALE

Costituisce la prima tappa di ogni programma salute. Attraverso un percorso di indagine si stabilisce lo stato energetico della persona, la tipologia e la personalizzazione del programma.

TRATTAMENTI ENERGETICI

I trattamenti energetici (tuina, massaggi, riflessologie plantari, agopunture, ecc.) mirano alla riattivazione o riequilibrio dell'energia di mente e corpo e sono personalizzati in funzione dello stato psicofisico individuale. Sono stati studiati associando i principi della Medicina Classica Cinese alle tecniche occidentali, unendo così alle tradizionali tecniche di massaggio, la stimolazione di "punti e meridiani" che attivano la funzione "energetica" assicurando profondità e durata nel trattamento. Questo metodo rinforza il risultato di un tradizionale massaggio in quanto, oltre all'efficacia della tecnica, viene trasmesso all'organismo anche un "messaggio energetico" che il corpo ricorderà e rielaborerà nel tempo.

MOXIBUSTIONE

La moxibustione è una pratica terapeutica della Medicina Cinese che consiste nel riscaldamento di aree cutanee sovrastanti i punti dell'agopuntura e ha lo scopo di potenziare i risultati di un trattamento o di un massaggio energetico. Il suo nome deriva da "Moe Kusa" che in giapponese significa "erba che brucia".

IDRO-AROMATERAPIE ENERGETICHE

Trattamenti d'idromassaggio con l'aggiunta di oli essenziali indicati durante il colloquio energetico. I getti d'acqua indirizzati sui meridiani migliorano la circolazione e restituiscono energia e vitalità.



ATTIVITÀ DI RIEQUILIBRIO FISICO-ENERGETICO

Le attività di riequilibrio fisico-energetico Qi Gong e Stretching dei Meridiani costituiscono parte integrante dei programmi Lefay SPA Method e sono tecniche che rispecchiano una filosofia millenaria. I loro movimenti dolci e fluenti regolarizzano lo status energetico, tonificano il corpo e rilassano la mente.

FITOTERAPIA PERSONALIZZATA

Lefay SPA Method utilizza all'interno dei propri programmi la più antica forma di fitoterapia: la tisana. Durante il colloquio iniziale e in base alla costituzione energetica dell'Ospite viene prescritta la tisana più indicata secondo la sindrome energetica della persona, da assumere durante e dopo il soggiorno.

PERCORSO DIETETICO

Menù Lefay SPA

La dieta svolge un ruolo fondamentale nella medicina preventiva e proprio per questo viene inserita all'interno dei programmi Lefay SPA Method. Il Menù Lefay SPA è un approccio dietetico detossinante e lievemente ipocalorico che mira ad assicurare il rifornimento energetico attraverso alimenti selezionati per la loro qualità e trattati con metodi di cottura che non sollecitano in modo eccessivo l'apparato digerente. L'obiettivo finale è quello di aiutare a modificare le abitudini alimentari attraverso un'educazione sulle caratteristiche nutrizionali dei vari alimenti e dei processi psicologici che determinano l'atteggiamento verso il cibo.

COLLOQUIO FINALE

Alla fine di ogni programma viene consegnata una scheda finale contenente preziosi consigli di mantenimento e suggerimenti, come ad esempio la dieta e la fitoterapia personalizzata, per poter mantenere i benefici ottenuti anche a casa.

02.

PROGRAMMI SALUTE GENERALI

I ritmi frenetici della vita quotidiana mettono a dura prova l'organismo, provocando disturbi cardiaci, stress, ansia e depressione. I programmi generali Lefay SPA Method sono mirati al completo riequilibrio e ringiovanimento di corpo, anima e spirito attraverso il recupero dell'energia vitale e la riscoperta di uno stile di vita sano e consapevole. I trattamenti dei programmi salute generali vengono personalizzati durante la visita energetica iniziale.

PROGRAMMA SALUTE INTEGRAL

a partire da 5 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colloquio medico intermedio
- Colazione, pranzo e cena con Menù Lefay SPA (per 5 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 scrub energetico corpo
- 1 massaggio energetico corpo Lefay SPA personalizzato
- 2 tuina dei sette sentimenti (5 organi energetici)
- 2 riflessologie plantari energetiche specifiche Lefay SPA
- 2 trattamenti di moxibustione
- 1 massaggio energetico viso Lefay SPA *Derma di Luce*
- 2 idro-aromaterapie energetiche con oli essenziali
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 3 attività di riequilibrio fisico energetico (Qi Gong, Stretching dei Meridiani)
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli di mantenimento.

€ 1.990,00 (soggiorno escluso)

PROGRAMMA SALUTE ESSENCE

a partire da 4 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colazione, pranzo e cena con Menù Lefay SPA (per 4 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 scrub energetico corpo
- 1 tuina dei sette sentimenti (5 organi energetici)
- 1 massaggio energetico corpo Lefay SPA personalizzato
- 1 riflessologia plantare energetica specifica Lefay SPA
- 1 massaggio energetico viso Lefay SPA *Derma di Luce*
- 1 idro-aromaterapia energetica con oli essenziali
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 2 attività di riequilibrio fisico-energetico (Qi Gong, Stretching dei Meridiani)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli di mantenimento.

€ 1.290,00 (soggiorno escluso)

PROGRAMMA SALUTE DISCOVERY

a partire da 3 notti

- Visita energetica iniziale
- Colazione, pranzo e cena con Menù Lefay SPA (per 3 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 massaggio energetico viso Lefay SPA *Derma di Luce*
- 1 massaggio energetico corpo Lefay SPA personalizzato
- 1 idro-aromaterapia energetica con oli essenziali
- 1 attività di riequilibrio fisico energetico (Stretching dei Meridiani)
- Accesso al Mondo Lefay SPA

€ 690,00 (soggiorno escluso)

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.

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

- 1 trattamento di moxibustione
- 2 tuina specifici antistress *L'Essenza*
- 2 massaggi energetici antistress corpo Lefay SPA *La Quiete*
- 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 sovrappeso rappresenta uno dei rischi maggiori per la salute e non esistono soluzioni “magiche” per dimagrire. Gli studi effettuati, infatti, dimostrano che solo una piccola percentuale di programmi dimagranti ispirati ai modelli di “costrizione” e “privazione” risulta efficace nella perdita di peso duratura oltre che essere peggiorativi dello stato della salute stessa. La filosofia Lefay SPA Method sottolinea l'importanza della “consapevolezza” nell'alimentazione e più in generale nello stile di vita, di conseguenza, mira ad una modifica delle abitudini alimentari nell'ambito di una vita normale. Il programma prevede una consulenza nutrizionale con la prescrizione di una dieta “sostenibile” e personalizzata, trattamenti drenanti e detossinanti e attività di riequilibrio fisico-energetico con lo scopo di ripristinare il libero fluire dell'energia del corpo e di recuperare il peso ottimale. Un percorso che inizia durante il soggiorno e proseguirà a casa.

CONTROLLO DEL PESO

Armonia del Corpo a partire da 5 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colloquio medico intermedio
- Check up Intolleranze Alimentari (Test ImuPro)*
- Consulenza nutrizionale con prescrizione della dieta specifica
- Colazione, pranzo e cena con menù dietetico personalizzato (per 5 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 scrub energetico corpo
- 1 massaggio energetico corpo Lefay SPA drenante o anticellulite
- 2 tuina dimagranti *L'Armonia*
- 1 fito - impacco con fango aromatico specifico Lefay SPA
- 2 trattamenti di moxibustione
- 2 agopunture specifiche

- 1 riflessologia plantare energetica Lefay SPA
- 1 lezione personalizzata con personal trainer 30 min.
- 1 idro-aromaterapia energetica con oli essenziali
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 2 attività di riequilibrio fisico energetico (Stretching dei Meridiani)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli di mantenimento

€ 2.290,00 (soggiorno escluso)

*consigliato, a pagamento

CONTROLLO DEL PESO INTENSIVE

Armonia del Corpo a partire da 10 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colloquio medico intermedio
- Check up Intolleranze Alimentari (Test ImuPro)*
- Consulenza nutrizionale con prescrizione della dieta specifica
- Colazione, pranzo e cena con menù dietetico personalizzato (per 10 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 scrub energetico corpo
- 1 massaggio energetico corpo Lefay SPA drenante o anticellulite
- 1 massaggio energetico corpo detossinante Lefay SPA *La Luce oltre la Nebbia* (corpo-viso con coppettazione)
- 2 tuina dimagranti *L'Armonia*
- 3 fito-impacchi con fango aromatico specifico Lefay SPA
- 2 trattamenti di moxibustione
- 2 agopunture specifiche
- 2 riflessologie plantari energetiche Lefay SPA
- 3 lezioni personalizzate con personal trainer (30 min.)
- 2 idro-aromaterapie energetiche con oli essenziali
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 2 attività di riequilibrio fisico energetico (Stretching dei Meridiani)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli di mantenimento

€ 3.290,00 (soggiorno escluso)

*consigliato, a pagamento

La luminosità dello spirito (shen) si manifesta in particolar modo sulla pelle. Questo programma è dedicato a coloro che vogliono prevenire e ridurre le cause dell'invecchiamento precoce o per chi desidera curare l' "anima" per migliorare il proprio aspetto fisico. È un programma di bellezza basato su una concezione completamente olistica dove il riequilibrio del sistema nervoso, il nutrimento dell'anima e il profondo rilassamento sono in grado di donare nuova luminosità alla pelle, distendere le rughe e rendere il corpo più tonico.

BELLEZZA DI ANIMA E CORPO

Luminosità dello Spirito a partire da 5 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colloquio medico intermedio
- Check up Anti-aging (stress ossidativo)*
- Colazione, pranzo e cena con Menù Lefay SPA (per 5 giorni)
- Consulenza estetica
- Fitoterapia personalizzata
- 1 Pulizia del viso *Unico Cielo Short*
- 1 massaggio energetico viso Lefay SPA *Derma di Luce*
- 1 aculifting viso con massaggio *Gua Sha Farfalla di Seta*
- 1 scrub energetico corpo
- 1 massaggio energetico corpo revitalizzante e anti-ageing Lefay SPA *Alta Marea*
- 2 tuina specifici
- 1 trattamento di moxibustione
- 1 riflessologia plantare energetica Lefay SPA
- 1 idro-aromaterapia energetica con oli essenziali
- 1 fito-impacco con fango aromatico specifico Lefay SPA
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*
- 1 attività Fit & Face
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 2 attività di riequilibrio fisico energetico (Qi Gong)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli di mantenimento

€ 2.290,00 (soggiorno escluso)

*consigliato, a pagamento

Secondo la Medicina Classica Cinese l'insonnia è la manifestazione di uno squilibrio energetico dovuto a diverse cause di natura fisica (come le alterazioni ormonali, digestive o l'iperattività fisica) e mentale (come lo stress e l'iperattività intellettuale). I trattamenti di questo programma stimolano le linee energetiche e i punti di agopuntura specifici favorendo il sonno.

SONNO

Sogni d'Oro a partire da 5 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colloquio medico intermedio
- Colazione, pranzo e cena con Menù Lefay SPA (per 5 giorni)
- Check up Insonnia (Hormonal Profile Buonanotte)*
- Fitoterapia personalizzata
- 1 massaggio energetico viso Lefay SPA *Derma di Luce*
- 2 massaggi energetici Lefay SPA *L'Abbraccio di Morfeo*
- 2 tuina energetici corpo *I Colori dell'Uomo*
- 2 agopunture specifiche
- 2 riflessologie plantari energetiche Lefay SPA
- 3 trattamenti di moxibustione
- 1 idro-aromaterapia energetica con oli essenziali
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 3 attività di riequilibrio fisico energetico (Qi Gong)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli personalizzati di mantenimento

€ 2.290,00 (soggiorno escluso)

*consigliato, a pagamento

L'energia che ci difende dal mondo esterno, dalle tensioni e dallo stress, passa attraverso i muscoli. Una postura corretta aiuta il corpo a contrastare l'effetto di gravità e permette di tenere una posizione eretta, equilibrando i movimenti ed esprimendo la personalità di ciascuno. I diversi trattamenti e le attività sportive e fisico energetiche di questo programma sono finalizzati a rilassare i muscoli in tensione, rivitalizzare e tonificare quelli atonici, correggere le alterazioni della postura e riportare il corpo al benessere globale, con risultati di miglioramento anche dal punto di vista estetico.

SPORTIVO

Leggerezza e Plasticità a partire da 5 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colazione, pranzo e cena con Menù Lefay SPA (per 5 giorni)
- Consulenza osteo - chinesiológica
- Fitoterapia personalizzata
- 2 massaggi energetici corpo decontratturanti Lefay SPA *La Brezza accanto al Confine*
- 2 tuina posturali *La Cima della Montagna*
- 1 trattamento di moxibustione
- 2 riflessologie plantari energetiche Lefay SPA
- 2 trattamenti cranio sacrali osteopatici
- 2 lago salino *La Luna nel Lago*
- 4 sedute con personal trainer (30 min.)
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 2 attività di riequilibrio fisico energetico (Stretching dei Meridiani)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli di mantenimento

€ 2.290,00 (soggiorno escluso)

Qualsiasi attività fisica o mentale produce nel corpo degli scarti finali: la permanenza prolungata di queste sostanze nell'organismo è tossica. In condizioni di stress prolungato, di cattiva alimentazione o di un consumo frequente di alcol e fumo, si crea uno sbilanciamento tra la produzione di tossine e la capacità disintossicante dell'organismo. Il risultato è un accumulo tossinico che acidifica progressivamente l'organismo, invecchiandolo prematuramente. Questo programma è ideale per rimuovere le tossine accumulate durante i periodi di stress e ristabilire una migliore funzionalità degli organi preposti alla loro eliminazione, retrodatando la nostra età biologica e aiutando l'organismo a smaltire gli accumuli tossici.

DETOX

Purezza ed Equilibrio a partire da 5 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colloquio medico intermedio
- Check up Intolleranze Alimentari (Test ImuPro)*
- Consulenza nutrizionale con prescrizione della dieta specifica
- Colazione, pranzo e cena con menù dietetico personalizzato (per 5 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 scrub energetico corpo

- 1 rituale viso *Unico Cielo*
- 1 riflessologia plantare energetica Lefay SPA
- 2 fito-impacchi con fango aromatico specifico Lefay SPA
- 1 tuina specifico
- 1 trattamento di moxibustione
- 1 massaggio energetico detossinante Lefay SPA *La Luce oltre la Nebbia* con coppettazione
- 1 massaggio energetico drenante Lefay SPA *Rugiada del Mattino*
- 1 idro-aromaterapia energetica con oli essenziali
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 2 attività di riequilibrio fisico energetico (Stretching dei Meridiani)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli di mantenimento

€ 2.290,00 (soggiorno escluso)

*consigliato, a pagamento

DETOX INTENSIVE

Purezza ed Equilibrio a partire da 10 notti

- Introduzione al programma
- Visita energetica iniziale
- Colloquio medico intermedio
- Check up Intolleranze Alimentari (Test ImuPro)*
- Consulenza nutrizionale con prescrizione della dieta specifica
- Colazione, pranzo e cena con menù dietetico personalizzato (per 10 giorni)
- Fitoterapia personalizzata
- 1 scrub energetico corpo
- 1 rituale viso *Unico Cielo*
- 1 riflessologia plantare energetica Lefay SPA
- 3 fito-impacchi con fango aromatico specifico Lefay SPA
- 3 idro-aromaterapie energetiche con oli essenziali
- 2 tuina specifici
- 1 agopuntura
- 3 trattamenti di moxibustione
- 1 massaggio energetico detossinante Lefay SPA *La Luce oltre la Nebbia* con coppettazione
- 2 massaggi energetici drenanti Lefay SPA *Rugiada del Mattino*
- 2 lago salino *La Luna nel Lago*
- 1 passeggiata guidata nel giardino energetico-terapeutico
- 3 attività di riequilibrio fisico energetico (Stretching dei Meridiani)
- Accesso al Mondo Lefay SPA
- Colloquio finale con consigli personalizzati di mantenimento

€ 3.290,00 (soggiorno escluso)

*consigliato, a pagamento



TRATTAMENTI LEFAY SPA

I trattamenti Lefay SPA sono stati creati associando le tradizionali tecniche di massaggio alla stimolazione di punti e meridiani energetici e sono personalizzati in funzione dello stato psicofisico individuale, per un risultato profondo e duraturo nel tempo. L'offerta Signature comprende: massaggi energetici, rituali di estetica energetica viso e corpo e la speciale sezione "I Profumi del Lago".

01.

MASSAGGI ENERGETICI CORPO - VISO

I massaggi Lefay SPA mirano alla riattivazione o riequilibrio dell'energia di mente e corpo e sono personalizzati in funzione dello stato psico-fisico individuale. Sono stati studiati associando i principi della Medicina Classica Cinese alle tecniche occidentali, unendo così alle tradizionali tecniche di massaggio, la stimolazione di "punti e meridiani" che attivano la funzione "energetica" assicurando profondità e durata nel trattamento. Questo metodo rinforza il risultato di un tradizionale massaggio in quanto, oltre all'efficacia della tecnica, viene trasmesso all'organismo anche un "messaggio energetico" che il corpo ricorderà e rielaborerà nel tempo. Tutti i massaggi sono effettuati con prodotti naturali certificati e accompagnati da un'aromaterapia a base di oli essenziali.

MASSAGGI CORPO



RILASSANTE

Scambio nel Vento

Buona parte delle tensioni quotidiane si stratificano su diverse zone del corpo, in particolare testa, collo e spalle. Questo massaggio esercita tecniche occidentali, tra cui l'impastamento e le frizioni, sui punti energetici dell'organismo. Lento e di media pressione, agisce sulle tensioni muscolari e la stimolazione di punti energetici permettendo di rilassare tutto l'organismo.

€ 115,00 (50 min.)



ANTISTRESS

La Quietè

Il massaggio energetico antistress è eseguito con manovre occidentali su funzioni energetiche. Porta ad un profondo rilassamento e aiuta la nostra energia vitale a riparsi dallo stato di stress a cui è sottoposta. Con manualità lente, di media pressione e avvolgenti, vengono stimolati alcuni punti energetici che hanno la proprietà specifica e intrinseca di attenuare la tensione muscolare e, più in generale, di rilassare spirito, mente e corpo. Altri punti energetici, invece, vengono attivati per nutrire in profondità tutto l'organismo, svuotandolo dallo stato di stress. La quiete sarà la sensazione predominante di rilassamento, pace dei sensi e cambiamento che il corpo rinnovato sarà in grado di percepire.

€ 145,00 (65 min. + 5 di relax)



DETOSSINANTE

La Luce oltre la Nebbia

Secondo la Medicina Classica Cinese e la Naturopatia, prima di qualsiasi trattamento è necessario eliminare le tossine accumulate. Questo massaggio dinamico e intenso lavora su meridiani e su punti specifici, che favoriscono la depurazione di mente e corpo, preparando l'organismo ai trattamenti successivi.

€ 115,00 (solo corpo, 50 min.)

€ 145,00 (corpo-viso con coppettazione, 75 min.)



DECONTRATTURANTE

La Brezza accanto al Confine

Grazie alla stimolazione di punti energetici, svolge un'azione specifica sulla muscolatura contratta (soprattutto schiena e gambe). Le manualità dinamiche e profonde, di scuola occidentale, aiutano a sciogliere le zone muscolari ipertoniche.

€ 115,00 (50 min.)



ANTICELLULITE

Respiro Alchemico

Una perfetta fusione di tecniche occidentali che agisce sulla funzione energetica e sull'inestetismo, permettendo di "trasformare" in profondità la "forma dell'individuo". Il massaggio dinamico di media intensità, unito alla stimolazione di punti precisi, mobilizza ed elimina il ristagno dei liquidi.

€ 115,00 (50 min.)



LINFODRENANTE

Rugiada del Mattino

Attiva la circolazione linfatica e favorisce l'eliminazione delle stasi linfatiche e degli eccessi idrici, attivando alcuni punti che aumentano il drenaggio e ne intensificano la durata. Massaggio che utilizza tecniche di linfodrenaggio francese.

€ 130,00 (65 min.)



RIVITALIZZANTE E ANTI AGEING

Alta Marea

Scopo di questo trattamento è nutrire in profondità l'organismo, inondandolo con un mare di vitalità (da qui il nome). I punti trattati offrono all'organismo le energie necessarie al suo ottimale funzionamento. Questo massaggio eseguito con tecniche occidentali quali sfioramenti, avvolgimenti e frizioni, risulta essere particolarmente piacevole e rilassante.

€ 115,00 (50 min.)



RILASSANTE A 4 MANI

Il Volo della Farfalla

La piacevole sensazione di leggerezza di quattro mani che si muovono sul corpo simultaneamente. Questo trattamento risveglia la parte più istintiva della persona grazie alla stimolazione mirata di specifici punti energetici. È particolarmente indicato per persone che conducono lavori stressanti e che

necessitano di liberare le proprie emozioni.

€ 200,00 (50 min.)



EMOZIONALE

Il Volo dell'Angelo

Primo esempio di trattamento visualizzato in cui si stimolano i diversi sensi dell'uomo: il tatto, l'olfatto, l'udito e la vista, ma soprattutto il sesto senso chiamato anche feeling o emozione. Quest'ultimo viene attivato grazie alla musica e ad una voce narrante che, durante tutto il massaggio, racconta il viaggio di un angelo tra il Cielo, la Terra ed il Mare: simboli di un percorso all'interno dell'uomo. Abili manualità perfettamente sincronizzate con le parole daranno vita ad un viaggio all'interno di sé. Esperienza intensa, adatta a persone dotate di grande sensibilità, favorisce l'ascolto interiore.

€ 140,00 (45 min. + 10 di relax)



TUINA RIEQUILIBRANTI CON MOXIBUSTIONE

I Colori dell'Uomo

Secondo la Medicina Classica Cinese il benessere corrisponde all'equilibrio interiore di due forze fondamentali: lo Yin e lo Yang. Questi termini intraducibili rappresentano due forze opposte e complementari presenti sia nella natura sia nell'uomo. A seconda della costituzione energetica questi massaggi ripristinano l'equilibrio tra Yin e Yang, determinando il benessere del corpo nella sua globalità.

Il Bianco: regola il disordine nello stile di vita. Massaggio con tecnica ritmata e riattivante.

Il Nero: regola la forza ed il livello di stress corporeo. Massaggio intenso e deciso.

Il Rosso: regola il sangue energetico, cioè la capacità di volersi bene e di allearsi con se stessi. Massaggio profondo ed avvolgente.

L'Azzurro: regola l'energia del corpo e contrasta la stanchezza. Massaggio dinamico, riequilibrante e tonificante.

Il Giallo: regola l'ansia e la tristezza, ovvero il centro dell'individuo. Massaggio avvolgente effettuato con tecniche che riportano l'energia all'interno.

Il Verde: regola la digestione e la rimuginazione mentale. Massaggio dinamico e stimolante.

€ 135,00 (50 min.+ 10 di moxibustione)



European Health & SPA Award 2019:
"Miglior Trattamento Signature"

MASSAGGI CORPO E TESTA



RILASSANTE CORPO DEL CRANIO
E DELLA CERVICALE
Massaggio Dell'Imperatore

Trattamento globale testa e corpo finalizzato a rivitalizzare l'individuo seguendo il flusso dell'energia interna. La stimolazione di zone specifiche del corpo, l'azione sui punti energetici della schiena e del cranio associate a manualità particolari di media pressione, sciolgono ogni tensione e portano ad un riequilibrio profondo dell'organismo.

€ 155,00 (80 min.)



PER L'INSONNIA
L'Abbraccio di Morfeo

In Medicina Classica Cinese l'insonnia rappresenta uno squilibrio energetico concentrato nella testa e causato da diversi fattori quali l'eccesso di preoccupazione, lo stress, l'età, traumatismi fisici e psicologici ecc. *L'Abbraccio di Morfeo* è un massaggio avvolgente che ha lo scopo di trattare il sintomo dell'insonnia e di riequilibrare i diversi meccanismi energetici che la determinano.

€ 140,00 (60 min.+ 10 di relax)



PER RIEQUILIBRARE YIN E YANG
Massaggio di Giada

Nella cultura cinese la giada è considerata la pietra più importante e preziosa, è la pietra dell'imperatore per la sua duplice proprietà purificatrice e curativa. Il *Massaggio di Giada* è in sintonia con le caratteristiche di questa pietra, in quanto contraddistinto da una manualità leggera e delicata in cui i movimenti delle mani e quelli eseguiti con il *Gua Sha*, antica pratica della Medicina Cinese, si alternano in perfetta sinergia seguendo le direzioni Yin e Yang dei meridiani energetici dell'agopuntura. Un massaggio con caratteristiche di leggerezza e delicatezza negli strati più superficiali della cute e dei muscoli e, nel contempo, un trattamento la cui efficacia si trasmette intensamente negli strati più profondi del corpo nei giorni successivi. L'olio essenziale utilizzato è la rosa, il fiore che per tradizione è associato alla totalità e alla nobiltà.

€ 145,00 (75 min.)

MASSAGGI VISO E TESTA



ANTI-AGEING ILLUMINANTE
Derma di Luce

Massaggio volto ad illuminare la pelle e distendere la muscolatura del viso. Inizia con l'applicazione di oli essenziali sulla punta delle dita dove partono le linee energetiche che agiscono sulla muscolatura della testa e del viso. Al classico massaggio drenante si unisce la stimolazione di alcuni punti energetici posti sulla testa per un'azione profondamente rilassante.

€ 115,00 (50 min.)



European Health & SPA Award 2011: Finalista
"Miglior Trattamento Viso"

02.

RITUALI DI ESTETICA ENERGETICA CORPO – VISO

Eseguiti con i prodotti della linea cosmetica dermatologica naturale Lefay SPA “Tra Suoni e Colori”, assumono la caratteristica energetica poiché prevedono un massaggio volto alla stimolazione di punti e meridiani specifici in grado di trattare l'inestetismo cutaneo presentato. Per i trattamenti viso viene applicata la maschera energetica *Il Fremito d'Ali*, ottenuta da piante medicinali specifiche; per i trattamenti corpo un impacco con i fanghi aromatici Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*.

RITUALI CORPO

PURIFICANTE

Ricordo

Il rituale inizia con un peeling purificante effettuato con lo scrub *Ricordo*: le Microsfere di Nocciolo esfoliano la pelle, mentre gli estratti di Lavanda e Bardana la purificano, liberandola dalle impurità. Segue l'impacco con il fango aromatico detossinante. Infine, si esegue un massaggio rilassante che stimola i punti energetici e svolge un'azione detossinante sulla pelle.

€ 150,00 (90 min.)

SCRUB CORPO ENERGETICO ALLA CRUSCA E OLIO D'OLIVA CON SPAZZOLATURA

Prima di Vera

Un trattamento di preparazione completo che unisce l'effetto detossinante e rigenerante del

peeling alla Crusca e all'Olio d'Oliva, con l'azione “energetica” della spazzolatura che, eseguita lungo meridiani e su punti di agopuntura specifici, permette all'energia vitale di scorrere fluida attraverso tutto il corpo. La qualità della pelle migliora immediatamente tornando rosea, tonica e vitale.

€ 100,00 (60 min.)

AVVOLGIMENTI CON I FANGHI AROMATICI LEFAY SPA

Il Potere del Cielo e della Terra

In questi rituali la magia celeste delle essenze si sposa con il profumo e la forza terrestre dei fanghi realizzati con argille ricche di Solfati e Morillonite. La stimolazione dei punti energetici del viso lungo i meridiani della Medicina Cinese, muove l'energia che inizia a circolare libera, disintossicando e rigenerando l'organismo attraverso gli organi preposti. L'azione osmotica dei fanghi abbinata al massaggio finale effettuato con i prodotti specifici della linea corpo Lefay SPA aiuta l'eliminazione delle tossine e la rigenerazione dei tessuti.

AVVOLGIMENTO TONIFICANTE *Incanto*

€ 110,00 (60 min.)

AVVOLGIMENTO MODELLANTE *Carezza*

€ 110,00 (60 min.)

AVVOLGIMENTO DRENANTE *Torrente di colori*

€ 110,00 (60 min.)

IDRATANTE

Luce

Una delicata esfoliazione iniziale con lo scrub all'Olio d'Oliva e sali termali Lefay SPA e un impacco a base di Olio Extravergine d'Oliva Lefay idratano e rigenerano la pelle. Seguono un massaggio con digitopressione sul viso e sui punti di rilassamento per disintossicare la testa e liberare la mente e una spugnatura con panni caldi. Infine un breve massaggio rilassante con l'emulsione idratante *Luce* ricca di proteine di Soia, Altea e Malva ripristina la corretta idratazione della pelle, che appare più morbida e straordinariamente idratata.

€ 150,00 (90 min.)

MODELLANTE**Abbraccio**

L'azione esfoliante dello scrub all'Olio d'Oliva e sali termali Lefay SPA prepara la pelle all'impacco con fango aromatico modellante. Durante la posa, la stimolazione dei punti energetici del viso riattiva la circolazione sanguigna e migliora il trasporto di ossigeno ed energia ai tessuti. Per finire, un massaggio con coppettazione sui canali energetici snellenti con l'emulsione modellante termoattiva *Abbraccio* a base di Edera, Alghe Rosse ed estratto di Castagna, che affinano la silhouette con un effetto snellente e rigenerante sul corpo.

€ 150,00 (90 min.)

TONIFICANTE**Gioia di Vivere**

Il rituale inizia con una delicata esfoliazione con lo scrub all'Olio d'Oliva e sali termali Lefay SPA, seguita dall'impacco con fango aromatico specifico e un massaggio tonificante e rassodante effettuato con l'emulsione *Gioia di Vivere* ricca di Olio d'Oliva e Ribes, che stimolano la produzione di collagene ed elastina. Immediatamente la pelle acquista compattezza e vitalità.

€ 150,00 (90 min.)

RITUALI VISO

PULIZIA DEL VISO**Unico Cielo**

Liberare i pori ed eliminare le impurità vuol dire far respirare la pelle, stimolare il ricambio cellulare, renderla più fresca, luminosa e levigata. La pulizia del viso *Unico Cielo* è ideale per preparare la pelle ai rituali successivi. Le Microsfere di Nocciolo esfoliano la pelle; gli estratti di Bardana e Lavanda la purificano, mentre il prezioso Olio d'Oliva nutre in profondità. Le cellule vengono rinnovate e la pelle avverte un'immediata sensazione di benessere, assumendo un aspetto rivitalizzato.

€ 140,00 (75 min.)

PULIZIA DEL VISO**Unico Cielo Short**

Pulizia viso adatta a chi non necessita di un trattamento completo o per chi ha poco tempo a disposizione.

€ 80,00 (45 min.)

PULIZIA DEL VISO***Purificante extra**

Ideale per le pelli particolarmente impure che necessitano di una profonda detossinazione o per coloro che non eseguono la pulizia del viso da tempo.

€ 25,00 (20 min.)

*Prenotabile solo in abbinamento ad un rituale viso.

PULIZIA DEL VISO**Unico Cielo under 18**

Trattamento per la pelle grassa, volto a combattere radicalmente gli eccessi di sebo e la conseguente formazione di impurità che spesso si trasforma in acne. Le proprietà sebo-regolatrici della Vitis Vinifera e della Bardana creano un effetto purificante e opacizzante che permette di affinare e purificare la grana della pelle.

€ 100,00 (60 min.)

IDRATANTE**Acqua Vitale**

Trattamento eseguito con un prezioso siero ricco di Vitamine E ed F e di sostanze idratanti, che donano alla pelle un profondo benessere. La ritualità del trattamento, il massaggio modellante viso e la digitopressione sui punti energetici riflessi permettono di abbandonarsi ad un completo rilassamento con il risultato di una pelle dall'aspetto più fresco, giovane e radioso.

€ 140,00 (75 min.)

PURIFICANTE**Rivivere**

La riattivazione dei tre meridiani fondamentali per la depurazione e la regolazione dell'interno con l'esterno del corpo e le proprietà purificanti e opacizzanti di Aloe e Bardana, in sinergia con l'azione sebo equilibrante della maschera, disintossicano a fondo la pelle, ridonandole luminosità e vigore e uniformando la carnagione.

€ 140,00 (75 min.)

LENITIVO

Colore

Trattamento indicato per pelli delicate e sensibili, ideale anche dopo l'esposizione al sole. Il viso ritrova equilibrio, idratazione ed elasticità grazie alla Calendula e al Pantenolo. La maschera ricca di Amamelide e Mucillagini di alghe reidrata la pelle in profondità. Il viso ritrova un innato splendore grazie alla sinergia tra il massaggio modellante viso e la stimolazione energetica dei punti riflessi, che apre lo sguardo e restituisce la magia di un viso luminoso.

€ 140,00 (75 min.)

PRIME RUGHE

Senza Tempo

Trattamento volto a prevenire l'invecchiamento prematuro della pelle, provocato dagli stress indotti dall'ambiente e dallo stile di vita. Le spugnature calde, unite alle manualità avvolgenti del massaggio modellante viso e alla digitopressione sui punti energetici, garantiscono alla Vitamina A di ristrutturare il derma e alle Gemme di Faggio di rigenerare la vitalità cellulare. L'Olio d'Oliva, gli estratti di Hibiscus mantengono l'idratazione e la morbidezza per una deliziosa nuova freschezza del viso.

€ 160,00 (75 min.)

Senza Tempo Uomo

Per gli uomini che desiderano ritrovare una pelle sana, riposata e pulita. Questo trattamento si compone di diverse fasi ed è effettuato con i prodotti della linea cosmetica Uomo Lefay SPA. La pulizia iniziale, il massaggio con la digitopressione energetica e la maschera finale a base di Trigliceridi e Idrossiacidi illuminanti e Vitamine, aiuta a prevenire l'invecchiamento prematuro della pelle, ridonandole vitalità e luminosità.

€ 130,00 (60 min.)

TRATTAMENTI ANTI-AGE

Nei processi di invecchiamento la pelle è la sede che risente maggiormente dei fattori genetici e ambientali, portando a cambiamenti morfologici espressi in rughe, discromie, rilassamenti e secchezza della pelle. Questi innovativi trattamenti sono effettuati con i prodotti della linea cosmetica Lefay SPA Anti-Age Tripla Azione, ad alta concentrazione di Acido Ialuronico, Vitamine rigeneranti, potenti Antiossidanti e preziosi principi attivi, che penetrano gli strati più profondi della pelle, modulano i processi ossidativi, sostengono i meccanismi naturali di difesa e proteggono il patrimonio genetico. L'utilizzo di questi cosmetici è abbinato a tecniche manuali di rassodamento e drenaggio e all'uso di apparecchiature che aiutano la tonificazione dei tessuti, come la coppettazione e il presso massaggio. Un'unione straordinariamente efficace, che ridona alla pelle tonicità, freschezza ed energia.

TRATTAMENTO VISO ANTI-AGE TRIPLA AZIONE

Il Cerchio della Luna

Trattamento dinamico e profondo che agisce come un vero e proprio lifting sulla tonicità muscolare, sui processi ossidativi e sui meccanismi naturali di difesa della pelle, proteggendo il patrimonio genetico. La sinergia tra l'utilizzo dei prodotti della linea Anti-Age Lefay SPA Tripla Azione che ristrutturano i danni causati dall'invecchiamento genetico e ambientale e la tecnica Vacuum abbinata al massaggio su viso, collo e décolleté, stimola il processo di rigenerazione e rassodamento dei tessuti. L'utilizzo di pietre laviche calde attiva l'azione della linea energetica dello Stomaco, che parte dal viso, restituendo luminosità alla pelle, come fosse lo specchio del corretto funzionamento dell'organismo. L'ovale del viso appare polposo, sodo e armonioso, avvolgendosi di una nuova luce.

€ 190,00 (80 min.)



European Health & Spa Award 2018:
"Miglior Trattamento Signature"

CONTORNO OCCHI

Aurora di Luce

Innovativo trattamento che unisce la stimolazione dei punti energetici all'applicazione del prezioso siero ricco di Acido Ialuronico e all'utilizzo dell'apparecchiatura *I Beauty*, che aiuta la penetrazione dei complessi vitaminici e dell'Hibiscus per distendere completamente le rughe d'espressione. La maschera contorno occhi Anti-age lenisce e decongiona la pelle, preparandola ad un massaggio drenante e dinamizzante effettuato con l'innovativo sistema elettronico Digital Eye Concept Massage. Il contorno occhi appare immediatamente nutrito e riacquista la sua originale freschezza.

€ 150,00 (50 min.)

RASSODANTE SENO E DECOLLETÉ

Riflessi di Onde

Grazie all'eccezionale effetto lifting dell'Hibiscus, abbinato all'azione di *I Beauty - Attivatore di giovinezza* che agisce sui punti di attacco dei muscoli del seno, questo rituale è ideale per ritrovare tonicità e turgore nelle zone di décolleté e seno, soprattutto dopo il periodo dell'allattamento.

€ 160,00 (60 min.)

03.

**I PROFUMI
DEL LAGO**

Tutto ciò che ci fa stare bene si trova nella natura attorno a noi. La cosmesi dermatologica Lefay SPA incontra i profumi e le essenze tipiche del territorio: l'Olio Extravergine d'Oliva, la Lavanda, gli Agrumi e l'Uva dei vigneti del Lago. Un viaggio sensoriale alla scoperta dei profumi del Lago.

**RITUALE "ODE AL VISO"
CON I PROFUMI DEL LAGO**
Il Tempo e l'Emozione

Come un'Ode al territorio, questo rituale è un'alchimia tra il lago e la vegetazione che lo circonda. Un viaggio sensoriale tra i profumi del luogo: piccoli pochon di Lavanda e Salvia regalano dolci sensazioni al viso, interamente rinnovato da uno scrub alla Menta che rigenera la pelle. Seguono una maschera all'essenza di Menta e un avvolgente massaggio alle gambe. Un finale di inebrianti profumi ed emozioni, che accompagnano anche poi.

€ 190,00 (1 ora, 40 min.)

**RITUALE CORPO PURIFICANTE E RIGENERANTE
CON PIETRE VULCANICHE**

La Vita nei Sensi

Un viaggio sensoriale che inizia con uno scrub alla Crusca e un impacco all'Olio d'Oliva Lefay per rigenerare, energizzare e donare morbidezza alla pelle del corpo. Segue un massaggio con l'utilizzo di pietre vulcaniche calde lungo le linee e i punti energetici del corpo dall'azione riequilibrante e rilassante. Le essenze di Limone, Rosa, Rosmarino,

Arancio e Lavanda avvolgono i sensi e il corpo, regalando serenità al cuore e alla mente.

€ 260,00 (2 ore, 30 min.)



European Health & SPA Award 2014:
"Miglior Trattamento SPA in Italia"

RITUALE RINASCITA PER MANI E PIEDI

Il Passo e la Carezza

Rituale dedicato alla cura delle mani e dei piedi, le due parti del corpo che da sempre rappresentano il nostro contatto con la madre terra, con le persone e le cose che ci circondano. Un piacevole pediluvio iniziale con piccole fette di Limone e sali profumati al Tè Verde, arricchito con essenza di Menta e accompagnato da una dolce digitopressione al viso e alla testa sulle note aromatiche e rilassanti della Lavanda.

Segue un'esfoliazione ai sali ed estratti di Lavanda. Per finire, un impacco idratante e un massaggio rilassante delle zone riflesse della mano e del piede con la preziosa crema profumata al Tè Verde e Vitamina E.

€ 170,00 (1 ora, 30 min.)



SCRUB CORPO AL SALE E CAPPERI CON IMPACCO ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA LEFAY

Massaggio-scrub eseguito con prodotti naturali del territorio come i capperi dalle proprietà antiossidanti, l'Olio Extravergine d'Oliva Lefay e l'aggiunta di sale. Questa sinergia di ingredienti viene dolcemente massaggiata sul corpo per un effetto levigante e nutriente: gli oligoelementi contenuti nel sale rigenerano il corpo mentre le proprietà emollienti dell'Olio, ricco di Polifenoli, ristrutturano la pelle.

€ 110,00 (50 min.)



MASSAGGIO LEFAY

Gocce di Lago

Massaggio aromatico rilassante che unisce l'effetto anti-ageing del prezioso Olio Extravergine d'Oliva Lefay, con gli aromi tipici del Lago di Garda come il Limone e la Lavanda.

€ 100,00 (50 min.)



MASSAGGIO ALLA TESTA

La Finestra del Cielo

Avvolgente massaggio con Olio Extravergine d'Oliva Lefay che attraverso la stimolazione di punti energetici scioglie la muscolatura di testa e collo, favorendo un profondo rilassamento. L'Olio d'Oliva nutre profondamente il capello, filo dell'anima, e lo rende sano e luminoso.

€ 75,00 (25 min.+ 5 min. relax)

TRATTAMENTO VISO DISTENSIVO E IDRATANTE ALLA LAVANDA

Azione modellante, tonificante e drenante sul viso, ottenuta attraverso manovre eseguite lungo tutti i muscoli facciali a cui si abbina l'azione emolliente e rassodante dell'Olio Extravergine d'Oliva ed essenze di Lavanda. Per finire si applica una maschera anti-ageing.

€ 95,00 (45 min.)



IDRO-AROMATERAPIA ALLA LAVANDA E LIMONE

I benefici dell'idroterapia e degli oli essenziali ricavati dalle piante di Lavanda e Limone del Lago favoriscono un particolare stato di relax, leggerezza e benessere. I diversi programmi di idromassaggio della vasca Florida permettono di agire su specifiche parti del corpo.

€ 50,00 (20 min.)



MEDICINA ESTETICA NON INVASIVA

LA NATURALE DIREZIONE DELLA BELLEZZA

Trattamenti effettuati con tecniche e strumenti progettati per migliorare gli inestetismi della pelle, senza l'utilizzo di terapie invasive. Un approccio al ringiovanimento che garantisce risultati nel tempo efficaci, sicuri e armonici.

Fanno parte di questa sezione gli innovativi trattamenti di medicina estetica energetica Lefay SPA, che si basano sull'utilizzo dell'agopuntura in chiave estetica.

01.

MEDICINA ESTETICA ENERGETICA: L'ESTETICA SECONDO LA MEDICINA CINESE.

La Medicina Estetica Cinese (Mei Rong) affonda le sue radici nel 475-221 a.C., all'epoca dei cosiddetti Regni Combattenti, che si contendevano la supremazia dell'Antica Cina. Si tratta di un momento storico in cui l'agopuntura estetica riservata alle sole concubine imperiali, era considerata preziosa per conservare una buona salute e rallentare il processo di invecchiamento. Nel Huang Di Nei Jing, il più importante testo di Medicina Classica Cinese risalente al I-II secolo a.C., sono documentati gli effetti prodotti dall'avanzamento dell'età sulla pelle e sul corpo. L'opera suggerisce l'agopuntura, la moxibustione, i massaggi e il Qi Gong come principali tecniche per rallentare i segni del tempo.

VISO



ACULIFTING E MASSAGGIO GUA SHA Farfalla di Seta

Occidente ed oriente si incontrano per una performance lifting non invasiva e non tossica. Il trattamento inizia con l'agopuntura volta a rallentare la formazione delle rughe e a stimolare i punti energetici del volto che rendono la pelle elastica, luminosa e morbida come la seta. Segue il massaggio *Gua Sha* viso ad effetto drenante e modellante che svuota gli accumuli linfatici, rimodellando viso e collo, donando nuova luce.

I risultati sono visibili dal primo trattamento.

€ 220,00 (80 min.)



European Health & SPA Award 2016:
"Miglior Trattamento Signature"

CORPO



ANTICELLULITE E ADIPOSITÀ (Agopuntura con elettrolipolisi e massaggio energetico del corpo.) Il Fluire del Ruscello

Innovativo trattamento olistico volto all'eliminazione degli inestetismi accumulati sulle cosce e sui glutei, che si sviluppa in tre fasi:

- Diagnosi Medica e prescrizione della fitoterapia personalizzata svolta secondo i principi della Medicina Classica Cinese per individuare le cause dell'inestetismo;
- Agopuntura per stimolare i punti connessi agli organi in squilibrio energetico. Gli aghi vengono applicati alle zone di maggior ritenzione idrica o cellulite e distribuiti lungo i canali di agopuntura. In seguito, si collegano agli aghi dei microelettrodi regolati da determinate frequenze e intensità elettriche che lavorano attraverso la lipolisi all'eliminazione degli accumuli adiposi;
- Massaggio ad azione drenante e anticellulite eseguito mediante il *Gua Sha*, tecnica cinese che stimola le zone dei canali e degli agopunti di accumulo, secondo tecniche manipolative specifiche.

€ 230,00 (90 min: 10 min. diagnosi medica - 30 min. elettro agopuntura - 50 min. massaggio).



European Health & SPA Award 2016:
"Miglior Trattamento Signature"

02.

TRATTAMENTI CORPO E VISO CON APPARECCHIATURE AD ALTA TECNOLOGIA

CORPO

SKINTONIC

Migliora la circolazione, ossigena e tonifica

Agisce efficacemente sulla cellulite tonica e sclerotizzata. Rimodellando e tonificando la silhouette, migliora la circolazione e l'ossigenazione dei tessuti. Abbina l'azione di aspirazione a quella del massaggio di drenaggio linfatico, aiutando a sgonfiare le gambe.

€ 100,00 (45 min.)

€ 250,00 ciclo di tre sedute

BIO THERMIC

Rassoda e tonifica

Questa sofisticata apparecchiatura emette onde di calore selettive che permettono di aumentare la produzione di collagene ed elastina nel derma con un notevole effetto rassodante e di riempimento. Stimola la microcircolazione, contrasta gli inestetismi della cellulite, rimodella le masse adipose. I trattamenti possono essere di 3 tipologie:

- Cosce, interno cosce e glutei
€ 130,00 (50 min.)
- Addome e fianchi
€ 130,00 (50 min.)
- Schiena decontratturante
€ 105,00 (40 min.)

VELASMOOTH PRO

Rimodella, riduce l'adipe localizzato e la cellulite

Un innovativo sistema che aumenta il metabolismo, la lipolisi e il drenaggio linfatico, riducendo le cellule adipose. Grazie alla rivoluzionaria tecnologia Elos che combina luce infrarossa, radiofrequenza, aspirazione e manipolazione, la produzione di collagene aumenta, la circonferenza dell'area trattata si riduce, per una silhouette totalmente rimodellata e rassodata.

€ 150,00 (50 min.)

€ 390,00 ciclo di 3 sedute

VISO

OSSIGENOTERAPIA

Intraceuticals

Rappresenta la nuova frontiera nel trattamento della pelle; si basa sul principio dell'ossigeno iperbarico topico associato a cosmetici di ultima generazione a base di Acido ialuronico, Antiossidanti, Tè Verde, Aloe Vera, Vitamine A, C, E. La tecnica è indolore, non ha controindicazioni ed i benefici sono visibili ed immediati poiché l'ossigeno iperbarico permette di veicolare i principi attivi negli strati cutanei più profondi.

Rejuvenate

Trattamento mirato alle linee sottili e rughe, migliora le piccole imperfezioni e l'idratazione generale.

€ 200,00 (60 min.)

€ 480,00 ciclo di 3 sedute

SKINTONIC

Ossigena, drena e tonifica

Grazie all'abbinamento di aspirazione, ossigenazione e massaggio tonificante e drenante sui muscoli e sulle rughe del viso e del collo, distende i contorni del viso creando un effetto lifting e rassodante.

€ 90,00 (45 min.)

BIOThERMIC LIFTING ANTI-AGING

Rassoda e tonifica

Questa sofisticata apparecchiatura emette onde di calore selettive che permettono di aumentare la produzione di collagene ed elastina nel derma con un notevole effetto di riempimento. Stimola la microcircolazione e produce un effetto lifting con riduzione delle rughe.

€ 110,00 (50 min.)

03.

ZO SKIN HEALTH RESTORATION BY DR. ZEIN OBAGI

I TRATTAMENTI DEL DR. ZEIN OBAGI PER LA SALUTE DELLA PELLE

I principi del programma di ripristino di una pelle sana del Dr. Obagi trovano attuazione soprattutto nelle pelli con problemi di invecchiamento cutaneo o con anomalie della trama cutanea, che soffrono di problematiche acneiche o causate da danni solari.

Il Dr. Zein Obagi è il direttore medico-scientifico di ZO Skin Health inc. ed è noto in tutto il mondo per aver ideato trattamenti, protocolli e prodotti scientificamente avanzati per la cura della pelle. La sua metodologia ha come obiettivo il ripristino di una pelle sana e la correzione dei principali inestetismi della pelle del viso. I prodotti ZO sono cosmeceutici di qualità ed efficacia farmacologica, utilizzano sofisticate nano tecnologie, sistemi di rilascio e principi attivi avanzati.

TRATTAMENTO ILLUMINANTE Per pelli mature con discromie cutanee

Le discromie cutanee sono alterazioni legate ad un accumulo del pigmento melanico, che danno origine alle antiestetiche macchie localizzate sul volto e sulle zone della cute più esposte. Questo trattamento illuminante migliora la pelle, conferendole un colorito raggianti ed una texture più uniforme, grazie agli acidi salicilico, lattico e citrico. Potenti Antiossidanti e Coenzimi inibiscono la produzione di melanina, stimolando la riproduzione di cellule sane.

€ 175,00 (65 min.)

TRATTAMENTO ULTRA IDRATANTE OSSENTIAL Per pelli secche e disidratate

Questo trattamento inizia con una detersione idratante e una micro esfoliazione che rimuove le impurità superficiali. Grazie agli estratti di Mora, alla Liquirizia e all'Uva Ursina con acido lattico e cogico, la pelle viene preparata per il peeling che migliora la luminosità, la purezza e la texture della pelle, alleviando le rughe. Ideale per pelli secche e mature, in cui l'avanzamento dell'età insieme a fattori quali circostanze ambientali, metabolismo e stile di vita hanno alterato la naturale idratazione. Grazie all'utilizzo degli enzimi riparatori del DNA e della melanina naturale, la pelle risulterà visibilmente più soda, rafforzata e protetta.

€ 175,00 (65 min.)

TRATTAMENTO PELLE IMPURA Per pelli grasse o con acne

La cute grassa presenta uno spessore maggiore rispetto al normale, appare oleosa, con pori dilatati, comedoni e punti neri che possono degenerare in infiammazioni a carattere cronico, definite acne. Grazie all'uso di prodotti a base di AHA e Acido Salicilico, l'eccessiva produzione di sebo viene minimizzata, ottenendo il restringimento dei pori. Immediatamente, la pelle risulta più pulita, più sana e senza eccessi di sebo. Inoltre, l'utilizzo di Antiossidanti, Melanina Naturale, Ossido di Zinco e Diossido di Titanio riduce le cicatrici dell'acne.

€ 175,00 (65 min.)



MEDICAL

Consulenze mediche specialistiche e terapie negli ambiti della medicina occidentale, della medicina naturale, dell'osteopatia e della fisioterapia. L'offerta include inoltre una completa scelta di check up specifici, che aiutano a riconoscere le difficoltà dell'organismo.

01.

MEDICINA NATURALE

VISITA MEDICA ENERGETICA

Un testo del 1600 la descriveva come la canzone delle 10 domande. Il medico energetico si informa su alcune caratteristiche dell'organismo che vanno dai sogni alla digestione, cercando di percepire le piccole variazioni dell'energia dell'organismo molto prima della loro evoluzione in patologia. Il medico inoltre osserva il colorito della pelle, sente il tono della voce, chiede i sapori preferiti e palpa i polsi radiali. Questa sequenza permette di effettuare la diagnosi energetica in base alla quale si applicano i trattamenti specifici per l'alterazione riscontrata.

€ 95,00*

AGOPUNTURA

Il corpo umano è percorso da particolari linee, dette meridiani, lungo cui scorre l'energia vitale, "Qi". Una cattiva circolazione del "Qi" è considerata causa di dolore e malessere. Attraverso l'agopuntura viene ripristinato l'equilibrio energetico del corpo e lo stato di benessere.

€ 140,00 visita con seduta di agopuntura (60 min.)

€ 110,00 seduta di agopuntura (40 min.)

MOXIBUSTIONE

La moxibustione è una pratica terapeutica della Medicina Cinese che consiste nel riscaldamento di aree cutanee sovrastanti punti di agopuntura con lo scopo di potenziare i risultati di un trattamento o di un massaggio energetico.

Il nome "moxibustione" deriva da Moe Kusa che, in giapponese, significa "erba che brucia".

€ 45,00 (20 min.)

COPPETTAZIONE

Metodo terapeutico utilizzato fin dai tempi antichi. Consiste nell'applicazione di coppette sui punti dell'agopuntura, creando un effetto a ventosa per smaltire i liquidi in eccesso e riattivare i flussi energetici del corpo. Viene considerata come terapia "riflesso-stimolante" poiché agisce sulle cosiddette zone riflesse, migliorando il flusso energetico e sbloccando le stasi. Costituisce un aiuto per le malattie respiratorie e cardiovascolari, le difficoltà dell'apparato digestivo e del sistema osteoarticolare e le emicranie.

€ 45,00 (20 min.)

ACULIFTING

È una pratica medica dolce, non tossica e non invasiva, che utilizza la teoria della Medicina Classica Cinese per svolgere un'azione preventiva sul processo dell'invecchiamento cutaneo del viso. Attraverso l'agopuntura vengono stimolati in profondità i fibroblasti che attivano la produzione di collagene e la microcircolazione. Già dopo il primo trattamento la pelle risulta più tonica e il viso più luminoso e levigato come dopo un riposo profondo.

€ 115,00 (30 min.)

CONSULENZA NUTRIZIONALE ENERGETICA

Mira a modificare le abitudini alimentari attraverso un'educazione sulle caratteristiche nutrizionali dei vari alimenti e dei processi psicologici che determinano l'atteggiamento verso il cibo. Particolarmente adatta alle persone in sovrappeso, ma anche a coloro che vogliono scegliere un modo di nutrirsi saporito, leggero, disintossicante e sano. In base alla costituzione energetica del singolo individuo, il medico prescrive un percorso dietetico personalizzato.

€ 95,00*

CONSULENZA FITOTERAPICA

A seconda dell'analisi energetica eseguita dal medico sulla sindrome e sulla costituzione del singolo individuo, viene prescritta una specifica tisana curativa. Le piante medicinali utilizzate sono di provenienza occidentale e vengono proposte sia in funzione delle loro caratteristiche intrinseche (ad esempio la betulla per la sua proprietà diuretica ed antinfiammatoria) sia in logica energetica.

€ 90,00*

02.

FISIOTERAPIA

La fisioterapia (dal greco Φυσιο = naturale e θεραπεία = terapia) è una branca delle scienze sanitarie che si occupa della prevenzione, cura e riabilitazione delle persone affette da patologie o disfunzioni congenite o acquisite in ambito muscoloscheletrico, neurologico e viscerale attraverso molteplici interventi terapeutici.

VALUTAZIONE POSTURALE

€ 90,00*

TRATTAMENTO FISIOTERAPICO

Migliora la circolazione, accelera il rifornimento di ossigeno e sostanze nutrienti e la rimozione delle scorie metaboliche. Ha un'azione decontratturante, allevia il dolore muscolare, il mal di schiena e il dolore al collo.

€ 105,00*

MASSAGGIO POSTURALE MIOFASCIALE

Il massaggio è particolarmente efficace nel trattamento delle rigidità e nel caso di contratture a carico della muscolatura, anche di tipo cronico. I benefici consistono nel miglioramento della postura e nella risoluzione dei dolori muscolo-articolari.

€ 100,00*

03.

OSTEOPATIA

L'obiettivo finale di questa terapia è la salute, perseguita attraverso la riduzione del dolore, il miglioramento della funzione articolare, il trattamento di disfunzioni fisiologiche e la rimozione degli ostacoli per un'ottimale trasmissione nervosa.

Si tratta di un tipo di medicina alternativa che utilizza tecniche di manipolazione volte al ripristino dell'equilibrio generale del corpo, delle sue funzioni e del suo benessere. L'osteopatia considera l'individuo nella sua globalità, come un sistema composto da muscoli, strutture scheletriche e organi interni collegati nei centri nervosi della colonna vertebrale. Ogni parte costituente della persona (psiche inclusa) dipende dalle altre e il corretto funzionamento di ognuna assicura quello dell'intero organismo.

CONSULENZA OSTEOPATICA

Analisi anamnestica e valutativa volta a definire un piano di trattamento laddove è necessario. È consigliata sia prima di un trattamento, sia come consulenza indipendente. Dopo la stesura di una scheda riassuntiva delle informazioni raccolte, s'insegnano all'Ospite esercizi e pratiche che possono portare benefici al suo stato di salute.

€ 55,00*

MASSAGGIO OSTEOPATICO CERVICALE

Un trattamento per chi desidera da tempo disfarsi di fastidiose contratture muscolari cervicali ma senza rinunciare alla piacevolezza del massaggio. La seduta prevede in primo luogo un riequilibrio dell'assetto posturale, seguito da un detensionamento fasciale dei muscoli del collo ed una correzione osteopatica delle vertebre in disfunzione, che sono spesso causa dei tanto fastidiosi dolori a collo e spalle. Infine, per rilassare la muscolatura si esegue un piacevole massaggio decontratturante volto a sciogliere le ultime tensioni.

€ 115,00* (45 min.)

*La durata può variare a seconda delle esigenze individuali dell'Ospite.

TRATTAMENTO MANIPOLATIVO OSTEOPATICO

Il trattamento manipolativo osteopatico è il processo attraverso il quale il corpo viene guidato verso il ritrovamento della propria armonia, verso l'integrazione corpo, mente e spirito, tra struttura e relativa funzione; ripristina la facoltà auto-guarante dell'individuo. Poiché agisce principalmente su strutture osteo-scheletriche, risulta più indicata in problematiche quali traumi sportivi o mal di schiena.

€ 115,00*

TRATTAMENTO CRANIO SACRALE

L'osteopatia cranio-sacrale deve il suo nome alle strutture ossee che avvolgono il sistema nervoso (il cranio e il sacro), che proteggono il cervello e il midollo spinale. Agendo su tali strutture è possibile mettersi in contatto con il ritmo cranico che si propaga in tutto il corpo, ri-armonizzando le funzioni organiche e lo stato psichico. Delicato e rilassante, questo trattamento è particolarmente indicato in caso di mal di testa, contratture cervicali o questioni legate allo stress.

€ 130,00 (50 min.)

04.

TEST DIAGNOSTICI

CHECK UP INTOLLERANZE ALIMENTARI

Test ImuPro

Numerosi studi hanno dimostrato la relazione tra le intolleranze alimentari e il sovrappeso, le malattie cutanee e i disordini digestivi. Questo test viene eseguito con metodica ELISA ed evidenzia l'ipersensibilità verso 90 o 180 alimenti, delineando un profilo nutrizionale personalizzato. Consigliato in caso di sovrappeso, affanno, apnee notturne e prima di iniziare un percorso di dimagrimento in modo consapevole. Il test viene effettuato tramite prelievo di sangue capillare.

ImuPro Basic 90 € 185,00

ImuPro Basic 90 (vegetariano) € 185,00

ImuPro Basic 180 € 245,00

CHECK UP ANTI-AGING

Stress Ossidativo Anti-aging

Il test Anti-aging per la predisposizione allo stress ossidativo esamina le potenzialità delle attività antiossidanti responsabili della risposta verso i radicali liberi, valutandone lo scarto e le reazioni del metabolismo. Se i radicali liberi sono altamente reattivi, possono indurre l'invecchiamento precoce dei tessuti, creando danni alla pelle, a vene e arterie, con conseguente predisposizione a malattie cardiovascolari. Alcuni polimorfismi presenti in geni specifici possono alterare la produzione e la funzione degli enzimi antiossidanti. Quando l'equilibrio tra fattori pro-ossidanti ed enzimi antiossidanti viene perturbato a favore dei primi, si parla di una condizione patologica definita "stress ossidativo". Il test viene effettuato mediante l'analisi di un campione su spatola salivare.

€ 210,00

CHECK UP INSONNIA

Hormonal Profile Buonanotte

Permette di conoscere la concentrazione serale di melatonina, fondamentale neuroormone che regola il ciclo sonno-veglia. Consigliato in caso di difficoltà ad addormentarsi, insonnia, forte stress psicofisico, stati di ansia. Il test viene effettuato tramite raccolta salivare.

€ 105,00

CHECK UP INTESTINALE

Test Flora

Analisi quantitativa della flora batterica intestinale che consente di individuare la presenza di una disbiosi, ovvero di un'alterazione degli enzimi e della flora batterica che causa, tra i vari sintomi, malessere generale, gonfiore, stitichezza e diarrea. L'obiettivo del test è quello di evidenziare eventuali squilibri patogeni all'interno della flora intestinale, riportando l'attività intestinale alla normalità attraverso un cambio delle abitudini alimentari. Il test viene effettuato attraverso l'analisi di un campione fecale.

€ 195,00

05.

CONSULENZE MEDICHE

MISURAZIONE DELLA VARIABILITÀ CARDIACA (HEART RATE VARIABILITY)

L'analisi HRV è una pratica consolidata che permette di valutare in modo oggettivo, come il nostro organismo si adatta agli stimoli che provengono dall'esterno e dall'interno. ANS Analysis è lo strumento per effettuare la misurazione della capacità del nostro corpo di adattarsi allo stress e di rigenerarsi. La metodologia utilizzata per valutare queste condizioni è la misurazione della Variabilità Cardiaca o Heart Rate Variability.

€ 120,00 (45 min.)

VISITA MEDICA

€ 70,00*

CONSULTO PSICOSOMATICO GENERALE

Perché vengono le malattie e come fanno a passare? Quando si vive una patologia, capita di perdere la lucidità e il controllo delle emozioni. Questo ci rende più vulnerabili a paure e interrogativi interni. Guardare alla malattia dal punto di vista del corpo, a livello fisico, può riportare chiarezza e farci ritrovare la collocazione logica e naturale di ciò che stiamo attraversando, aiutandoci a superarlo. Colloquio effettuato da medico psicoterapeuta.

€ 195,00 (60 min.)

CONSULTO MEDICO PSICOTERAPICO

Un momento di dialogo tra medico psicoterapeuta e Ospite in cui poter condividere gli stati psico-fisici personali che si esprimono in vissuti emotivi, episodi biografici significativi, sogni e tratti della personalità. Grazie ad uno sguardo che unisce la Medicina Cinese e la psicologia del profondo, è possibile ampliare la comprensione diagnostica dello stato dell'individuo e, conseguentemente, orientare all'approccio terapeutico più appropriato.

€ 100,00 (50 min.)



SPA À LA CARTE

Un'ampia offerta che comprende massaggi occidentali, trattamenti e rituali delle diverse tradizioni orientali tra cui l'Ayurveda e trattamenti viso e corpo di talassoterapia.

01.

TALASSOTERAPIA

Terapia antichissima, le cui origini risalgono ai greci. Sfrutta l'azione sinergica delle preziose sostanze contenute nelle alghe e nei derivati marini, tra cui minerali ed oligoelementi, per regalare al corpo bellezza, forma e nuova energia.

IMPACCHI CORPO E BAGNI

IMPACCO CON ALGHE MARINE

Un vero toccasana per l'organismo: ricchissime di vitamine, oligoelementi e sali minerali, grazie all'impacco su tutto il corpo, le alghe hanno un effetto tonificante, snellente e detossinante e aiutano a combattere la cellulite drenando i tessuti. Il trattamento si conclude con un breve massaggio.

€ 110,00 (60 min.)

BAGNO AL SALE E ALGHE MARINE

Bagno effettuato nella vasca idromassaggio Florida dove l'azione sinergica del sale marino e delle alghe, abbinata all'azione dei vari programmi di massaggio della vasca, permette un'azione efficace nelle varie zone del corpo da trattare. Migliora la circolazione e dona un effetto snellente, drenante e rilassante.

€ 60,00 (20 min.)

LAGO SALINO

La Luna nel Lago

L'elevata temperatura, di circa 36° - 38°C, permette al corpo di assorbire gli oligoelementi e i minerali del sale marino disciolto nell'acqua. Ha l'effetto drenante, disintossicante e rilassante. Durata 30 min. da alternarsi tra bagno e relax. Consigliato con tutti i trattamenti di talassoterapia.

€ 30,00 a persona (fino a 6 persone)

€ 80,00 a coppia (uso esclusivo)

TRATTAMENTI CORPO E VISO

GEL MINERALG - DRENANTE DETOX

Per alleggerire la silhouette e ritrovare la leggerezza nelle gambe.

€ 100,00 (60 min.)

COMPOSTO MINERALG - RIDUCENTE

Un composto a base di alghe, Calcio Marino ed essenza di Pino per affinare la silhouette agendo sugli accumuli di adipe.

€ 100,00 (60 min.)

TRATTAMENTO RIDUCENTE TONIFICANTE

Addome - Cosce

Per le persone che desiderano eliminare i pannicoli adiposi, affinare la silhouette e avere un ventre piatto.

€ 100,00 (60 min.)

PURIFICANTE / DINAMIZZANTE

Aquarelle alle alghe marine

Trattamento profondo per pelli molto impure o acneiche. Un vero trattamento di "Talasso del viso" per purificare, dinamizzare e riequilibrare le funzioni vitali della pelle. Ottimo per coloro che non eseguendo una pulizia del viso da tempo o avendo una pelle particolarmente impura necessitano di una detossinazione e pulizia più profonda.

€ 150,00 (90 min.)

02.

MASSAGGI OCCIDENTALI



BENVENUTO LEFAY

Massaggio alla schiena volto a rilassare la muscolatura del dorso. Dona una profonda sensazione di benessere grazie agli oli essenziali purissimi di Lavanda e Limone, aromi tipici del Lago di Garda.

€ 45,00 (20 min.)



CERVICO DORSALE DECONTRATTURANTE

Rilassa la muscolatura e dona un immediato sollievo a tutte le zone contratte della schiena.

€ 75,00 (30 min.)



CALIFORNIANO

Massaggio riposante e calmante che, grazie ai movimenti dolci e fluidi, leggeri o più profondi, libera la mente dai pensieri e dona benessere psicofisico. Dedicato a chi cerca un momento di vero relax, a chi vuole ricevere un massaggio avvolgente e delicato. Favorisce un rilassamento che giova soprattutto alle persone stressate e sovraffaticate.

€ 100,00 (50 min.)



CONNETTIVALE

Riattiva la circolazione e migliora il trofismo dei tessuti grazie alle manovre di scollamento profondo del tessuto connettivo. La pelle torna elastica e compatta ed il corpo ritrova leggerezza.

€ 100,00 (50 min.)



RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Sui piedi troviamo riflesso l'intero corpo umano. Con delle pressioni profonde e leggere, cerchiamo di ristabilire un equilibrio all'interno del corpo, massaggiando i piedi con modalità corrispondenti al nostro stato psico-fisico e quindi partendo da una visione olistica volta all'aumento della consapevolezza e al risveglio delle risorse che ognuno di noi ha dentro di sé.

€ 100,00 (50 min.)



CRANIO-SACRALE OLISTICO

Attraverso il trattamento del cranio, dei muscoli del collo, del trapezio, dei paravertebrali e del sacro, il massaggio scioglie i dolori e le tensioni della colonna vertebrale, riallineandola ad una corretta postura. Stimola la sfera emozionale favorendo l'equilibrio tra il conscio e l'inconscio, armonizzando il sistema nervoso ed ormonale con un effetto rilassante.

€ 110,00 (50 min.)

€ 140,00 (75 min.)



TRATTAMENTO PLANTARE RILASSANTE KIDS

Un breve e piacevole trattamento per bambini, molto rilassante, con benefici sulla circolazione e sulle piccole tensioni muscolari.

€ 45,00 (20 min.)



DEEP TISSUE

Tecnica di massaggio finalizzata al trattamento della muscolatura profonda del sistema mio-fasciale, in grado di agire su strutture difficilmente trattabili con altre metodologie.

€ 115,00 (50 min.)



EMOLINFATICO

Migliora la circolazione del sangue ed ha una spiccata azione drenante. È ideale per rimodellare la silhouette e donare leggerezza al corpo. Ideale l'abbinamento con i trattamenti di estetica corpo.

€ 100,00 (50 min.)

CON FANGO CALDO AROMATICO

Particolarmente piacevole perché realizzato con i fanghi caldi Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*. Ricchi di Oli, Argille, Solfati e Marillonite svolgono un'azione osmotica detossinante ed antiossidante.

€ 120,00 (60 min.)

CANDLE MASSAGE

Massaggio rilassante effettuato con gli oli caldi delle candele profumate. Scioglie le tensioni, dona al corpo nuove e piacevoli sensazioni.

€ 100,00 (45 min.)

MASSAGGIO MODELLANTE VISO

Azione modellante, tonificante e drenante ottenuta attraverso l'abbinamento di manovre eseguite lungo l'impianto di tutti i muscoli pellicciai del viso. Dinamizza le fibre elastiche e stimola la produzione di collagene, rafforza la compattezza e ridona vita alle pelli stanche. L'utilizzo dell'Olio Cosmetico organico Anti-età Lefay SPA accelera la rigenerazione della pelle.

€ 100,00 (40 min.)



TRATTAMENTI PRE MAMAN

Specifici sia per le donne in dolce attesa (dopo il 4° mese) sia durante il periodo dell'allattamento. Permettono di ritrovare velocemente la forma, idratando la pelle in profondità e rendendola più elastica.

Massaggio idratante e drenante all'Olio Extravergine d'Oliva Lefay
€ 90,00 (50 min.)

Massaggio *Gambe Leggere*
€ 50,00 (30 min.)



TRATTAMENTO PLANTARE RILASSANTE

Dolce Attesa

Dolce massaggio plantare mirato alla stimolazione del drenaggio linfatico, migliora e favorisce la circolazione sanguigna ed ha un effetto rilassante sul sistema nervoso.

€ 80,00 (30 min.)

03.

MASSAGGI E RITUALI ORIENTALI



NEI GONG TUINA 推拿

Il Tui Na (tūi significa premere e ná, afferrare) è un'antichissima tecnica di massaggio cinese che risale alla dinastia Ming (400 a.C.). Agisce riequilibrando lo Yin e lo Yang dissolvendo i blocchi energetici e rafforzando il sistema immunitario. Dolce, energico, continuo e profondo, sono gli aggettivi che ben descrivono questo massaggio; la sua azione si integra perfettamente con l'agopuntura, la moxibustione e la coppettazione. Ideale nel riequilibrare la sfera emozionale e nel trattare sintomi come cefalea, insonnia, dispepsie, dolori lombari, cervicalgie e periartriti scapolo-omerali.

€ 115,00 (50 min.)



GUA SHA VISO

Un innovativo massaggio viso creato secondo i principi della bellezza olistica. Il *Gua Sha* è un'antica pratica della Medicina Cinese diffusa principalmente in Asia. Specifici strumenti di giada o corno vengono ripetutamente passati sulla pelle del viso per drenare i canali energetici e attivare la circolazione del sangue. Questa tecnica è associata ad un massaggio ad azione tonificante eseguito con Olio d'Oliva. L'ovale del viso viene ridisegnato, la pelle ritrova la sua innata luminosità e si avverte una piacevole sensazione di profondo rilassamento.

€ 115,00 (50 min.)



GUA SHA GAMBE

Massaggio ad azione drenante e anticellulite eseguito mediante il *Gua Sha*, tecnica cinese che stimola le zone dei canali e degli agopunti di accumulo secondo manipolazioni specifiche, concentrandosi in particolare sulle zone di gambe e glutei. Immediatamente le gambe avvertono una piacevole sensazione di leggerezza, grazie all'azione drenante delle manualità, che rimodellano la silhouette e tonificano la pelle.

€ 115,00 (50 min.)

SHIATSU

In questo trattamento si utilizza una tecnica basata sulla pressione perpendicolare, mantenuta costante e volta a risvegliare la forza vitale e la capacità di auto guarigione presente in ognuno di noi. Lo Shiatsu può alleviare condizioni di dolore fisico e psicologico (come angoscia, sconforto ecc.). Dona un immediato benessere e induce uno stato di completo rilassamento, infine permette all'organismo di ritrovare l'equilibrio e l'armonia con se stesso e con l'ambiente circostante.

€ 125,00 (65 min.)

ASHIATSU

Antica tecnica di massaggio che sfrutta la pressione dei piedi, seguendo il flusso dei meridiani Yin (della Terra) e Yang (del Cielo). Distribuisce le tensioni localizzate, riequilibrando il flusso del Qi e liberando le articolazioni; aiuta ad allungare la colonna vertebrale e migliora la postura. Aumenta la consapevolezza fisica, mentale ed emozionale.

€ 120,00 (60 min.)



DORSALE TIBETANO

L'azione combinata di manovre rilassanti, spugnature calde e coppettazione conferisce benessere e relax alla schiena. Il suono delle campane tibetane risveglia le zone corporee più silenziose che hanno perso l'elasticità e la capacità di essere in armonia con l'intero organismo.

€ 110,00 (50 min.)



LOMI LOMI

Massaggio dell'antica tradizione hawaiana, effettuato attraverso movimenti definiti Hula, manipolazioni lunghe, quasi sfioramenti, che alternano ritmo e intensità come una danza. Molto gradevole e rilassante, allevia lo stress accrescendo l'energia del corpo.

€ 125,00 (50 min.)



STONE THERAPY

Si effettua con pietre vulcaniche calde che trattengono il calore, rilasciandolo lentamente. Indicato per dolori muscolari, reumatici e mal di schiena. Migliora la mobilità dei muscoli e delle articolazioni. È molto benefico per l'umore e il benessere dello spirito.

€ 150,00 (80 min.)

THAI

Massaggio che esercita pressioni sulle linee energetiche attraverso l'uso del palmo della mano e del pollice. Abbinato allo stretching passivo di tutti gli arti, migliora la circolazione e rende il corpo più elastico.

€ 135,00 (60 min.)

AYURVEDA

Dalla radice sanscrita *Ayur* che significa "vita" e *Veda* che significa "scienza", antica disciplina indiana praticata per curare l'individuo in modo naturale e armonizzare i tre *Dosha*: VATA il movimento, PITTA il metabolismo, KAPHA la struttura.



SNEHANA

Oleazione del corpo con movimenti armonici e avvolgenti per riequilibrare l'energia del corpo. Gli oli caldi apportano calore oltre ad idratare la cute.

€ 100,00 (45 min.)



SHIRO-DARA CON MASSAGGIO TESTA

La colata d'olio di sesamo sulla fronte, unita al massaggio distensivo su testa e collo, lascerà svanire ogni tensione.

€ 90,00 (30 min.)



ABHYANGA

Massaggio energizzante caratterizzato da movimenti armonici che creano calore per eliminare le tossine dette AMA. La schiena è alleggerita e tonificata. Un massaggio finale alla testa e al collo distende e rilassa.

€ 145,00 (80 min.)

RITUALE POLINESIANO

Un viaggio tra i profumi polinesiani. La prima tappa è Taha'a, l'Isola Vaniglia, con un gommage a base di fibre di Guscio di Cocco, Sabbia Bianca, Vaniglia e Sale Marino. Si passa poi a Manihi, dove il corpo viene purificato e idratato nel Bagno delle Lagune. Il viaggio prosegue a Bora Bora, dove il corpo si abbandona al ritmo dei Tuiponos con un massaggio rilassante. Il rituale si conclude a Raiatea, l'isola sacra, dove il corpo viene sublimato con l'Olio Sacro Polinesia.

€ 280,00 (2 ore, 15 min.)

RITUALE DELL'HAMMAM

Nella Private SPA Ovidio, dall'antica tradizione mediorientale, una rivisitazione Lefay SPA del rituale di purificazione per viso e corpo. Si inizia con un bagno di vapore (calidarium) per preparare la pelle all'esfoliazione con il sapone nero e il guanto Kassa, segue l'impacco con Rassoul, per finire con un'oleazione rilassante al Burro di Karitè puro. Ogni fase del rituale al corpo verrà accompagnata da quella al viso con prodotti naturali a base di sapone nero, Olio d'Argan, Latte d'Asina ed Essenza di Rosa per un risultato finale di massimo relax e splendore per la pelle.

€ 280,00 versione long, per viso e corpo
(2 ore, 30 min.)

€ 230,00 versione short, solo per il corpo
(2 ore)

RITUALE AL BURRO DI KARITÈ CON OLIO D'ARGAN

Particolarmente indicato per le pelli secche, ha un effetto idratante e nutriente, lascia la pelle liscia e morbida. Questo trattamento si avvale delle eccezionali proprietà dell'Olio d'Argan e Burro di Karitè: antiossidante, emolliente, idratante e fortemente elasticizzante.

€ 150,00 (75 min.)

* I Rituali possono essere eseguiti in coppia nelle Private SPA Lefay.



PER LA COPPIA

Rituali Lefay dedicati alla coppia all'interno delle esclusive Private SPA ispirate alla mitologia greca, per riscoprirsi in un sensuale viaggio per due all'interno del Mondo Lefay SPA.

01.

PRIVATE SPA

Ispirate alla mitologia greca, le due splendide Private SPA Lefay sono caratterizzate da ambientazioni e percorsi benessere da condividere insieme, per assaporare la piacevolezza dei trattamenti nel più assoluto relax. Nelle Private SPA è inoltre possibile creare percorsi di coppia personalizzati (per informazioni rivolgersi alla Reception SPA).

OVIDIO, FILEMONE E BAUCI

Richiama il mito di Filemone e Bauci che accolsero gli dei nella loro umile dimora ricevendo come ricompensa un tempio e la promessa che sarebbero rimasti insieme per sempre, diventando due meravigliosi alberi d'ulivo. Il rituale ricorda la gioia, la semplicità e il calore dell'accoglienza e regala una sensazione di grande serenità.

RITUALE DI BENVENUTO LEFAY:

LA GROTTA DEGLI DEI

La grotta, realizzata interamente in pietra, sprigiona vapore arricchito da essenze profumate. Oltre a purificare il corpo, svolge un'azione benefica alle vie respiratorie ed è tonificante per i tessuti.

TRATTAMENTO LEVIGANTE E IMPACCO CORPO AL MOSTO D'UVA

Trattamento di preparazione esfoliante e ristrutturante. I Polifenoli e la Vitamina C rigenerano il corpo e le dolci note aromatiche del Mosto d'Uva Fragola rilassano la mente. La pelle risulterà morbida e vellutata.

MASSAGGIO CON OLIO AROMATICO AL MOSTO D'UVA

Un avvolgente massaggio effettuato con Olio aromatizzato al Mosto d'Uva e fagottini caldi; rilassa il corpo e distende la mente.

MOMENTO DI RELAX CON GOURMET OVIDIO

Per rendere ancora più piacevole questo rituale di coppia il relax è accompagnato da un cocktail analcolico con le fragranze del mosto d'uva e biscotti fatti in casa.

€ 530,00 per la coppia
(percorso di 2 ore, 30 min.)

La Private SPA Ovidio, Filemone e Bauci viene proposta anche nella versione Short (Grotta degli Dei, massaggio al Mosto d'Uva e momento di relax e gourmet).

€ 380,00 per la coppia
(percorso di 1 ora, 30 min.)

DAPHNE, APOLLO ED EROS

È ispirata alla leggenda della bellissima Daphne di cui Apollo, dio del Sole, si innamorò perdutamente dopo averla vista immersa nelle limpide acque di un lago circondato da fiori candidi e profumati.

RITUALE DI BENVENUTO LEFAY:

SPLENDORE DIVINO PER LUI E PER LEI

Dedicato al viso: una delicata esfoliazione unita ad un massaggio tonificante e distensivo restituiscono splendore alla pelle; la maschera finale dona un'incredibile morbidezza migliorando l'idratazione e lasciando la pelle vellutata come un petalo di rosa.

IL LAGHETTO DELLE NINFE

Ci si immerge in un'atmosfera romantica e sensuale, circondati dalla tenue luce delle candele e da petali di rose profumati che sfiorano dolcemente la pelle. L'acqua, arricchita con preziosi oli essenziali dalle proprietà benefiche, rilassa la mente eliminando stress e stanchezza.

IL MASSAGGIO DI DAPHNE

Dedicato alla dolcezza di Daphne, questo massaggio con oli dai profumi inebrianti rievoca atmosfere bucoliche e prati fioriti. Le dolci manualità, come onde che si propagano nell'acqua, riportano il corpo e la mente in uno stato di assoluto relax.

MOMENTO DI RELAX E GOURMET DI DAPHNE, APOLLO ED EROS

Questo percorso romantico e rilassante è completato da un delizioso cocktail analcolico, l'Ambrosia di Cupido Lefay e da piccole golosità preparate dallo Chef.

€ 530,00 per la coppia
(percorso di 2 ore, 30 min.)

La Private SPA Daphne, Apollo ed Eros viene proposta anche nella versione Short (Il Laghetto delle Ninfe, il Massaggio di Daphne e momento di relax e gourmet).

€ 380,00 per la coppia
(percorso di 1 ora, 30 min.)

02.

RITUALI DI COPPIA

CANDLE MASSAGE IN SPA SUITE

Un sensuale rituale di coppia in cui vengono coinvolti tutti i sensi: la luce emanata dalla candela crea l'atmosfera e agisce come cromoterapia mentre il suo profumo (aromaterapia) predispone al relax. Un'indimenticabile esperienza da condividere con il proprio partner.

€ 200,00 per la coppia (45 min.)

RITUALE HAWAIANO

Un viaggio sensoriale e olfattivo alla scoperta dei profumi tipici delle Hawaii. Lo scrub corpo effettuato con Noce di Cocco sminuzzata e Olio alla Vaniglia prepara la pelle ad un sensuale massaggio con conchiglie calde, lungo i meridiani del corpo. Per rendere ancora più piacevole questo percorso il relax finale è accompagnato da un cocktail a base di frutta esotica.

€ 400,00 per la coppia
(1 ora, 50 min.)

RITUALE DELL'HAMMAM

Nella Private SPA Ovidio, dall'antica tradizione mediorientale, una rivisitazione Lefay SPA del rituale di purificazione per viso e corpo. Si inizia con un bagno di vapore (calidarium) per preparare la pelle all'esfoliazione con il Sapone Nero e il guanto kassa, segue l'impacco con Rassoul, per finire con un'oleazione rilassante al Burro di Karitè puro. Ogni fase del rituale al corpo verrà accompagnata da quella al viso con prodotti naturali a base di Sapone Nero, Olio d'Argan, Latte d'Asina ed Essenza di Rosa per un risultato finale di massimo relax e splendore per la pelle.

€ 530,00 per la coppia
versione long 2 ore, 30 min. (per il viso e corpo)

€ 420,00 per la coppia
versione short 2 ore (solo per il corpo)

RITUALE POLINESIANO

Un viaggio tra i profumi polinesiani. La prima tappa è Taha'a, l'Isola Vaniglia, con un gommage a base di fibre di Guscio di Cocco, Sabbia Bianca, Vaniglia e Sale Marino. Si passa poi a Manihi, dove il corpo viene purificato e idratato nel Bagno delle Lagune. Il viaggio prosegue a Bora Bora, dove il corpo si abbandona al ritmo dei Tuiponos con un massaggio rilassante. Il rituale si conclude a Raiatea, l'isola sacra, dove il corpo viene sublimato con l'Olio Sacro Polinesia.

€ 530,00 per la coppia
(2 ore, 15 min.)



RITUALE I PROFUMI DEL LAGO

I sensi si perdono in un sensuale percorso per due tra i colori del lago e la vegetazione che lo circonda, rievocati all'interno della suggestiva Private SPA Daphne. Il rituale si apre con un'immersione nel laghetto delle ninfe, arricchito con i preziosi oli essenziali di Lavanda e Limone, in un'atmosfera romantica. Segue un avvolgente massaggio viso e corpo in cui si susseguono gli oli cosmetici organici Lefay e i profumi tipici di Olio Extravergine d'Oliva, Agrumi e Uve dei vigneti locali. Un momento di poesia da condividere insieme, assorti nell'essenze della natura, che parlano a due menti all'unisono.

€ 420,00 per la coppia
(1 ora, 45 min.)



BEAUTY AND HAIR SPA

Servizi estetici professionali dedicati
alla bellezza e alla cura dei capelli.

SERVIZI ESTETICI

Epilazione lady
e gentleman

Manicure
da € 60,00

Pedicure estetica
da € 65,00

Pedicure curativa
€ 75,00

Lefay SPA manicure
€ 120,00

Lefay SPA pedicure
€ 120,00

Applicazione smalto semipermanente
da € 25,00

Sbiancamento unghie
€ 20,00

Solarium
€ 12,00 (max. 12 min.)

Tintura delle sopracciglia
€ 30,00

Tintura delle ciglia
€ 50,00

Curvatura semipermanente delle ciglia
€ 70,00

MAKE UP

Day make up
€ 80,00

Evening make up
€ 90,00

COIFFEUR

Piega
da € 45,00 a € 65,00

Taglio Donna
€ 55,00

Taglio Uomo
€ 45,00

Colore capelli
€ 75,00

Meches (schiariture)
da € 95,00 a € 125,00

Gloss (lucidante)
€ 55,00

TRATTAMENTI PER LA CURA
DEI CAPELLI - LA BIOTHETIQUE MÉTHODE

CUTE

Méthode Normalisante:
trattamento sinergico per cuoio
capelluto grasso
€ 25,00

Méthode Pellicules:
trattamento sinergico contro la forfora
€ 25,00

Méthode Régénérante:
trattamento sinergico coadiuvante contro
la caduta dei capelli
€ 25,00

Epicelan Clarifiant:
peeling delicato del cuoio capelluto
€ 35,00

Isobios:
trattamento detox ad effetto sauna per eliminare
le tossine dal cuoio capelluto
€ 45,00

CAPELLI

Maschera Intense:
maschera ristrutturante ad azione intensa
per capelli danneggiati
€ 25,00 (10 min.)

Ricostruzione Bifasica:
trattamento di lusso ristrutturante a 2 fasi per una
lucentezza estrema, un' elasticità vigorosa e un
morbido volume
€ 45,00 (15 min.)

Ricostruzione Trifasica:
ricostruzione Trifasica, per capelli danneggiati e
con doppie punte indicato anche per capelli poco
danneggiati
€ 55,00 (40 min.)



PERCORSI BENESSERE E BELLEZZA

Lefay ha realizzato speciali percorsi benessere e bellezza da abbinare al vostro soggiorno che associano massaggi e trattamenti energetici Lefay SPA alla tecnologia estetica occidentale non invasiva.

VISO

BEAUTY REJUVENATE

Programma anti età viso che previene l'invecchiamento, associando tecniche manuali a trattamenti effettuati con la tecnologia estetica occidentale non invasiva.

- 1 pulizia del viso Lefay SPA *Unico Cielo*
- 1 Biothermic
- 1 I Beauty Correttore d'idratazione
- 1 Ossigenoterapia Intraceuticals Rejuvenate
- 1 massaggio *Gua Sha* viso

€ 580,00 (soggiorno escluso)

BEAUTY ANTI AGE

Programma anti età avanzato contro i segni del tempo, che abbina i prodotti della linea cosmetica Anti-Age Lefay SPA a specifiche tecniche manuali e all'uso di apparecchiature estetiche ad alta tecnologia.

- 1 pulizia del viso Lefay SPA *Unico Cielo*
- 1 trattamento viso, Anti-Age Tripla Azione Lefay SPA *Il Cerchio della Luna*
- 1 I Beauty Attivatore di giovinezza
- 1 Ossigenoterapia Intraceuticals Rejuvenate
- 1 Skintonic

€ 620,00 (soggiorno escluso)

CORPO

TONIFICARE RASSODARE

Percorso ad altissima efficacia, per un corpo tonico e asciutto.

- 1 Velasmooth Pro
- 1 Biothermic
- 1 trattamento riducente-tonificante addome e cosce
- 1 rituale di estetica energetica tonificante *Gioia di vivere*

€ 440,00 (soggiorno escluso)

ANTICELLULITE SNELLENTI

Percorso che abbina l'utilizzo di apparecchiature ad alta tecnologia alle tecniche manuali, per un rimodellamento del corpo.

- 1 fito-impacco con fango aromatico specifico Lefay SPA
- 1 rituale di estetica energetica modellante *Abbraccio*
- 1 Velasmooth Pro
- 1 Skintonic
- 1 massaggio energetico detossinante Lefay SPA *-La Luce oltre la Nebbia* con coppettazione

€ 550,00 (soggiorno escluso)

TALASSO

Bellezza e benessere dalle proprietà benefiche del mare.

- 1 scrub all'Olio Extravergine d'Oliva e sali termali Lefay SPA
- 1 impacco con alghe marine
- 1 bagno al sale e alghe marine
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*

€ 220,00 (soggiorno escluso)

PURIFICANTE

Percorso per detossinare e depurare l'organismo.

- 1 scrub all'Olio Extravergine d'Oliva e sali termali Lefay SPA
- 1 impacco di alghe marine
- 1 massaggio energetico detossinante Lefay SPA *-La Luce Oltre la Nebbia*
- 1 lago salino *La Luna nel Lago*
- 1 massaggio con fango caldo aromatico
- Fitoterapia depurativa

€ 390,00 (soggiorno escluso)

SPECIALE PER LUI

Dedicato alla cura e alla bellezza dell'uomo.

- 1 scrub corpo all'Olio d'Oliva e sali termali -Lefay SPA
- 1 massaggio decontratturante Lefay SPA *La Brezza accanto al Confine*
- 1 rituale di estetica energetica viso Lefay SPA *Senza Tempo Uomo*
- 1 Manicure
- 1 Pedicure estetica

€ 380,00 (soggiorno escluso)

I PROFUMI DEL LAGO

Un viaggio sensoriale alla scoperta dei *Profumi del Lago*.

- 1 scrub corpo al Sale e Capperi con impacco all'Olio Extravergine d'Oliva Lefay
- 1 massaggio corpo *Gocce di Lago*
- 1 trattamento viso distensivo e idratante alla Lavanda
- 1 idro-aromaterapia con Lavanda e Limone

€ 320,00 (soggiorno escluso)

NEW

LA LEGGEREZZA DELL'ESSERE

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. Questo percorso mira ad ottenere uno stato di tranquillità tra queste due forze opposte, riducendo i sintomi fisici e mentali legati agli stati di ansia e agitazione.

- 1 Consulto psicosomatico generale
- 1 Massaggio Lefay SPA *La Finestra del Cielo*
- 1 Massaggio energetico antistress corpo Lefay SPA *La Quietè*
- 1 Attività di riequilibrio fisico energetico Qi Gong

€ 400,00 (soggiorno escluso)

MAGIA AYURVEDICA

Dall'antica disciplina indiana un percorso per riportare l'individuo ad un naturale riequilibrio dei tre Dosha.

- 1 Fito-impacco con fango aromatico specifico Lefay SPA
- 1 Abhyanga
- 1 Snehana + Shirodara

€ 350,00 (soggiorno escluso)

BENESSERE PER BIMBI

(dai 4 anni in su)

Un breve percorso benessere per bambini, molto rilassante, con benefici sulla circolazione e sulle piccole tensioni muscolari.

- 1 massaggio back relax Kids
- 1 trattamento plantare rilassante Kids
- 1 massaggio corpo Kids

€ 130,00 (soggiorno escluso)

DOLCE MAMMA

Per donare più elasticità ai tessuti e migliorare la circolazione linfatica.

- 1 massaggio pre-maman all'Olio Extravergine d'Oliva Lefay
- 1 pulizia viso Lefay SPA *Unico Cielo*
- 1 massaggio *Gambe Leggere*
- 1 ginnastica specifica pre-maman

€ 280,00 (soggiorno escluso)

OSTEOPATICO

Obiettivo del percorso è la salute attraverso la riduzione del dolore, il miglioramento della funzione articolare, il trattamento di disfunzioni fisiologiche e la rimozione degli ostacoli per un'ottimale trasmissione nervosa.

- Consulenza osteopatica
- 1 trattamento manipolativo osteopatico
- 2 trattamenti cranio sacrali

€ 340,00 (soggiorno escluso)

KALLISTÈ

Esclusivo percorso verso la bellezza.

- 1 pulizia del viso Lefay SPA *Unico Cielo Short*
- 1 manicure e pedicure
- 1 trattamento specifico capelli e piega
- 1 Make-up

€ 410,00 (soggiorno escluso)

* Si consiglia di richiedere i percorsi al momento della prenotazione del soggiorno per avere la certezza della loro disponibilità.



INFORMAZIONI UTILI

PRENOTAZIONI E CLAUSOLE DI ANNULLAMENTO TRATTAMENTI E PACCHETTI

Per poter garantire la disponibilità dei trattamenti desiderati, vi preghiamo di prenotarli in anticipo, la Reception SPA è sempre a vostra disposizione al numero 0365 241887. Qualora vi sia la necessità di annullare la prenotazione di un trattamento si prega di avvisare entro le 24 ore precedenti, nel caso di pacchetti e programmi entro le 72 ore. Contrariamente, i trattamenti, il pacchetto o il programma verranno addebitati.

COSA PORTARE

In camera troverà una SPA Bag, l'accappatoio e un paio di infradito. Vi consigliamo di portare una tuta e delle scarpe da ginnastica per le attività di fitness e i percorsi esterni. Vi chiediamo gentilmente di presentarvi in accappatoio alla Reception SPA almeno 10 minuti prima dell'inizio del trattamento.

NORME DI COMPORTAMENTO

La SPA è il tempio del benessere e della tranquillità. Per il vostro relax vi chiediamo di non utilizzare telefonini o apparecchi elettronici. Tutti gli Ospiti, in particolare coloro con problematiche di salute, quali alta pressione, problemi cardiaci ecc. e le signore in stato di gravidanza, sono pregati di compilare il modulo relativo allo stato di salute o di consultare la Reception SPA prima di prenotare i trattamenti.

OGGETTI SMARRITI E DANNI

Lefay Resort & SPA Lago di Garda non risponde in caso di oggetti smarriti o danni a oggetti personali e di valore. Per questo motivo suggeriamo di non lasciare gli stessi incustoditi. Tuttavia in caso di ritrovamento di oggetti smarriti, gli stessi verranno consegnati alla Reception principale.

RICONOSCIMENTI LEFAY SPA

2019

Finalist at the Condè Nast Johansens Awards for Excellence:
"BEST DESTINATION SPA"

Haute Grandeur Global SPA Awards, Lefay SPA Garda:
"BEST DESTINATION SPA EUROPE", "BEST ECO SPA
EUROPE", "BEST HEALTH & WELLNESS SPA ITALY"

Condè Nast Traveller Readers' Choice Awards:
"TOP 30 SPA DESTINATIONS IN THE WORLD"

World Luxury SPA Awards:
"BEST LUXURY ECO-SPA IN SOUTHERN EUROPE"

World Luxury SPA Awards:
"BEST UNIQUE SPA EXPERIENCE"

World Luxury SPA Awards:
"BEST LUXURY DESTINATION SPA" IN ITALY

European Health & SPA Award:
"BEST DESTINATION SPA IN EUROPE"

European Health & SPA Award:
"BEST SIGNATURE TREATMENT" a *"I Colori dell'Uomo"*

Italian SPA Awards:
"BEST DESTINATION SPA IN ITALY"

2018

SLH Awards:
SHORTLISTED FINALIST "MOST SENSATIONAL SPA"

Seven Stars Luxury Hospitality & Lifestyle Awards:
"SIGNUM VIRTUTIS A LEFAY SPA"

Condè Nast Traveller Readers' Travel Awards:
"TOP 20 SPA DESTINATIONS IN THE WORLD"

World Luxury SPA Awards:
"BEST UNIQUE SPA EXPERIENCE" IN SOUTHERN EUROPE
E "BEST LUXURY DESTINATION SPA" IN ITALY

European Health & SPA Award:
"BEST SPA DESTINATION"

European Health & SPA Award:
"BEST SIGNATURE TREATMENT" a *"Il Cerchio della Luna"*

Traveller's World Awards
"FIRST PLACE IN THE TOP 10 SPAS IN THE WORLD"

2017

World Boutique Hotel Awards:
"WORLD'S BEST WELLNESS SPA"

Small Luxury Hotels Awards:
"MOST SENSATIONAL SPA"

World Luxury Spa Awards:
"BEST LUXURY ECO-SPA"

European Health & SPA Award:
"BEST DESTINATION SPA"

Prime Traveller Awards:
"BEST WELLNESS CLINIC"

Tatler SPA Awards:
"BEST FOR EAST-WEST FUSION"

Condè Nast Johansens Awards for Excellence:
"BEST FOR COUPLES"

2016

European Health & SPA Award:
"BEST SIGNATURE TREATMENT"

per "Farfalla di Seta" e "Il Fluire del Ruscello"

World Luxury SPA Awards:
"LUXURY DESTINATION SPA IN ITALY"

Connoisseur Circle Hospitality Awards:
"BEST SPA HOTEL"

World SPA & Wellness Awards:
"WORLDWIDE HEALTH & WELLNESS DESTINATION"

Condé Nast Johansens Excellence Awards:
"BEST SPA FACILITIES"

2015

Spafinder Wellness Travel Awards:
"COUNTRY AWARD" E "BEST FOR MIND & SPIRIT"

Spa Traveller Awards:
"BEST SPA RESORT (MORE THAN 50 ROOMS)"
E "MOST EFFECTIVE DE-STRESS PROGRAMME"

Readers' Choice Travel Awards Condé Nast Traveller:
"20 TOP DESTINATION SPA"

European Health & SPA Award:
"BEST SPA DESTINATION"

World SPA & Wellness Awards:
"RESORT SPA OF THE YEAR: WESTERN EUROPE
& SCANDINAVIA"

Condé Nast Johansens Excellence Award:
"BEST DESTINATION SPA EUROPE & MEDITERRANEAN"

2014

Condé Nast Traveller Readers' Choice Travel Awards:
"20 TOP DESTINATION SPA" E "WORLD'S BEST 100"

European Health & SPA Award:
"BEST SPA TREATMENT IN ITALY" a "La Vita nei Sensi"

CNN:
"9 DELUXE WEIGHT LOSS VACATIONS"

2013

European Health & SPA Award:
"BEST DESTINATION SPA"

Spafinder Readers' Choice Awards:
"FAVOURITE SPA IN EUROPE" E "FAVOURITE SPA IN ITALY"

Condé Nast Traveller Readers' Choice Travel Awards:
"20 TOP DESTINATION SPA"

Busche SPA Diamond Award:
"INTERNATIONAL SPA RESORT"

World Luxury SPA Awards:
"BEST LUXURY DESTINATION SPA" E "BEST LUXURY
WELLNESS SPA"

2012

Spafinder Readers' Choice Awards:
"BEST ECO-SPA", "BEST ACCOMMODATIONS"
E "BEST INTERIOR DESIGN"

Condé Nast Johansens Excellence Award:
"MOST EXCELLENT SPA HOTEL EUROPE
& MEDITERRANEAN"

2011

Spafinder Readers' Choice Awards:
"COUNTRY AWARD"

European Health & SPA Award:
"BEST DESTINATION SPA" E "Lefay SPA Derma di Luce" FINALISTA
COME "MIGLIOR TRATTAMENTO VISO"

2010

Gala SPA Award:
"INNOVATIVE SPA CONCEPT"

Italian SPA Award:
"ECO-SPA"

2020

Lefay Resort & SPA Lago di Garda
Via Angelo Feltrinelli, 136
25084 Gargnano (BS) Italia

Prenotazioni: 0365 241800
res.garda@lefyresorts.com

Lefay SPA: 0365 241887
spa.garda@lefyresorts.com

lefyresorts.com
lefyshop.com



lefayresorts.com