



LAGO DI GARDA

OÙ L'ESPRIT ET LE CORPS
SE RÉGÈNÈRENT
EN REDÉCOUVRANT
LES ÉMOTIONS
LES PLUS AUTHENTIQUES





LEFAY SPA

Ici, le bien-être est partout: dans l'explosion de la lumière qui filtre à travers les grandes fenêtres, dans le merveilleux parc, dans l'eau des piscines, dans l'atmosphère magique qui entoure tout. Grâce à la collaboration d'une équipe d'experts dans les différentes disciplines holistiques, Lefay a créé les soins Signature et les programmes de santé innovants de la Méthode Lefay SPA, qui ont pour objectif de ramener les Invités vers un rééquilibrage complet du corps, de l'âme et de l'esprit, pour redécouvrir un mode de vie sain et conscient. Vous pouvez consulter les programmes de santé dans la brochure consacrée à la Méthode Lefay SPA.

Dans le cadre des traitements Signature, on utilise les produits pour le visage et le corps de la ligne de cosmétique dermatologique naturelle Lefay SPA, riche de différentes couleurs de la nature, représentées par les plantes médicinales les plus connues, précieuses et éprouvées. Si vous souhaitez améliorer votre santé ou si le rythme effréné de la vie quotidienne a mis votre corps à rude épreuve, provoquant stress, fatigue, anxiété et dépression, notre équipe d'experts vous guidera dans le choix des thérapies et des traitements les plus appropriés. Ceux qui recherchent l'innovation, le naturel et le bien-être global trouveront dans Lefay SPA la possibilité de vivre des expériences uniques et des sensations jamais éprouvées auparavant, dans un lieu où Orient et Occident fusionnent en parfaite harmonie avec le milieu environnant.



LIGNE COSMÉTIQUE LEFAY SPA “TRA SUONI E COLORI”

SANS COLORANTS

SANS CONSERVATEUR AJOUTÉ

SANS DÉRIVÉS DU PÉTROLE

SANS PARABÈNES

SANS SLES

TESTÉE DERMATOLOGIQUEMENT

VÉGÉTALIEN

PAS D'EXPÉRIMENTATION ANIMALE

TESTÉE AU NICKEL MOINS DE 0,00001 %

La ligne cosmétique Lefay SPA «Tra Suoni e Colori» a été créée selon les principes de la nutri-cosmétique; une ligne de produits «intelligents» qui associe nature et science avec un effet visible et immédiat. Les formulations à haute concentration en antioxydants, en vitamines, en phyto-complexes et en huile d'olive extra-vierge biologique contribuent à traiter le déséquilibre de la peau en profondeur et garantissent des résultats dans le temps. Pour un produit plus personnalisé, des huiles essentielles sont également ajoutées en cabine, lesquelles parlent à la peau et à ses différentes fonctions, en les soutenant, en les harmonisant et en leur apportant force et stabilité. Les produits peuvent être achetés dans la boutique Lefay SPA et en ligne sur le Site Internet lefayshop.com.



TABLE DES MATIÈRES

1. MONDE LEFAY SPA	09	5. PARCOURS BIEN-ÊTRE ET BEAUTÉ	514
1.1 Monde Eau et Feu	10	6. SPA À LA CARTE	55
1.2 L'Homme et la Nature	12	6.1 Thalassothérapie	56
1.3 Fitness	16	6.2 Massages Occidentaux	57
2. SOINS LEFAY SPA	21	6.3 Massages et Rituels Orientaux	59
2.1 Massages énergétiques corps - visage	22	7. POUR LE COUPLE	63
2.2 Soins d'esthétique énergétique corps - visage	28	7.1 SPAS privés	64
2.3 Les senteurs du lac	34	7.2 Rituels pour le couple	66
3. MÉDECINE ESTHÉTIQUE NON INVASIVE	37	8. BEAUTY AND HAIR SPA	69
3.1 Médecine esthétique énergétique	38	8.1 Services esthétiques et maquillage	70
3.2 Médecine esthétique régénérative	39	8.2 Coiffeur	70
3.3 Traitements pour le corps et le visage avec des équipements de haute technologie	40	8.3 Soins Capillaires Sensoriels Philip Martin's	71
3.4 ZO Skin Health Restoration By Dr. Zein Obagi	43	9. INFORMATIONS UTILES	73
4. MEDICAL	45	10. DISTINCTIONS LEFAY SPA	74
4.1 Médecine naturelle	46		
4.2 Massophysiothérapie	47		
4.3 Ostéopathie	47		
4.4 Tests de diagnostic	48		
4.5 Consultations médicales	49		



MONDE LEFAY SPA

Un temple exclusif du bien-être, où l'esprit et le corps
se régénèrent par la redécouverte des émotions les plus
authentiques et l'harmonie avec soi-même.

01.

MONDE EAU ET FEU

Lefay SPA s'articule en trois zones: le *Monde Eau et Feu*, qui regroupe toutes les zones avec des piscines, des saunas, des grottes et des petits lacs; la zone *Nature et Fitness*, composée d'un grand gymnase et d'une salle de fitness pour les cours et les activités et enfin, l'espace *Dans le Silence et Parmi les Étoiles: Trilogie dans l'Air*, formé par tous les grands espaces extérieurs utilisés pour les activités sportives et les parcours dédiés au bien-être et à la relaxation.

PISCINE

- Intérieure et extérieure chauffée
- Piscine sportive chauffée homologuée de 25 mètres (de avril à octobre)
- Hydromassage chauffé Fonte Roccolino

ZONE DE DÉTENTE

- Des espaces de détente spacieux avec une vue panoramique sur le lac
- La Grotte turquoise avec des lits d'eau chauffés
- Sunset Relax

SAUNAS

Sauna des Arômes

Temp 40-42° / Humidité 60-70%

Les arômes de ce sauna apportent une contribution précieuse à la respiration et au soulagement du stress. Il s'agit de la pièce initiale tiède, dans laquelle l'on se prépare à la transpiration, qui se produira ensuite à l'intérieur du sauna Caligo.

Sauna Caligo

Temp 42-45° / Humidité 90-98%

Le taux élevé d'humidité forme un brouillard à température stratifiée, optimal pour la relaxation

des muscles du corps et pour réduire les tensions. La peau reste douce et soyeuse grâce à l'action détoxifiante et purifiante du bain de vapeur.

Sauna de l'Olivier

Temp 50-60° / Humidité 40%

Enduit du bois de cet arbre précieux, il est idéal pour détoxifier la peau, qui devient éclatante et transparente. La température de ce bio-sauna favorise également la détente et le sommeil nocturne.

Sauna Eau et Feu

Temp 75-90° / Humidité 10%

Ce sauna finlandais à la température élevée et au faible taux d'humidité permet d'atteindre une stimulation organique et métabolique considérable, favorisant le renouvellement cellulaire, l'élimination des toxines et la stimulation du système neurovégétatif.

ZONE CHARME D'ORIENT

Elle évoque la magie des somptueuses atmosphères orientales. Un voyage au cours duquel le corps, l'âme et l'esprit se perdent dans les parfums de trois espaces:

Hamman

Temp 45-48° / Humidité 80%

Véritable hymne aux plus beaux palais orientaux, le hamman nous éloigne du monde quotidien, où tout est cérébral, lassant et précipité, pour nous ramener à l'équilibre naturel entre mouvement et repos; exercice et relaxation; réalité et fantaisie.

Lady Sauna

Temp 38-42° / Humidité 50%

Il est réservé aux dames et, grâce à un parfum délicat, il enveloppe le corps dans une atmosphère qui rappelle les jardins d'été au bord du lac. Il stimule la circulation et purifie la peau, les tensions disparaissent et le corps est détendu.

Sunset Relax

Un espace de détente exclusif, où vous pourrez déguster une sélection de thés aux notes florales.

SPA RÉSERVÉ AUX ADULTES

Un espace où retrouver la paix la plus profonde en contemplant le calme du lac à l'horizon. La zone est réservée exclusivement aux Invités âgés de 16 ans et plus et comprend:

Bain à remous avec vue sur le lac

Zone de détente dédiée avec phytothérapie

Sauna panoramique

Temp 90° / Humidité 10%

Un sauna finlandais avec vue sur le lac, idéal pour une relaxation profonde du corps et de l'esprit.

La température élevée stimule la circulation sanguine et favorise le fonctionnement idéal de tous les organes ainsi que la régénération des cellules.

Aquamoon

Chute d'eau tempérée.

Eau, lumière, énergie : une douche expérientielle pour éveiller les sens par des jets d'eau et des lumières enveloppantes.

AUTRES

Il Ruscello: parcours en eau douce, excellent pour ceux qui ont les jambes lourdes et des problèmes de circulation dans les membres inférieurs.

Crash Ice: des frictions de glace pour stimuler la revascularisation et pour une agréable sensation de fraîcheur après un sauna ou un bain chaud.

Ice Pool

Temp du bassin de glace 12-17°

L'eau froide referme les pores et stimule la vascularisation de la peau. La sollicitation du système nerveux augmente, ce qui produit des impulsions positives bénéfiques pour le rythme cardiaque, la respiration et la circulation sanguine.

02.

L'HOMME ET LA NATURE

DANS LE SILENCE ET PARMIS LES ÉTOILES: TRILOGIE DANS L'AIR

La rencontre avec la nature est la première étape pour purifier l'esprit et le corps. À Lefay Resort & SPA Lago di Garda, le temple du bien-être global s'étend sur le merveilleux parc de 11 hectares dans lequel le Resort est immergé. Dans ce paysage, où l'homme et la nature se rejoignent, il existe trois parcours différents: le Jardin énergétique et thérapeutique, où les stations énergétiques sont basées sur les principes de la Médecine Chinoise Classique; le Parcours Running et le Parcours Sky Fitness, pour l'exercice en plein air. Ici, les activités de rééquilibrage physico-énergétique qui font partie intégrante de la philosophie Lefay SPA sont pratiquées parmi des arbres centenaires devant un panorama unique.

JARDIN ÉNERGÉTIQUE ET THÉRAPEUTIQUE

Il Simbolo della Vita

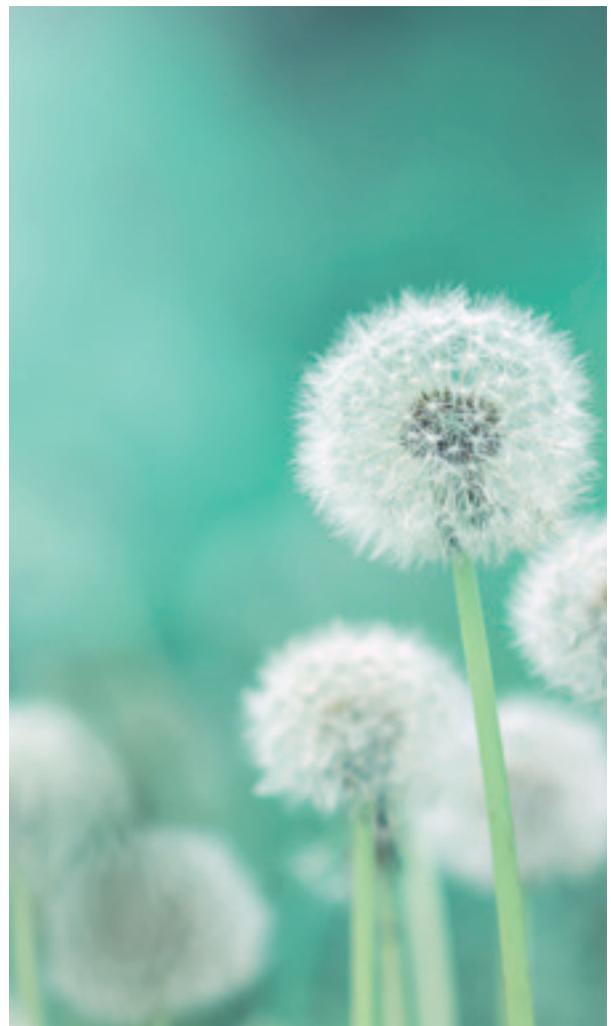
Conformément aux principes de la Médecine Chinoise Classique et à l'idée selon laquelle le bien-être de la personne ne saurait se passer de celui de l'environnement, le concept énergétique et la théorie des cinq mouvements ont été explorés, tant dans la dimension interne que par rapport à l'environnement externe par Lefay SPA. Une grande attention a été accordée à la conception du Jardin énergétique et thérapeutique, qui est le résultat de la collaboration entre le Comité scientifique de la Méthode Lefay SPA et les concepteurs. Le Jardin énergétique et thérapeutique «Il Simbolo della Vita», qui retrace les différentes phases de l'existence humaine, est composé de cinq stations différentes riches en symbolisme. Ces circuits, avec des formes, des couleurs, des essences et les

activités de mouvement et de méditation spécifiques ont une signification évidente sur le corps physique et la fonction de signaler aux éléments subtils qui nous composent la nécessité d'entrer dans la nature et, la percevant comme une alliée, de bouger et de jouer avec elle.



LE DRAGON VERT

Il équilibre l'agitation, l'impétuosité et la colère. Ce parcours est situé à l'est et représente le renouveau de la nature, le printemps, l'aube de la vie. Situé dans une forêt, il se caractérise par des meubles en bois et un sol composé de troncs d'arbres : il est entouré de plantes à feuilles persistantes (fougères) et d'essences typiques (romarin et menthe).



火

LE PHÉNIX ROUGE

Il développe les sens et stimule la joie et l'harmonie avec la nature. Ce parcours est situé au sud et représente le point culminant de l'énergie, l'été, midi. Il se caractérise par la couleur rouge du pavé, les formes arrondies (comme le feu), les essences typiques de la saison (lavande) et les plantes médicinales qui inspirent la sérénité (fleur de la passion). La station offre une vue imprenable sur les montagnes et le lac.



金

LE TIGRE BLANC

Il encourage l'introspection et la méditation. Ce parcours est situé à l'ouest et représente le début du recueillement, l'automne et le coucher du soleil. Il se caractérise par la couleur blanche, des bancs en métal et des essences et plantes médicinales typiques (eucalyptus et bouleau).

水

LA TORTUE NOIRE

Il réoriente et concentre l'énergie dissipée en période de stress. Ce parcours est situé au nord, à l'intérieur d'une vallée et se caractérise par un creux rocheux, un petit ruisseau et des bancs de roche vivante. Il n'y a pas de bruit ni de vues perturbantes. C'est la station de la relation avec soi-même ; elle représente l'hiver et le minuit. Les plantes associées sont le genévrier et le géranium.



土

LE CENTRE

Il relie de manière énergétique toutes les phases de la vie de l'être humain. Il s'agit de la station située au centre du jardin énergétique et thérapeutique. Situé sur une colline pleine de fleurs jaunes et de plantes médicinales typiques (mélisse), il relie toutes les autres zones et offre une vue indescriptible.

PROMENADE GUIDÉE DANS LE JARDIN ÉNERGÉTIQUE ET THÉRAPEUTIQUE *Il Simbolo della Vita*
SESSIONS PRIVÉES

LUN / JEU

€ 180,00

(90 min.)

VEN / DIM*

€ 196,00

(90 min.)

POUR DEUX PERSONNES

LUN / JEU

€ 195,00

VEN / DIM*

€ 225,00

Afin de mieux s'orienter dans le jardin énergétique et thérapeutique, il est conseillé de consulter le plan des parcours bien-être extérieurs, disponible à la Réception du SPA.

PARCOURS RUNNING

Nel Ritmo dei Passi il Vento e la Collina

Long d'environ 2 km, il serpente à travers les collines et les bois avec un dénivelé total d'environ 150 mètres. Il convient particulièrement aux amateurs de course à pied et à ceux qui souhaitent commencer leurs activités par des promenades efficaces.

PARCOURS SKY FITNESS

La Forma e il Colore

Onze stations où l'on peut effectuer des exercices qui améliorent le tonus et l'élasticité des muscles.



03.

FITNESS

Le centre de remise en forme est ouvert 24 heures sur 24 et propose une grande salle de sport baignée de lumière naturelle et donnant sur le lac de Garde, équipée des derniers appareils Technogym®.

Cours de fitness en groupe et activités de réveil musculaire, telles que le Qi Gong, les étirements et le Body Tonic sont proposés.

Des entraîneurs personnels Lefay SPA sont également disponibles pour des programmes spécifiques.

ACTIVITÉS DE MOUVEMENT

- Réveil musculaire
- The Zuu Training
- Kettlebell
- Gag
- Flexi Bar
- Total Body Sculpt
- Total Abdominal
- Fitball
- Bender Ball
- Power Pump
- Circuit d'entraînement pour le renforcement des muscles
- Parcours Sky Fitness *La Forma e il Colore*
- Parcours running de 2 km: *Nel Ritmo dei Passi il Vento e la Collina*
- Rebounding
- Barre Workout

COURS COLLECTIFS GRATUITS SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU
€ 95,00**
(40 min.)

VEN / DIM*
€ 105,00**
(40 min.)

PROMENADE GUIDÉE DANS LE JARDIN ÉNERGÉTIQUE ET THÉRAPEUTIQUE *Il Simbolo della Vita*

SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU
€ 180,00
(90 min.)

VEN / DIM*
€ 196,00
(90 min.)

POUR DEUX PERSONNES

LUN / JEU
€ 195,00

VEN / DIM*
€ 225,00

ENTRAÎNEUR PERSONNEL

SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU
€ 95,00**
(40 min.)

VEN / DIM*
€ 105,00**
(40 min.)

LUN / JEU
€ 105,00**
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 115,00**
(50 min.)

RÉÉQUILIBRAGE POSTURAL

- Pilates
- Étirements
- Gymnastique posturale

COURS COLLECTIFS GRATUITS SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU
€ 105,00**
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 115,00**
(50 min.)



ACTIVITÉS HOLISTIQUES ET DE RESPIRATION

- *Étirement des Méridiens*: discipline qui détend les fibres musculaires et les tendons et qui ouvre les articulations, éliminant les blocages énergétiques et mentaux.
- *Qi Gong*: discipline dérivée de la médecine chinoise, ainsi que de sa philosophie et ses arts martiaux ; elle consiste à effectuer des mouvements synchronisés avec la respiration, combinés à des techniques de concentration mentale et de méditation.
- *Méditation*: concentrez-vous sur « ici et maintenant ». Maintenir la sérénité et ressentir la force nécessaire pour éliminer les pensées débilitantes, en faisant de la place pour des réflexions positives et habilitantes.
- *Respiration anti-stress*: maîtriser la respiration en tout point facilite l'élimination des toxines, améliore la circulation sanguine et lymphatique, libère des angoisses et des peurs, renforce le système immunitaire, améliore la digestion et purifie.
- *Qi Gong des cinq animaux*: exercices dont la fonction thérapeutique est d'activer les Cinq Organes (foie, cœur, rate, poumons, reins) ainsi que leurs fonctions et phases énergétiques connexes.
- *Qi Gong des six sons thérapeutiques*: une ancienne forme de Qi Gong, composée d'exercices lents, amples et harmonieux effectués conjointement avec des vocalisations de six sons spécifiques pendant l'expiration. Il donne de l'énergie et du calme et aide à guérir certaines maladies chroniques.
- *Yoga*: ancien système de connaissance qui vise à l'Union de tous les corps physiques et mentaux, à l'élimination des conditionnements et à une plus grande conscience.
- *Les Cinq Tibétains*: Des exercices de yoga très bénéfiques pour la santé, car ils améliorent la souplesse du corps, tout en apportant d'énormes avantages, y compris sur le plan mental.

COURS COLLECTIFS GRATUITS

SÉANCES PRIVÉES

(il est possible de faire ces activités dans les stations du Jardin énergétique et thérapeutique)

LUN / JEU

€ 95,00

(40 min.)

VEN / DIM*

€ 105,00

(40 min.)

GYM FACIALE

FIT & FACE

Gymnastique faciale pour entraîner les muscles du visage et obtenir une apparence plus tonique et plus jeune.

LUN / JEU

€ 95,00

(60 min.)

VEN / DIM*

€ 105,00

(60 min.)

SELF FACEGYM

Gymnastique faciale visant à reconnecter les muscles de l'expression à l'énergie interne et à l'esprit en pratiquant l'acupression sur des points spécifiques du visage. Cette pratique aide à prévenir l'apparition de rides d'expression causées par des surcharges musculaires. En même temps, l'énergie vitale est régénérée, donnant ainsi une sensation de bien-être qui apporte une nouvelle lumière à la peau.

COURS COLLECTIFS GRATUITS

SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU

€ 95,00

(40 min.)

VEN / DIM*

€ 105,00

(40 min.)





SOINS SIGNATURE LEFAY SPA

Les soins Signature Lefay SPA ont été créés en associant les techniques traditionnelles de massage à la stimulation de points et méridiens énergétiques. Ils sont personnalisés en fonction de l'état psychophysique individuel, pour un résultat profond et durable dans le temps. L'offre Signature comprend: des massages énergétiques, des soins d'esthétique énergétique visage et corps et la section spéciale «Les Senteurs du Lac».

01.

MASSAGES ÉNERGÉTIQUES CORPS - VISAGE

Les massages Lefay SPA visent à réactiver ou à rééquilibrer l'énergie du corps et de l'esprit et sont personnalisés en fonction de l'état psychophysique individuel. Ils ont été étudiés en associant les principes de la Médecine Chinoise Classique aux techniques occidentales, combinant ainsi les techniques de massage traditionnelles à la stimulation des « points et méridiens », qui activent la fonction « énergétique », assurant ainsi la profondeur et la durée du traitement. Cette méthode renforce le résultat d'un massage traditionnel car, en plus de l'efficacité de la technique, un « message énergétique » est transmis au corps, que celui-ci va mémoriser et traiter dans le temps. Tous les massages sont effectués avec des produits naturels certifiés de la ligne Lefay SPA et accompagnés d'une chromothérapie et aromathérapie aux huiles essentielles.

MASSAGES DU CORPS



RELAXANT

Scambio nel Vento

Une grande partie de la tension quotidienne s'accumule sur différentes zones du corps, en particulier la tête, le cou et les épaules. Ce massage fait appel à des techniques occidentales, notamment le pétrissage et la friction, sur les points d'énergie de l'organisme. Pression lente et moyenne, on agit sur les tensions musculaires et la stimulation des points énergétiques, permettant à l'ensemble du corps

de se détendre.

LUN / JEU**€ 125,00**

(50 min.)

VEN / DIM***€ 137,00**

(50 min.)



ANTISTRESS

La Quiete

Le massage énergétique anti-stress est réalisé avec des techniques occidentales sur les fonctions énergétiques. Il conduit à une relaxation profonde et aide notre énergie vitale à se réparer de l'état de stress dans lequel elle se trouve. Grâce à des techniques enveloppantes, lentes et à pression moyenne, on stimule certains points énergétiques qui ont la propriété spécifique et intrinsèque de soulager les tensions musculaires et, plus généralement, de détendre l'esprit, le mental et le corps. D'autres points d'énergie, en revanche, sont activés pour nourrir tout le corps en profondeur, en le vidant de son stress. Le calme sera la sensation prédominante de relaxation, de paix de l'esprit et de changement que le corps renouvelé sera en mesure de percevoir.

LUN / JEU**€ 155,00**

(65 min. + 5 de relax)

VEN / DIM***€ 170,00**

(65 min. + 5 de relax)



DÉTOXIFIANT

La Luce oltre la Nebbia

Selon la Médecine Chinoise Classique et la naturopathie, avant tout traitement, il est nécessaire d'éliminer les toxines accumulées. Ce massage dynamique et intense agit sur les méridiens et des points spécifiques, qui favorisent la purification de l'esprit et du corps, préparant l'organisme aux traitements suivants.

LUN / JEU**€ 125,00**

(corps, 50 min.)

VEN / DIM***€ 137,00**

(corps, 50 min.)

LUN / JEU**€ 150,00**

(corps-visage avec ventouses, 75 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(corps-visage avec ventouses, 75 min.)



DÉCONTRACTURANT

La Brezza accanto al Confine

Grâce à la stimulation des points énergétiques, ce massage exerce une action spécifique sur les muscles contractés (principalement le dos et les jambes). Les manipulations dynamiques et profondes de l'école occidentale aident à relâcher les zones musculaires hypertoniques.

LUN / JEU

€ 125,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 137,00

(50 min.)



ANTI-CELLULITE

Respiro Alchemico

Une fusion parfaite des techniques occidentales qui agit sur la fonction énergétique et sur les imperfections, permettant de «transformer» en profondeur la «forme de l'individu». Un massage dynamique d'intensité moyenne, associé à la stimulation de points précis, il mobilise et élimine la stagnation des liquides.

LUN / JEU

€ 125,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 137,00

(50 min.)



LYMPHODRAINANT

Rugiada del Mattino

Active la circulation lymphatique et favorise l'élimination de la stase lymphatique et des excès d'eau, en activant certains points qui augmentent le drainage et en intensifient la durée. Massage utilisant les techniques françaises de drainage lymphatique.

LUN / JEU

€ 140,00

(65 min.)

VEN / DIM*

€ 155,00

(65 min.)



RÉVITALISANT ET LONGEVITÉ

Alta Marea

L'objectif de ce traitement est de nourrir

l'organisme en profondeur, en l'inondant d'une mer de vitalité (d'où son nom). Les points traités fournissent à l'organisme l'énergie nécessaire à son fonctionnement optimal. Ce massage, effectué avec des techniques occidentales telles que les effleurages, les enveloppements et les frictions, est particulièrement agréable et relaxant.

LUN / JEU

€ 125,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 137,00

(50 min.)



RELAXANT À 4 MAINS

Il Volo della Farfalla

L'agréable sensation de légèreté des quatre mains qui se déplacent sur le corps simultanément. Ce traitement réveille la partie la plus instinctive de la personne grâce à la stimulation ciblée de points d'énergie spécifiques. Il est particulièrement indiqué pour les personnes qui ont un travail stressant et ont besoin de libérer leurs émotions.

LUN / JEU

€ 220,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 240,00

(50 min.)



ÉMOTIONNEL

Il Volo dell'Angelo

Premier exemple de traitement visualisé dans lequel les différents sens humains sont stimulés: le toucher, l'odorat, l'ouïe et la vue, mais surtout le sixième sens appelé aussi sentiment ou émotion. Ce dernier est activé par la musique et la voix d'un narrateur qui, tout au long du massage, raconte le voyage d'un ange entre le Ciel, la Terre et la Mer: symboles d'un parcours à l'intérieur de l'homme. Des manipulations habiles parfaitement synchronisées avec les mots donneront vie à un voyage à l'intérieur de soi. Une expérience intense, convenant aux personnes d'une grande sensibilité, elle favorise l'écoute intérieure.

LUN / JEU

€ 150,00

(45 min. + 10 de relax)

VEN / DIM*

€ 165,00

(45 min. + 10 de relax)



TUINA RÉÉQUILIBRANT POUR YIN ET YANG AVEC MOXIBUSTION

I Colori dell'Uomo

Selon la Médecine Chinoise Classique, le bien-être correspond à l'équilibre intérieur de deux forces fondamentales : le Yin et le Yang. Ces termes intraduisibles représentent deux forces opposées et complémentaires présentes dans la nature et dans l'homme. Selon la constitution énergétique, ces massages rétablissent l'équilibre entre le Yin et le Yang, déterminant le bien-être du corps dans son ensemble.

Le Blanc. Dans une situation de bien-être, chaque organe doit remplir la fonction pour laquelle il a été créé. Parfois, cependant, le mode de vie ou d'autres facteurs peuvent affecter les processus de l'organisme. Le massage blanc régule le désordre dans le mode de vie. Il est réalisé avec une technique rythmique et réactivante : la percussion légère apporte sang et énergie aux tissus, stimulant l'activité énergétique et améliorant la respiration.

Le Noir. Il agit sur l'ensemble du corps, travaillant sur le niveau de force et de stress dans l'organisme. Il se concentre particulièrement sur le rein, considéré comme le siège de la force et métaphoriquement comparé aux racines d'un arbre. Ce massage utilise des techniques manuelles relaxantes, mais intenses et fermes, concentrées sur les muscles du dos et la région lombaire. Il se termine par un massage de la tête qui soulage les tensions.

Le Rouge. Selon la Médecine Chinoise Classique, le sang n'est pas seulement responsable de l'alimentation du corps, mais aussi de la tranquillité d'esprit. Le sang représente la relation entre le "moi" et les autres, la capacité d'empathie et notre aptitude à nous comprendre et à ne pas nous juger. Les techniques manuelles profondes et enveloppantes agissent sur la musculature posturale du corps et, vers la fin, stimulent certains points du visage et des oreilles, où l'on retrouve le "reflet" de la tête avec toutes ses fonctions.

Le Bleu Clair. Il traite tous les cas de vide énergétique, de fatigue, de difficulté à se lever le matin. Il fournit l'énergie nécessaire au corps,

réactivant le Qi. C'est un massage dynamique, rééquilibrant et tonifiant, particulièrement indiqué même après une maladie ou de problèmes de santé.

Le Jaune. Il fait référence à la capacité d'être « centré », c'est-à-dire conscient et cohérent avec soi-même. Cela signifie dire ou faire ce que l'on considère approprié sans se laisser influencer par ce que les autres attendent. Sur le plan psychophysique, il agit sur les points où l'anxiété et la tristesse sont concentrées. Ce massage profond et enveloppant régule l'énergie du centre qui a été perturbée par les soucis, procurant ainsi un sentiment de sérénité.

Le Vert. Il est lié à la digestion, ce qui, dans la Médecine Chinoise Classique, signifie assimiler ce qui vient de l'extérieur. Il peut donc faire référence à un vrai repas ou à quelque chose que nous avons lu, entendu, senti. Il s'occupe de la mémoire, de la capacité de se souvenir et de se connecter, la capacité de vivre sans souci, en prenant la vie du bon côté. Il utilise des techniques manuelles dynamiques et stimulantes, en insistant sur les jambes.

LUN / JEU

€ 155,00

(50 min.+ 10 de
moxibustion)

VEN / DIM*

€ 165,00

(50 min.+ 10 de
moxibustion)



European Health & SPA Award 2019:
"Meilleur traitement Signature"

Motivation du jury: Ces massages agissent à la fois sur le corps et sur l'esprit. Le pouvoir rééquilibrant et l'effet durable de l'action énergétique du massage sont mis en avant.

MASSAGES DE LA TÊTE ET DU CORPS



RELAXATION CORPS CRÂNE ET CERVICALES

Massaggio Dell'Imperatore

Traitement global de la tête et du corps visant à revitaliser l'individu en suivant le flux d'énergie interne. La stimulation de zones spécifiques du corps, l'action sur les points énergétiques du dos et du crâne associée à des techniques manuelles spéciales de pression moyenne, libèrent toutes les tensions et conduisent à un rééquilibrage profond de l'organisme.

LUN / JEU

€ 170,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 185,00

(80 min.)



POUR L'INSOMNIE

L'Abbraccio di Morfeo

Dans la Médecine Chinoise Classique, l'insomnie représente un déséquilibre énergétique concentré dans la tête et causé par divers facteurs tels que l'inquiétude excessive, le stress, l'âge, les traumatismes physiques et psychologiques, etc. *L'Abbraccio di Morfeo* est un massage enveloppant qui vise à traiter le symptôme de l'insomnie et à rééquilibrer les différents mécanismes énergétiques qui la déterminent.

LUN / JEU

€ 145,00

(60 min.+ 10 de relax)

VEN / DIM*

€ 160,00

(60 min.+ 10 de relax)



RÉÉQUILIBRER AVEC GUA SHA

Massaggio di Giada

Dans la culture chinoise, le jade est considéré comme la pierre la plus importante et la plus précieuse. C'est la pierre de l'empereur pour ses doubles propriétés de purification et de guérison. Ce massage, *Il Massaggio di Giada*, est en syntonie avec les caractéristiques de cette pierre, car il se caractérise par des manipulations légères et délicates dans lesquelles les

mouvements des mains et ceux réalisés avec le Gua Sha, une pratique ancienne de la médecine chinoise, alternent en parfaite synergie en suivant les directions Yin et Yang des méridiens énergétiques de l'acupuncture. Un massage aux caractéristiques de légèreté et de délicatesse dans les couches les plus superficielles de la peau et des muscles et, en même temps, un traitement dont l'efficacité se transmet intensément dans les couches les plus profondes du corps dans les jours suivants. L'huile essentielle utilisée est la rose, la fleur qui est traditionnellement associée à la plénitude et à la noblesse.

LUN / JEU

€ 160,00

(75 min.)

VEN / DIM*

€ 175,00

(75 min.)



DÉFENSES IMMUNITAIRES

Yang Sheng "Nourrir la Vie"

养(Yǎng) signifie "prendre soin", "nourrir", tandis que 生(Shēng) signifie "donner naissance", "vivre", "grandir". Il s'agit de nourrir votre potentiel vital, de rééquilibrer vos forces, d'aiguiser vos capacités intellectuelles, d'améliorer l'élasticité et la résistance de vos muscles, ainsi que la souplesse de vos articulations. Il est également essentiel se ressourcer dans le calme de l'esprit. L'objectif est de se sentir bien dans le présent et d'être prêt à accepter tout ce que la vie a à offrir sans la forcer dans une direction particulière.

LUN / JEU

€ 145,00

(50 min.+ 10 de
moxibustion)

VEN / DIM*

€ 160,00

(50 min.+ 10 de
moxibustion)

 MASSAGES DU VISAGE ET DE LA TÊTE

**ANTI-ÂGE ÉCLAT**

Derma di Luce

Massage pour illuminer la peau et détendre les muscles du visage. Il débute par l'application d'huiles essentielles sur le bout des doigts, là où partent les lignes d'énergie qui agissent sur les muscles de la tête et du visage. Le massage drainant classique est combiné avec la stimulation de certains points énergétiques de la tête, pour une action profondément relaxante.

LUN / JEU**€ 125,00**

(50 min.)

VEN / DIM***€ 137,00**

(50 min.)



European Health & Spa Award 2011: Finaliste
 "Meilleur soin du visage"

**MASSAGE DE LA TÊTE**

La Finestra del Cielo

Massage enveloppant à l'huile d'olive extra-vierge Lefay qui, par la stimulation des points d'énergie relâche les muscles de la tête et du cou, favorisant une profonde relaxation. L'huile d'olive nourrit en profondeur les cheveux, le fil de l'âme, et les rend sains et brillants.

LUN / JEU**€ 85,00**

(25 min.+ 5 relax)

VEN / DIM***€ 95,00**

(25 min.+ 5 relax)



02.

SOINS D'ESTHÉTIQUE ÉNERGÉTIQUE CORPS - VISAGE

Ici, les soins et rituels Signature Lefay SPA sont réalisés avec les produits naturels de la ligne cosmétique dermatologique Lefay SPA «Tra Suoni e Colori». Des gommages au sel et à l'huile d'olive aux bains de boue aromatique Lefay SPA, *Il Potere del Cielo e della Terra* avec montmorillonite, en passant par le masque énergétique *Il Fremito d'Ali* réalisé avec des plantes médicinales spécifiques : chaque soin est énergétique car il agit le long des méridiens du corps, en stimulant les points énergétiques pour traiter les imperfections les plus diverses.

SOINS CORPS



COMMAGE ÉNERGÉTIQUE DU CORPS AU SON ET À L'HUILE D'OLIVE AVEC BROSSAGE Prima di Vera

Un traitement de préparation complet qui combine l'effet détoxifiant et régénérant du peeling au son et à l'huile d'olive, avec l'action «énergétique» du brossage qui, lorsqu'il est effectué le long des méridiens et sur les points d'acupuncture spécifiques, il permet à l'énergie vitale de circuler de manière fluide dans tout le corps. La qualité de la peau s'améliore immédiatement. Elle redevient rosée, tonique et vitale.

LUN / JEU
€ 110,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 120,00
(60 min.)

BOUES AROMATIQUES LEFAY SPA

Il Potere del Cielo e della Terra

Dans ces rituels, la magie céleste des essences épouse le parfum et la force terrestre des boues composées d'argiles riches en sulfates et en montmorillonite. La stimulation des points d'énergie du visage le long des méridiens de la médecine chinoise fait bouger l'énergie qui commence à circuler librement, détoxifiant et régénérant l'organisme par les organes prévus à cet effet. L'action osmotique des bains de boue combinée au massage final effectué avec les produits spécifiques de la ligne corporelle Lefay SPA favorise l'élimination des toxines et la régénération des tissus.

ENVELOPPEMENT TONIFIANT *Incanto*

LUN / JEU
€ 120,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 130,00
(60 min.)

ENVELOPPEMENT MODELANT *Carezza*

LUN / JEU
€ 120,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 130,00
(60 min.)

ENVELOPPEMENT DRAINANT *Torrente di colori*

LUN / JEU
€ 120,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 130,00
(60 min.)

RITUELS CORPS

PURIFIANT Ricordo

Le soin commence par un peeling purifiant réalisé avec le gommage Ricordo: les microsphères de noisette exfolient la peau, tandis que les extraits de lavande et de bardane la purifient, la libérant des impuretés. Dans la version longue, il est suivi d'un enveloppement de boue aromatique, puis d'un massage détoxifiant et relaxant pour stimuler les points énergétiques.

LUN / JEU
€ 95,00
courte (50 min.)

VEN / DIM*
€ 105,00
courte (50 min.)

LUN / JEU
€ 165,00
longue (90 min.)

VEN / DIM*
€ 180,00
longue (90 min.)

HYDRATANT**Luce**

Une première exfoliation douce avec le gommage à l'huile d'olive et aux sels thermaux Lefay SPA et un enveloppement à base d'huile d'olive extra-vierge Lefay hydratent et régénèrent la peau. Suit un massage d'acupression sur le visage et les points de relaxation pour détoxifier la tête et libérer l'esprit, ainsi qu'un nettoyage avec des linges chauds. Enfin, un bref massage relaxant avec l'émulsion hydratante *Luce*, riche en protéines de soja, de guimauve et de mauve, qui rétablit l'hydratation correcte de la peau, laquelle apparaît plus douce et extraordinairement hydratée.

LUN / JEU**€ 165,00**

(90 min.)

VEN / DIM***€ 180,00**

(90 min.)

MODELANT**Abbraccio**

L'action exfoliante du gommage à l'huile d'olive et aux sels thermaux Lefay SPA préparent la peau pour l'enveloppement avec la boue aromatique modelante. Pendant la pose, la stimulation des points énergétiques du visage réactive la circulation sanguine et améliore le transport de l'oxygène et de l'énergie vers les tissus. Pour finir, un massage avec des ventouses sur les canaux énergétiques amincissants avec l'émulsion modelante thermo-active *Abbraccio* à base de lierre, algue rouge et extrait de châtaigne, qui affinent la silhouette avec un effet amincissant et régénérant sur le corps.

LUN / JEU**€ 165,00**

(90 min.)

VEN / DIM***€ 180,00**

(90 min.)

TONIFIANT**Gioia di Vivere**

Le rituel commence par une exfoliation douce avec le gommage à l'huile d'olive et aux sels thermaux Lefay SPA, suivie d'un enveloppement de boue aromatique spécifique et d'un massage tonifiant et raffermissant effectué avec l'émulsion *Gioia di Vivere*, riche en huile d'olive et groseilles, qui stimulent la production de collagène et d'élastine. Immédiatement, la peau gagne en fermeté et en vitalité.

LUN / JEU**€ 165,00**

(90 min.)

VEN / DIM***€ 180,00**

(90 min.)

SOINS DU VISAGE**NETTOYAGE DU VISAGE****Unico Cielo**

Déboucher les pores et éliminer les impuretés signifie laisser la peau respirer, stimuler l'échange cellulaire, rendre la peau plus fraîche, plus éclatante et plus lisse. Le nettoyage du visage *Unico Cielo* est idéal pour préparer la peau aux rituels suivants. Les microsphères de noisette exfolient la peau, les extraits de bardane et de lavande la purifient, tandis que la précieuse huile d'olive nourrit en profondeur. Les cellules sont renouvelées et la peau ressent une sensation immédiate de bien-être, en prenant une apparence revitalisée.

LUN / JEU**€ 150,00**

(75 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(75 min.)

NETTOYAGE DU VISAGE**Unico Cielo Short**

Nettoyage du visage pour ceux qui ont besoin d'un traitement complet ou pour ceux qui disposent de peu de temps.

LUN / JEU**€ 95,00**

(45 min.)

VEN / DIM***€ 105,00**

(45 min.)

Purifiante extra **

Idéal pour les peaux particulièrement impures qui ont besoin d'une désintoxication profonde ou pour ceux qui n'ont pas effectué de nettoyage du visage depuis longtemps.

LUN / JEU**€ 35,00**

(20 min.)

VEN / DIM***€ 45,00**

(20 min.)

NETTOYAGE DU VISAGE

Unico Cielo under 18

Traitement pour les peaux grasses, visant à combattre radicalement les excès de sébum et la formation conséquente d'impuretés qui se transforment souvent en acné. Les propriétés sébo-régulatrices de la vitis vinifera et de la bardane créent un effet purifiant et matifiant, pour affiner et purifier le grain de la peau.

LUN / JEU**€ 110,00**

(60 min.)

VEN / DIM***€ 120,00**

(60 min.)

RITUELS DU VISAGE**HYDRATANT**

Acqua Vitale

Traitement avec un précieux sérum riche en vitamines E et F et en substances hydratantes, qui donnent à la peau une profonde sensation de bien-être. Le caractère rituel du traitement, le massage modelant du visage et l'acupression sur les points énergétiques réflexes permettent de s'abandonner à une relaxation complète, pour une peau plus fraîche, plus jeune et plus éclatante.

LUN / JEU**€ 150,00**

(75 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(75 min.)

PURIFIANT

Rivivere

La réactivation des trois méridiens fondamentaux pour la purification et la régulation de l'intérieur du corps avec son extérieur et les propriétés purifiantes et matifiantes de l'aloès et de la bardane, en synergie avec l'action sébo-équilibrante du masque, désintoxiquent la peau en profondeur, lui redonnant luminosité et vigueur et unifiant le teint.

LUN / JEU**€ 150,00**

(75 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(75 min.)

APAISANT

Colore

Traitement indiqué pour les peaux délicates et sensibles, également idéal après une exposition au soleil. Le visage retrouve l'équilibre, l'hydratation et l'élasticité grâce au souci et au panthénol. Le masque riche en hamamélis et en mucilage d'algues réhydrate la peau en profondeur. Le visage retrouve un éclat inné grâce à la synergie entre le massage modelant du visage et la stimulation énergétique des points réflexes, qui ouvre le regard et redonne la magie d'un visage éclatant.

LUN / JEU**€ 150,00**

(75 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(75 min.)

ANTI-ÂGE

Senza Tempo Donna

Traitement visant à prévenir le vieillissement prématuré de la peau, causé par le stress induit par l'environnement et le mode de vie. Le nettoyage à l'éponge chaude, combiné aux manipulations enveloppantes du massage modelant du visage et à l'acupression sur les points énergétiques, garantissent la vitamine A pour restructurer le derme et les bourgeons de hêtre pour régénérer la vitalité cellulaire. L'huile d'olive et les extraits d'hibiscus maintiennent l'hydratation et la douceur pour une délicieuse nouvelle fraîcheur du visage.

LUN / JEU**€ 170,00**

(75 min.)

VEN / DIM***€ 185,00**

(75 min.)

Senza Tempo Uomo

Pour les hommes qui souhaitent retrouver une peau saine, reposée et propre. Ce traitement se compose de plusieurs étapes et s'effectue avec les produits de la ligne cosmétique pour homme Lefay SPA. Le nettoyage initial, le massage énergétique par acupression et le masque final à base de triglycérides et d'acides hydroxylés illuminants et vitamines, aident à prévenir le vieillissement prématuré de la peau, lui redonnant vitalité et éclat.

LUN / JEU**€ 140,00**

(60 min.)

VEN / DIM***€ 155,00**

(60 min.)

SOINS ANTI-ÂGE INTENSIFS

Dans le processus de vieillissement, la peau est le site le plus affecté par les facteurs génétiques et environnementaux, ce qui entraîne des changements morphologiques qui s'expriment par des rides, une décoloration, un relâchement et une peau sèche. Ces traitements innovants sont réalisés avec les produits de la ligne cosmétique Anti-âge Triple Action Lefay SPA, avec une forte concentration d'acide hyaluronique, vitamines régénératrices, de puissants antioxydants et de précieux principes actifs, qui pénètrent les couches les plus profondes de la peau, modulant les processus oxydatifs, soutenant les mécanismes de défense naturels et protégeant le patrimoine génétique. L'utilisation de ces cosmétiques est combinée à des techniques manuelles de raffermissment et de drainage, ainsi qu'à l'utilisation d'outils qui aident à tonifier les tissus, tels que les ventouses et les massages par pression. Une combinaison extraordinairement efficace qui redonne fermeté, fraîcheur et énergie à la peau.

RITUEL DU VISAGE LIFTING TRIPLE ACTION Il Cerchio della Luna

Un traitement dynamique et profond qui agit comme un véritable lifting sur le tonus musculaire, les processus oxydatifs et les mécanismes de défense naturels de la peau, protégeant le patrimoine génétique. La synergie entre l'utilisation des produits de la ligne Anti-âge Triple Action Lefay SPA, qui restructurent les dégâts causés par le vieillissement génétique et l'environnement et la technique du vide combinée au massage du visage, du cou et du décolleté, stimule le processus de régénération et de raffermissment des tissus. L'utilisation de pierres de lave chaudes active l'action de la ligne énergétique de l'estomac, qui part du visage, redonnant de l'éclat à la peau, comme si elle était le miroir du bon fonctionnement de l'organisme. L'ovale du visage apparaît repulpé, ferme et harmonieux, enveloppé d'une nouvelle lumière.

LUN / JEU

€ 210,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 230,00

(80 min.)



European Health & SPA Award 2018:
"Meilleur traitement Signature"

Motivation du jury: L'innovation de ce soin consiste en une combinaison de techniques de beauté holistique de pointe, d'une expérience sensorielle inédite et de la grande efficacité des produits de la ligne Anti-âge Triple Action Lefay SPA.

RITUEL RÉGÉNÉRANT POUR LE VISAGE, LA TÊTE ET LE COU LEFAY MINERAL ENERGY

Riflessi di Onde

Inspiré par les éléments de la nature alpine, Lefay SPA a créé un rituel anti-âge en utilisant une combinaison de complexes d'actifs qui protègent du stress oxydatif, oxygènent et dynamisent la peau du visage et combattent le stress et la fatigue. Dans ce rituel, la poudre d'olivine, riche en magnésium et aux propriétés anti-âge, est utilisée pour le gommage, ainsi que l'huile d'olive Lefay. Le massage du visage et du cou est effectué à l'aide d'une technique de pincement et d'acupression pour détendre les traits. La technique Gua Sha décongestionne les canaux énergétiques et active la circulation grâce au masque anti-âge restructurant avec de l'huile de phytomélatonine. L'ovale du visage est redessiné et la peau retrouve son éclat inné.

LUN / JEU

€ 200,00

(90 min.)

VEN / DIM*

€ 220,00

(90 min.)

CONTOUR DES YEUX

Aurora di Luce

Traitement innovant qui combine la stimulation des points d'énergie avec l'application du sérum précieux riche en acide hyaluronique, qui favorise la pénétration des complexes vitaminés et de l'hibiscus pour lisser complètement les rides d'expression. Le masque contour des yeux anti-âge apaise et décongestionne la peau, la préparant à un massage drainant et dynamisant effectué avec le système électronique innovant Digital Eye Concept Massage. Le contour des yeux apparaît immédiatement nourri et retrouve sa fraîcheur originelle.

LUN / JEU

€ 140,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 155,00

(45 min.)



03.

LES SENTEURS DU LAC

Tout ce qui nous fait du bien se trouve dans la nature qui nous entoure. Les cosmétiques dermatologiques Lefay SPA rencontrent les parfums et les essences typiques du territoire: huile d'olive extra-vierge, lavande et agrumes du lac. Un voyage sensoriel à la découverte des senteurs du lac.



RITUEL CORPS PURIFIANT ET RÉGÉNÉRANT AUX PIERRES VOLCANIQUES

La Vita nei Sensi

Un voyage sensoriel qui commence par un gommage au son et un enveloppement à l'huile d'olive Lefay, pour régénérer, énergiser et adoucir la peau du corps. Suit un massage aux pierres volcaniques chaudes le long des lignes et des points d'énergie du corps, avec une action rééquilibrante et relaxante. Les essences de citron, de rose et de romarin, d'orange et de lavande enveloppent les sens et le corps, donnant de la sérénité au coeur et à l'esprit.

LUN / JEU
€ 290,00
(2 heures, 30 min.)

VEN / DIM*
€ 310,00
(2 heures, 30 min.)



European Health & SPA Award 2014:
"Meilleur traitement SPA en Italie"

Motivation du jury: un rituel bienfaisant qui éveille tous les sens pour découvrir les senteurs du lac.

RITUEL «ODE AU VISAGE»

Il Tempo e l'Emozione

Comme une ode au territoire, ce rituel est une alchimie entre le lac et la végétation qui l'entoure. Un voyage sensoriel à travers les senteurs des lieux: de petits pochons de lavande et de sauge offrent de douces sensations au visage, entièrement rénové par un gommage à la menthe qui régénère la peau. Suivent un masque à l'essence de menthe et un massage enveloppant des jambes et du dos au parfum de sauge. Un final de senteurs et d'émotions enivrants, qui accompagnent même par la suite.

LUN / JEU
€ 240,00
(1 heure, 40 min.)

VEN / DIM*
€ 270,00
(1 heure, 40 min.)

RITUEL RENAISSANCE POUR LES MAINS ET LES PIEDS

Il Passo e la Carezza

Rituel dédié au soin des mains et des pieds, les deux parties du corps qui, depuis toujours, représentent notre contact avec la terre mère, avec les gens et les choses qui nous entourent. Un agréable bain de pieds initial avec des petites tranches de citron et des sels parfumés au thé vert, enrichi à l'essence de menthe et accompagné d'une douce acupression sur le visage et la tête, sur les notes aromatiques et relaxantes de la lavande. Suit une exfoliation aux sels et aux extraits de lavande. Pour finir, un enveloppement hydratant et un massage relaxant des zones réflexes de la main et du pied, avec la précieuse crème parfumée au thé vert et à la vitamine E.

LUN / JEU
€ 180,00
(1 heure, 30 min.)

VEN / DIM*
€ 197,00
(1 heure, 30 min.)



GOMMAGE DU CORPS AU SEL ET AUX CÂPRES AVEC L'ENVELOPPEMENT À L'HUILE D'OLIVE EXTRA-VIERGE LEFAY

Massage-gommage réalisé avec des produits naturels du territoire, tels que les câpres aux propriétés antioxydants, l'huile d'olive extra-vierge Lefay et l'ajout de sel. Cette synergie d'ingrédients est massée délicatement sur le corps, pour un effet lissant et nourrissant : les oligo-éléments contenus dans le sel régénèrent l'organisme tandis que les propriétés émollientes de l'huile, riche en polyphénols, restructurent la peau.

LUN / JEU
€ 115,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 125,00
(50 min.)



MASSAGE LEFAY Gocce di Lago

Massage aromatique relaxant combinant l'effet anti-âge de la précieuse huile d'olive extra-vierge Lefay avec les arômes typiques du lac de Garde, tels que le citron et la lavande.

LUN / JEU
€ 110,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 120,00
(50 min.)

SOIN DU VISAGE DÉTENDANT ET HYDRATANT À LA LAVANDE

Action modelante, tonifiante et drainante du visage, obtenue par des manoeuvres effectuées sur tous les muscles du visage combinées à l'action adoucissante de l'huile d'olive extra-vierge et d'essences de lavande. Pour finir, un masque anti-âge est appliqué.

LUN / JEU
€ 100,00
(45 min.)

VEN / DIM*
€ 110,00
(45 min.)



MÉDECINE ESTHÉTIQUE NON INVASIVE

LA DIRECTION NATURELLE DE LA BEAUTÉ

Des traitements réalisés avec des techniques et des outils conçus pour améliorer les imperfections cutanées sans recourir à des thérapies invasives. Une approche du rajeunissement qui garantit des résultats efficaces, sûrs et harmonieux.

Cette section comprend les traitements innovants de médecine esthétique énergétique Lefay SPA, qui reposent sur l'utilisation de l'acupuncture à visée esthétique.

01.

MÉDECINE ESTHÉTIQUE ÉNERGÉTIQUE

La Médecine Esthétique Chinoise (Mei Rong) puise ses racines dans les années 475-221 avant Jésus-Christ, à l'époque des « Royaumes combattants », qui se disputaient la suprématie dans la Chine ancienne. C'est une époque de l'histoire où l'acupuncture esthétique, réservée uniquement aux concubines impériales, était considérée comme précieuse pour préserver une bonne santé et ralentir le processus de vieillissement. Dans le Huang Di Nei Jing, le texte le plus important de la Médecine Chinoise Classique datant du 1er et du 2e siècle avant J.-C., les effets produits par l'avancée de l'âge sur la peau et le corps sont documentés. Le travail suggère l'acupuncture, la moxibustion, les massages et le Qi Gong comme principales techniques pour ralentir les signes du vieillissement.

VISAGE



ACULIFTING ET MASSAGE GUA SHA

Farfalla di Seta

L'Occident et l'Orient se retrouvent pour une performance lifting non invasive et non toxique. Le traitement commence par de l'acupuncture, afin de ralentir la formation des rides et de stimuler les points énergétiques du visage qui rendent la peau élastique, lumineuse et douce comme la soie. Suit le massage facial *Gua Sha* à effet drainant et modelant, qui vide les accumulations lymphatiques, remodelant le visage et le cou, apportant une nouvelle lumière. Les résultats sont visibles dès le premier traitement.

LUN / JEU
€ 230,00
(80 min.)

VEN / DIM*
€ 255,00
(80 min.)

CORPS



ANTI-CELLULITE ET ADIPOSITÉ

(Acupuncture avec électrolipolyse et massage énergétique du corps)

Il Fluire del Ruscello

Traitement global innovant visant à l'élimination des imperfections accumulées sur les cuisses et les fesses, qui se développe en trois phases:

- Diagnostic médical et prescription d'une phytothérapie personnalisée réalisés selon les principes de la Médecine Chinoise Classique, pour identifier les causes des imperfections;
- Acupuncture pour stimuler les points liés aux organes énergétiquement déséquilibrés. Les aiguilles sont appliquées sur les zones à majeure rétention d'eau ou de cellulite, et distribuées le long des canaux d'acupuncture. Ensuite, des micro-électrodes sont connectées aux aiguilles. Ces électrodes sont régulées par des fréquences et des intensités électriques déterminées qui fonctionnent par lipolyse, afin d'éliminer les accumulations adipeuses;
- Massage drainant et anticellulite réalisé avec la technique chinoise *Gua Sha*, qui stimule les zones des canaux et des points d'acupuncture d'accumulation, avec des manipulations spécifiques.

LUN / JEU

€ 240,00

(90 min: 10 min.
diagnostic médical
- 30 min. électro-
acupuncture - 50 min.
massage)

VEN / DIM*

€ 265,00

(90 min: 10 min.
diagnostic médical
- 30 min. électro-
acupuncture - 50 min.
massage)



European Health & SPA Award 2016:
"Meilleur traitement Signature"

Motivation du jury: L'innovation de ces traitements, créés par le Comité Scientifique de la Méthode Lefay SPA, consiste en l'utilisation de l'acupuncture dans une clé esthétique, pour un effet liftant et remodelant naturel, obtenu d'une manière durable et non invasive.

02.

MÉDECINE ESTHÉTIQUE RÉGÉNÉRATIVE

CRYOTHÉRAPIE

(Total body)

Pour cette pratique, l'invité est placé dans une chambre froide dont la température varie entre -85° et -95° C pendant un intervalle de 3 à 5 minutes. Le refroidissement à court terme encourage les réactions positives du corps en favorisant une augmentation du flux sanguin et lymphatique. Cela permet de tonifier la "substance intérieure", appelée "Yin" dans la Médecine Chinoise Classique. Elle permet de réduire la douleur et l'inflammation des muscles et des articulations et d'améliorer la composition corporelle en augmentant le métabolisme de base. La peau ainsi stimulée produit naturellement plus de collagène, ce qui se traduit par une peau détendue et radieuse.

1 SÉANCE

LUN / JEU**€ 60,00**

(3-5 min.)

VEN / DIM***€ 66,00**

(3-5 min.)

3 SÉANCES

€ 165,00

5 SÉANCES

€ 275,00

RENOUVELLEMENT CELLULAIRE APPAREIL NANOVI™

(Total body)

NanoVi™ est une technologie qui permet de stimuler la régénération cellulaire de l'organisme afin de réparer les dommages causés par le stress oxydatif. Le système immunitaire est activé et renforcé, ce qui maximise la production de nouvelle énergie et accélère la récupération après une maladie ou une période de stress.

1 SÉANCE

LUN / JEU**€ 60,00**

(15 min.)

VEN / DIM***€ 66,00**

(15 min.)

3 SÉANCES

€ 165,00

5 SÉANCES

€ 275,00

03.

SOINS DU CORPS ET DU VISAGE AVEC DES ÉQUIPEMENTS DE HAUTE TECHNOLOGIE

CORPS

SKINTONIC

Améliore la circulation, oxygène et tonifie

Cet équipement agit efficacement sur la cellulite tonique et sclérosée. En remodelant et en tonifiant la silhouette, il améliore la circulation et l'oxygénation des tissus. Il combine l'action d'aspiration à celle du massage de drainage lymphatique, aidant à dégonfler les jambes.

LUN / JEU
€ 100,00
(45 min.)

VEN / DIM*
€ 110,00
(45 min.)

CYCLE DE 3 SÉANCES

€ 250,00

VELASMOOTH PRO

Remodelage, réduction des graisses localisées et de la cellulite

Un système innovant qui augmente le métabolisme, la lipolyse et le drainage lymphatique, réduisant ainsi les cellules adipeuses. Grâce à la technologie révolutionnaire Elos, qui combine la lumière infrarouge, la radio-fréquence, l'aspiration et les manipulations, la production de collagène augmente et la circonférence de la zone traitée diminue, pour une silhouette totalement remodelée et raffermie.

LUN / JEU
€ 160,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 180,00
(50 min.)

CYCLE DE 3 SÉANCES

€ 430,00

VISAGE

OXYGÉNOTHÉRAPIE INTRACEUTICALS

Il s'agit de la nouvelle frontière dans le traitement de la peau ; cette technique se base sur le principe de l'oxygène hyperbare topique associé à des cosmétiques de dernière génération à base d'acide hyaluronique, d'antioxydants, de thé vert, d'aloès et de vitamines A, C et E. La technique est indolore, ne présente aucune contre-indication et les bénéfices sont visibles et immédiats car l'oxygène hyperbare permet de délivrer les principes actifs dans les couches les plus profondes de la peau.

Rejuvenate

Traitement ciblé des rides et ridules, améliore les petites imperfections et l'hydratation globale.

LUN / JEU

€ 210,00
(60 min.)

VEN / DIM*

€ 235,00
(60 min.)

CYCLE DE 3 SÉANCES

€ 550,00

NEW

ANALYSE DE LA PEAU AVEC OBSERV®320

Observ®320 est un appareil d'imagerie qui permet un examen approfondi de la santé de la peau, y compris des couches sous-jacentes "invisibles". Grâce à des images précises et qualitatives, cette technologie de dépistage permet d'identifier clairement les problèmes de la peau, en reconnaissant même les manifestations invisibles de cette affection cutanée. Observ®320 photographie le visage dans différentes conditions d'éclairage à l'aide de lumières LED et de filtres brevetés qui fournissent des informations sur des caractéristiques telles que la lumière du jour, la texture de la surface, la pigmentation, la vascularisation et la fermeté. Une consultation de soin du visage, offrant des solutions axées sur les résultats et adaptées à chaque personne.

LUN / JEU
€ 80,00**

VEN / DIM*
€ 88,00**

**La durée peut varier en fonction des besoins individuels de l'invité.

NEW

HYDRA TOUCH H2

Un appareil anti-âge innovant pour le visage, composé de trois systèmes intégrés de haute qualité :

- L'hydrodermabrasion comprend plusieurs techniques: la technologie du vide combinée aux embouts radiaux et aux sérums HyperFour pour nettoyer, exfolier, éliminer les impuretés, hydrater, stimuler et éclaircir la peau.

Le tout sans créer d'irritation ni laisser de marques ou de rougeurs après le traitement ;

- L'électroporation permet de mieux faire pénétrer les substances actives à l'intérieur du derme ;

- Le massage à micro-courant avec effet liftant stimule la fermeté et l'élasticité du derme et des muscles du visage.

Hydra Touch Basic Bronze

Traitement de base du visage, adapté à tous les types de peau. Il utilise l'hydrodermabrasion et la technologie du vide pour l'extraction des impuretés, suivie de l'application d'eau hydrogénée pour une action antioxydante et protectrice sur la peau. Idéal pour lutter contre le vieillissement cutané.

LUN / JEU

€ 210,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 230,00

(50 min.)

Hydra Touch Silver

Soin du visage indiqué pour les peaux qui ont besoin d'une action calmante, apaisante et éclaircissante. Il utilise l'hydrodermabrasion et la technologie du vide pour extraire les impuretés, le tout suivi de l'application d'eau hydrogénée antioxydante et de l'électroporation avec le masque Perfect Fit Calming Mask. Ce masque permet aux principes actifs de pénétrer efficacement dans les tissus et de donner au visage un nouvel éclat.

LUN / JEU

€ 250,00

(60 min.)

VEN / DIM*

€ 275,00

(60 min.)

Hydra Touch Top Gold

Soin liftant et anti-âge pour le visage.

Il est effectué en utilisant l'hydrodermabrasion et la technologie du vide pour extraire les impuretés, suivies de l'application d'eau hydrogénée pour une action antioxydante. Il est suivi d'un massage à micro-courants visant à raffermir et lifter les muscles du visage et d'une électroporation finale avec le masque calmant Perfect Fit pour une pénétration efficace des principes actifs. L'ovale du visage apparaît lifté et repulpé.

LUN / JEU

€ 280,00

(75 min.)

VEN / DIM*

€ 300,00

(75 min.)

Hydra Touch Diamond

Traitement du visage destiné aux peaux impures et épaisses, aux pores dilatés et aux cicatrices d'acné. Il est effectué en utilisant la technologie du vide pour extraire les impuretés, suivie de l'application d'eau hydrogénée pour une action antioxydante. Enfin, la dermabrasion réalisée à l'aide d'une pointe de diamant permet une hydratation en profondeur et un effet anti-âge final.

LUN / JEU

€ 200,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 220,00

(45 min.)

Soins du visage recommandés:

1 Analyse de la Peau avec Observ[®]320

1 Hydra Touch Silver

1 Oxygénothérapie Intracutaneals Rejuvenate

€ 430,00



04.

ZO SKIN HEALTH RESTORATION BY DR. ZEIN OBAGI

LES TRAITEMENTS DU DOCTEUR ZEIN OBAGI POUR LA SANTÉ DE LA PEAU

Les principes du programme du Docteur Obagi visant à rétablir une peau saine sont particulièrement applicables aux peaux présentant des problèmes de vieillissement ou des anomalies de la texture de la peau, souffrant de problèmes d'acné ou causés par des dommages causés par le soleil. Le Docteur Zein Obagi est le directeur médical et scientifique de ZO Skin Health inc. et est connu dans le monde entier pour avoir conçu des traitements, des protocoles et des produits de soins de la peau scientifiquement avancés. Sa méthodologie vise à rétablir une peau saine et à corriger les principales imperfections de la peau du visage. Les produits ZO sont des cosméceutiques de qualité et d'efficacité pharmacologiques, utilisant des nanotechnologies sophistiquées, des systèmes d'administration et des principes actifs avancés.

TRAITEMENT ILLUMINATEUR

Pour les peaux matures présentant des dyschromies

Les dyschromies cutanées sont des altérations liées à une accumulation de pigments mélaniques, qui donnent lieu à des taches inesthétiques localisées sur le visage et sur les zones les plus exposées de la peau. Ce traitement illuminant améliore la peau, en lui donnant un teint éclatant et une texture plus uniforme, grâce aux acides salicylique, lactique et citrique. De puissants antioxydants et coenzymes inhibent la production de mélanine, stimulant ainsi la reproduction de cellules saines.

LUN / JEU
€ 180,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 197,00
(60 min.)

TRAITEMENT ULTRA HYDRATANT OSSENTIAL

Pour les peaux sèches et déshydratées

Ce traitement commence par un nettoyage hydratant et une micro-exfoliation qui élimine les impuretés de surface. Grâce aux extraits de mûre, réglisse et busserole avec acide lactique et kojique, la peau est préparée pour le peeling, qui améliore l'éclat, la pureté et la texture de la peau, en atténuant les rides. Idéal pour les peaux sèches et matures, pour lesquelles l'avancée de l'âge et les facteurs tels que les circonstances environnementales, le métabolisme et le mode de vie ont altéré l'hydratation naturelle. Grâce à l'utilisation d'enzymes de réparation de l'ADN et de mélanine naturelle, la peau sera visiblement plus ferme, renforcée et protégée.

LUN / JEU
€ 180,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 197,00
(60 min.)

TRAITEMENT DES PEAUX IMPURES

Pour les peaux grasses ou acnéiques

La peau grasse est plus épaisse que la normale, elle apparaît grasse, avec des pores dilatés, des comédons et des points noirs qui peuvent dégénèrent en une inflammation chronique appelée acné. Grâce à l'utilisation de produits à base d'AHA et d'acide salicylique, la production excessive de sébum est minimisée, ce qui permet d'obtenir le rétrécissement des pores. Immédiatement, la peau est plus propre, plus saine et sans excès de sébum. En outre, l'utilisation d'antioxydants, de mélanine naturelle, d'oxyde de zinc et de dioxyde de titane réduit les cicatrices d'acné.

LUN / JEU
€ 180,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 197,00
(60 min.)



MEDICAL

Consultations médicales spécialisées et thérapies dans le domaine de la médecine occidentale, de la médecine naturelle, de l'ostéopathie et de la physiothérapie. L'offre comprend également une sélection complète de bilans spécifiques, qui permettent de reconnaître les difficultés de l'organisme.

01.

MÉDECINE NATURELLE

ACUPUNCTURE

Le corps humain est traversé par des lignes particulières, appelées méridiens, le long desquelles l'énergie vital, «Qi», circule. Une mauvaise circulation du «Qi» est considérée comme une cause de douleur et d'inconfort. Grâce à l'acupuncture, l'équilibre énergétique du corps et l'état de bien-être sont restaurés.

LUN / JEU

€ 160,00

consultation avec
séance d'acupuncture
(50 min.)

VEN / DIM*

€ 175,00

consultation avec
séance d'acupuncture
(50 min.)

LUN / JEU

€ 120,00

séance d'acupuncture
(30 min.)

VEN / DIM*

€ 130,00

séance d'acupuncture
(30 min.)

3 SÉANCES

LUN / JEU

€ 330,00

VEN / DIM*

€ 360,00

MOXIBUSTION

La moxibustion est une pratique thérapeutique de la médecine chinoise qui consiste à chauffer des zones de peau sur des points d'acupuncture, dans le but de renforcer les résultats d'un traitement ou d'un massage énergétique. Le nom «moxibustion» vient de Moe Kusa qui, en japonais, signifie «herbe brûlante».

LUN / JEU

€ 50,00

(20 min.)

VEN / DIM*

€ 55,00

(20 min.)

VENTOUSES

Méthode thérapeutique utilisée depuis l'Antiquité. Elle consiste à appliquer des coupelles sur les points d'acupuncture, créant un effet de ventouse, pour éliminer les fluides excédentaires et réactiver les flux énergétiques du corps. Elle est considérée comme une thérapie «stimulant les réflexes» car elle agit sur les zones dites «réflexes», améliorant le flux énergétique et débloquent les stases. C'est une aide pour les maladies respiratoires et cardiovasculaires, pour les difficultés du système digestif et ostéo-articulaire et les migraines.

LUN / JEU

€ 50,00

(20 min.)

VEN / DIM*

€ 55,00

(20 min.)

ACULIFTING

Il s'agit d'une pratique médicale douce, non toxique et non invasive qui utilise la théorie de la Médecine Chinoise Classique pour agir de manière préventive sur le processus de vieillissement de la peau du visage. Grâce à l'acupuncture, les fibroblastes sont stimulés en profondeur, ce qui active la production de collagène et la microcirculation. Dès le premier traitement, la peau est plus tonique et le visage plus lumineux et plus lisse, comme après un repos profond.

LUN / JEU

€ 130,00

(30 min.)

VEN / DIM*

€ 145,00

(30 min.)

CONSULTATION NUTRITIONNELLE ÉNERGÉTIQUE

Visé à changer les habitudes alimentaires par l'éducation sur les caractéristiques nutritionnelles des différents aliments et les processus psychologiques qui déterminent les attitudes envers la nourriture. Particulièrement adaptée aux personnes en surpoids, mais aussi à celles qui veulent choisir un mode d'alimentation savoureux, léger, détoxifiant et sain. En fonction de la constitution énergétique de l'individu, le médecin prescrit un parcours diététique personnalisé.

LUN / JEU

€ 100,00

VEN / DIM*

€ 120,00

02.

MASSOPHYSIOTHÉRAPIE

Cette pratique utilise des techniques de massage pour améliorer les activités physiologiques de zones spécifiques du corps. Ces différentes techniques permettent de soulager les douleurs musculaires ou articulaires, d'éliminer les tensions et la fatigue, de tonifier le volume des tissus et d'améliorer le bien-être psychologique.

TRAITEMENT DE MASSOPHYSIOTHÉRAPIE

Améliore la circulation sanguine, accélère l'apport d'oxygène et de nutriments et l'élimination des déchets métaboliques. Il a une action décontracturante, soulage les douleurs musculaires, les maux de dos et les douleurs au cou.

LUN / JEU**€ 110,00**

(40 min.)

VEN / DIM***€ 120,00**

(40 min.)

MASSAGE MYOFASCIAL POSTURAL

Le massage est particulièrement efficace pour le traitement des raideurs et en cas de contractures des muscles, y compris chroniques. Les bénéfices consistent en l'amélioration de la posture et la résolution des douleurs musculo-articulaires.

LUN / JEU**€ 110,00**

(40 min.)

VEN / DIM***€ 120,00**

(40 min.)

03.

OSTÉOPATHIE

L'objectif ultime de cette thérapie est la santé, poursuivie par la réduction de la douleur, l'amélioration de la fonction articulaire, le traitement des dysfonctionnements physiologiques et la suppression des obstacles à une transmission nerveuse optimale. Il s'agit d'un type de médecine alternative qui utilise des techniques de manipulation visant à rétablir l'équilibre général du corps, de ses fonctions et de son bien-être. L'ostéopathie prend en compte l'individu dans sa totalité, en tant que système composé de muscles, de structures squelettiques et d'organes internes connectés dans les centres nerveux de la colonne vertébrale.

Chaque partie constitutive de la personne (y compris le psychisme) dépend des autres, et le bon fonctionnement de chacune assure celui de l'organisme tout entier.

CONSULTATION OSTÉOPATHIQUE

Analyse anamnétique et évaluative visant à définir un plan de traitement, si nécessaire. Elle est recommandée aussi bien avant un traitement que comme consultation indépendante. Après avoir établi une synthèse des informations recueillies, l'invité se voit enseigner des exercices et des pratiques qui peuvent être bénéfiques pour sa santé.

LUN / JEU**€ 65,00**

(30 min.)

VEN / DIM***€ 75,00**

(30 min.)

MASSAGE CERVICAL OSTÉOPATHIQUE

Un traitement pour ceux qui souhaitent depuis longtemps se débarrasser des contractures musculaires cervicales gênantes, mais sans renoncer au plaisir d'un massage. La séance commence par un rééquilibrage de la posture, suivi d'une détension fasciale des muscles du cou et d'une correction ostéopathique des vertèbres dysfonctionnelles, qui sont souvent la cause des

douleurs gênantes dans le cou et les épaules. Enfin, pour détendre les muscles, un agréable massage décontractant est effectué, afin de libérer les dernières tensions.

LUN / JEU
€ 125,00
(45 min.)

VEN / DIM*
€ 135,00
(45 min.)

TRAITEMENT DE MANIPULATIONS OSTÉOPATHIQUES

Le traitement de manipulations ostéopathiques est le processus par lequel le corps est guidé vers la redécouverte de sa propre harmonie, vers l'intégration du corps, de l'esprit et de l'âme, entre structure et fonction correspondante ; il rétablit la faculté d'auto-guérison de l'individu. Car il agit principalement sur les structures ostéo-squelettiques, il est plus indiqué pour les problèmes tels que les lésions sportives ou les maux de dos.

LUN / JEU
€ 120,00
(40 min.)

VEN / DIM*
€ 130,00
(40 min.)

TRAITEMENT CRANÉO-SACRAL

L'ostéopathie cranéo-sacrée doit son nom aux structures osseuses qui entourent le système nerveux (le crâne et le sacrum), qui protègent le cerveau et la moelle épinière. En agissant sur ces structures, il est possible d'entrer en contact avec le rythme crânien qui se propage dans tout le corps, ré-harmonisant les fonctions organiques et l'état psychique. Doux et relaxant, ce traitement est particulièrement indiqué en cas de maux de tête, de contractures cervicales ou de problèmes liés au stress.

LUN / JEU
€ 140,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 150,00
(50 min.)

04.

TESTS DE DIAGNOSTIC

BILAN SUR LES INTOLÉRANCES ALIMENTAIRES Test ImuPro

De nombreuses études ont montré la relation entre les intolérances alimentaires et le surpoids, les maladies de la peau et les troubles digestifs. Ce test est réalisé par le biais de la méthode ELISA et met en évidence l'hypersensibilité à 90 ou 180 aliments, en traçant un profil nutritionnel personnalisé. Recommandé en cas de surpoids, d'essoufflement, d'apnée du sommeil et avant d'entamer une cure d'amincissement de manière consciente. Le test est effectué par prélèvement de sang capillaire.

ImuPro Basic 90 **€ 185,00**

ImuPro Basic 90 (végétarien) **€ 185,00**

ImuPro Basic 180 **€ 245,00**

BILAN INSOMNIE

Bilan profil hormonal Buonanotte

Il permet de connaître la concentration au soir de la mélatonine, un neurohormone fondamentale qui régule le cycle veille-sommeil. Recommandé en cas de difficulté d'endormissement, d'insomnie, de fort stress psychophysique et d'états d'anxiété. Le test est effectué par la collecte de salive.

€ 115,00

BILAN INTESTINAL

Test de la flore microbienne

La dysbiose est un déséquilibre de la flore microbienne présente dans la cavité buccale et le tractus gastro-intestinal. En cas de dysbiose, des organismes à faible virulence intrinsèque, tels que des bactéries, des levures et des protozoaires, peuvent provoquer des maladies qui se manifestent sous la forme de modifications de l'état nutritionnel ou du système immunitaire.

€ 195,00

NEW

BILAN DU STRESS PSYCHOPHYSIQUE**Test de cortisol**

Le cortisol, mieux connu sous le nom d' "hormone du stress", est l'hormone libérée par notre corps tout au long de la journée en réponse à des stimuli stressants. Un taux de cortisol altéré peut mettre l'organisme à rude épreuve et peut entraîner des altérations de l'humeur ou du métabolisme, de la fatigue chronique, des troubles de la tension artérielle et de l'hyperactivité. Réalisé à deux moments différents de la journée, ce bilan spécifique permet de déterminer avec précision si le taux de cortisol est normal ou pas. Ce test est réalisé en autonomie en prélevant deux échantillons salivaires.

€ 115,00

05.

**CONSULTATIONS
MÉDICALES****CONSULTATION MÉDICALE ÉNERGÉTIQUE**

Un texte de 1600 la décrivait comme la chanson des 10 questions. Le médecin énergétique s'enquiert de certaines caractéristiques de l'organisme allant des rêves à la digestion, en essayant de percevoir les petites variations de l'énergie de l'organisme bien avant qu'elles ne se transforment en pathologie. Le médecin observe également le teint de la peau, entend le ton de la voix, demande les saveurs préférées et palpe les poignets radiaux. Cette séquence permet d'effectuer le diagnostic énergétique sur la base duquel des traitements spécifiques sont appliqués pour l'altération détectée.

LUN / JEU**€ 150,00**

(50 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(50 min.)

NEW

LES SECRETS DE LA LONGÉVITÉ

Certains de nos comportements peuvent protéger notre santé, d'autres la mettent en danger. La recherche scientifique étudie le rôle de l'inflammation chronique dans l'apparition et la progression de certaines maladies, notamment l'obésité, les maladies cardiovasculaires, les troubles osseux et articulaires, les maladies auto-immunes et neurodégénératives. Il est toutefois possible de ralentir le vieillissement : Cette consultation examine le style et la qualité de vie, les habitudes alimentaires et de sommeil d'une personne, selon les principes de la médecine de longévité et de la Médecine Chinoise Classique. Le médecin vous suggérera des changements à apporter à votre mode de vie afin de prolonger votre durée de vie d'une manière saine et d'en améliorer la qualité.

LUN / JEU**€ 150,00**

(50 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(50 min.)



PARCOURS BIEN-ÊTRE ET BEAUTÉ

Lefay a créé des programmes spéciaux de bien-être et de beauté à combiner avec votre séjour, qui comprennent des massages et des traitements énergétiques Lefay SPA, avec des technologies esthétiques occidentales non invasives.

VISAGE

BEAUTY REJUVENATE

Programme facial anti-âge qui prévient le vieillissement, en associant des techniques manuelles à des soins réalisés avec la technologie esthétique occidentale non invasive.

- 1 Nettoyage du visage Lefay SPA *Unico Cielo*
- 1 Oxygénothérapie Intraceuticals Rejuvenate
- 1 Massage facial *Gua Sha*

€ 415,00 (séjour non-inclus)

BEAUTY ANTI ÂGE

Un programme anti-âge avancé contre les signes du vieillissement, qui associe les produits de la ligne cosmétique Anti-âge Lefay SPA à des techniques manuelles spécifiques et à l'utilisation d'équipements de beauté de haute technologie.

- 1 Nettoyage du visage Lefay SPA *Unico Cielo*
- 1 Soins du visage, Anti-âge Triple Action Lefay SPA *Il Cerchio della Luna*
- 1 Oxygénothérapie Intraceuticals Rejuvenate
- 1 massage modelant du visage

€ 590,00 (séjour non-inclus)

CORPS

TONIFIER

Parcours extrêmement efficace, pour un corps tonique et mince.

- 1 Velasmooth Pro
- 1 Massage Gua Sha Jambes
- 1 Rituel d'esthétique énergétique tonique *Gioia di vivere*

€ 390,00 (séjour non-inclus)

AMINCISSANT

Ce parcours associe l'utilisation d'appareils de pointe à des techniques manuelles, pour un corps remodelé.

- 1 Phyto-cataplasme à l'argile aromatique spécifique Lefay SPA
- 1 Velasmooth Pro
- 1 Massage énergétique détoxifiant Lefay SPA *La Luce oltre la Nebbia* avec ventouses

€ 380,00 (séjour non-inclus)

PURIFIANT

Parcours visant à détoxifier et dépurifier l'organisme.

- 1 Gommage à l'huile d'olive extra-vierge et aux sels thermaux Lefay SPA
- 1 Massage énergétique détoxifiant Lefay SPA *La Luce Oltre la Nebbia*
- 1 Lac salé *La Luna nel Lago*
- 1 Massage aromatique à la boue chaude

€ 305,00 (séjour non-inclus)

SYSTÈME IMMUNITAIRE

Renforcer notre organisme nous permet d'augmenter notre capacité de défense, en développant un système immunitaire naturellement plus efficace. Se maintenir en bonne santé permet de se sentir au mieux de sa forme au quotidien, en maintenant un état psychophysique équilibré.

- 1 Consultation médicale énergétique initiale
- Phytothérapie spécifique *Nutrire la Vita*
- 1 Massage énergétique visage Lefay SPA *Derma di Luce*
- 1 Massage énergétique corps Lefay SPA *Nutrire la Vita*
- 1 Cryothérapie
- 1 Activité de rééquilibrage physique énergétique Qi Gong

€ 480,00 (séjour non-inclus)

OSTÉOPATHIE

L'objectif du parcours est la santé par la réduction de la douleur. L'amélioration de la fonction articulaire, le traitement des dysfonctionnements physiologiques et l'élimination des obstacles pour une transmission nerveuse optimale.

- 1 Consultation ostéopathique
- 1 Traitement de manipulations ostéopathiques
- 1 Traitement cranéo-sacral
- 1 Massage cervical ostéopathique

€ 400,00 (séjour non-inclus)

VISAGE ET CORPS

NEW

MÈRE ET FILLE

Bien-être et beauté à partager : une expérience mère - fille, pour se détendre et se retrouver.

- 1 Lac salé *La Luna nel Lago*
- 1 Massage *Alta Marea* pour deux
- 1 Rituel esthétique énergétique visage Lefay SPA après consultation (par personne)

€ 390,00 (séjour non-inclus)

SPÉCIAL HOMME

Soins consacrés à la beauté de l'homme.

- 1 Gommage du corps à l'huile d'olive et aux sels thermaux Lefay SPA
- 1 Massage décontractant Lefay SPA *La Brezza accanto al Confine*
- 1 Rituel de beauté énergétique du visage Lefay SPA *Senza Tempo Uomo*
- 1 Manucure
- 1 Pédicure esthétique

€ 390,00 (séjour non-inclus)



SPA À LA CARTE

Un large éventail d'offres, dont des soins de thalassothérapie pour le visage et le corps, des massages occidentaux et massages et rituels des différentes traditions orientales.

01.

THALASSOTHÉRAPIE

Une thérapie extrêmement ancienne, dont les origines remontent aux Grecs. Elle exploite l'action synergique des précieuses substances contenues dans les algues et les dérivés marins, y compris les minéraux et les oligo-éléments, pour donner au corps beauté, forme et nouvelle énergie.

ENVELOPPEMENT AUX ALGUES MARINES

Tonifiant, détoxifiant et amincissant corps

Une véritable panacée pour l'organisme: extrêmement riches en vitamines, oligo-éléments et sels minéraux, grâce à l'enveloppement de tout le corps, les algues ont un effet tonifiant, amincissant et détoxifiant, contribuant à lutter contre la cellulite en drainant les tissus. Le traitement se termine par un bref massage.

LUN / JEU

€ 115,00

(60 min.)

VEN / DIM*

€ 135,00

(60 min.)

LAC SALÉ

La Luna nel Lago

La température élevée, environ 36°C, permet au corps d'absorber les oligo-éléments et les minéraux du sel marin dissous dans l'eau. Il a un effet drainant, détoxifiant et relaxant. Durée 30 min., en alternant entre bain et relaxation. Recommandé avec tous les traitements de thalassothérapie.

LUN / JEU

€ 35,00

par personne (jusqu'à 6 personnes)

VEN / DIM*

€ 40,00

par personne (jusqu'à 6 personnes)

LUN / JEU

€ 90,00

par couple (jusqu'à 2 personnes)

VEN / DIM*

€ 95,00

par couple (jusqu'à 2 personnes)

SOIN DU VISAGE AUX ALGUES

Purifiant/Dynamisant visage

Traitement profond pour les peaux très impures ou acnéiques. Un véritable traitement «thalasso du visage» pour purifier, dynamiser et rééquilibrer les fonctions vitales de la peau. Excellent pour ceux qui n'ont pas effectué de nettoyage du visage depuis longtemps ou qui, présentant une peau particulièrement impure, ont besoin d'une détoxification et d'un nettoyage plus profond.

LUN / JEU

€ 160,00

(90 min.)

VEN / DIM*

€ 175,00

(90 min.)

RITUEL "SULLE RIVE DEL MARE"

Introduction au monde marin

Ce rituel reminéralisant, relaxant et détoxifiant, commence par un bain dans le lac salé *La Luna nel Lago*, à une température d'environ 36°C, qui permet au corps d'absorber les oligo-éléments et les minéraux du sel marin dissous dans l'eau, pour un effet drainant, détoxifiant et relaxant. Il est suivi d'un enveloppement d'algues riches en vitamines, oligo-éléments et sels minéraux à l'effet tonifiant, amincissant et détoxifiant. Le rituel se termine par un soin du visage "Thalasso" profond et purifiant pour dynamiser et rééquilibrer les fonctions vitales de la peau. Ce rituel est conçu pour une purification et une régénération profondes du corps et du visage.

LUN / JEU

€ 260,00

(2 heures, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 286,00

(2 heures, 30 min.)

NEW

MASSAGE VENTRE PLAT

Traitement visant à remodeler la zone abdominale, à stimuler la réduction des gonflements et à limiter le relâchement cutané. La séance commence par un enveloppement aux sels de la mer Morte, à l'hydrocotyle indien, aux algues laminaires et au fucus, suivi d'un massage modelant du ventre effectué avec des techniques spécifiques.

LUN / JEU

€ 95,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 105,00

(45 min.)

02.

MASSAGES OCCIDENTAUX



BIENVENUE LEFAY

Massage du dos pour en détendre les muscles. Procure une profonde sensation de bien-être grâce aux huiles essentielles les plus pures de lavande et de citron, arômes typiques du Lac de Garde.

LUN / JEU
€ 55,00
(20 min.)

VEN / DIM*
€ 60,00
(20 min.)



DÉCONTRACTURANT DORSAL CERVICAL

Il détend les muscles et a un effet immédiat soulagement de toutes les zones contractées du dos.

LUN / JEU
€ 80,00
(30 min.)

VEN / DIM*
€ 90,00
(30 min.)

MASSAGE MODELANT DU VISAGE

Action modelante, tonifiante et drainante obtenue par la combinaison de manoeuvres effectuées le long de l'implantation de tous les muscles du visage. Il dynamise les fibres élastiques et stimule la production de collagène, renforce la fermeté et redonne vie aux peaux fatiguées. L'utilisation de l'huile cosmétique anti-âge biologique Lefay SPA accélère la régénération de la peau.

LUN / JEU
€ 105,00
(40 min.)

VEN / DIM*
€ 115,00
(40 min.)



CALIFORNIEN

Massage relaxant et apaisant qui, grâce à des mouvements doux et fluides, légers ou plus profonds, libère l'esprit des pensées et procure un bien-être psychophysique. Dédié à ceux qui cherchent un moment de véritable détente, à ceux qui veulent recevoir un massage enveloppant et délicat. Il favorise la relaxation, ce qui est particulièrement bénéfique pour les personnes stressées et surchargées de travail.

LUN / JEU
€ 110,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 120,00
(50 min.)



CONNECTIVAL

Réactive la circulation et améliore le trophisme des tissus grâce aux manoeuvres de détachement profond du tissu conjonctif. La peau redevient élastique et compacte, et le corps retrouve sa légèreté.

LUN / JEU
€ 110,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 120,00
(50 min.)



RÉFLEXOLOGIE

Sur les pieds se reflète l'ensemble du corps humain. Grâce à des pressions profondes et légères, nous tentons de rétablir un équilibre à l'intérieur du corps, en massant les pieds d'une manière qui correspond à notre état psychophysique et partant ainsi d'une vision globale visant à accroître la conscience et à éveiller les ressources que chacun d'entre nous possède en lui.

LUN / JEU
€ 110,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 120,00
(50 min.)



TRAITEMENT PLANTAIRE RELAXANT KIDS

Un traitement court et agréable pour les enfants, très relaxant, avec des bienfaits sur la circulation et les petites tensions musculaires.

LUN / JEU
€ 45,00
(20 min.)

VEN / DIM*
€ 50,00
(20 min.)



DEEP TISSUE

Technique de massage visant à traiter les muscles profonds du système myofascial, capable d'agir sur des structures difficiles à traiter avec d'autres méthodes.

LUN / JEU
€ 130,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 140,00
(50 min.)

€ 190,00
(75 min.)

€ 205,00
(75 min.)



HÉMOLYMPHATIQUE

Il améliore la circulation sanguine et a une forte action drainante. Il est idéal pour remodeler la silhouette et donner de la légèreté au corps. Combinaison idéale avec les traitements de beauté du corps.

LUN / JEU
€ 110,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 120,00
(50 min.)

AVEC DE LA BOUE CHAUDE AROMATIQUE

Particulièrement agréable parce qu'il est réalisé avec de la boue chaude Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*. Riche en huiles, argiles, sulfates et marillonite, qui ont une action osmotique détoxifiante et antioxydante.

LUN / JEU
€ 130,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 140,00
(60 min.)

MASSAGE À LA BOUGIE

Massage relaxant avec des huiles chaudes provenant de bougies parfumées. Il soulage les tensions et procure au corps des sensations nouvelles et agréables.

LUN / JEU
€ 110,00
(45 min.)

VEN / DIM*
€ 120,00
(45 min.)



TRAITEMENTS DE MATERNITÉ

Spécifiques aussi bien pour les femmes enceintes (après le 4ème mois) que pendant la période d'allaitement. Ils permettent de retrouver rapidement la forme, hydratant la peau en profondeur et la rendant plus élastique.

Massage hydratant et drainant à l'huile d'olive extra-vierge Lefay.

LUN / JEU
€ 100,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 110,00
(50 min.)

Massage jambes *Gambe Leggere*

LUN / JEU
€ 50,00
(30 min.)

VEN / DIM*
€ 55,00
(30 min.)



TRAITEMENT PLANTAIRE RELAXANT

Dolce Attesa

Massage doux des pieds visant à stimuler le drainage lymphatique. Il améliore et favorise la circulation sanguine et a un effet relaxant sur le système nerveux.

LUN / JEU
€ 85,00
(30 min.)

VEN / DIM*
€ 90,00
(30 min.)

03.

MASSAGES ET RITUELS ORIENTAUX



NEI GONG TUINA 推拿

Le Tui Na (tūi signifie presser et ná, saisir) est une technique de massage chinoise très ancienne qui remonte à la dynastie Ming (400 av. J.-C.). Ce massage agit en rééquilibrant le Yin et le Yang, en dissolvant les blocages énergétiques et en renforçant le système immunitaire. Doux, énergique, continu et profond, sont les adjectifs qui décrivent bien ce massage ; son action s'intègre parfaitement avec l'acupuncture, la moxibustion et les ventouses. Idéal pour équilibrer la sphère émotionnelle et traiter des symptômes tels que les maux de tête, l'insomnie, la dyspepsie, les douleurs lombaires, les cervicalgies et la périarthrite scapulo-humérale.

LUN / JEU
€ 125,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 137,00
(50 min.)



GUA SHA VISAGE

Un massage facial innovant créé selon les principes de la beauté holistique. Le Gua Sha est une pratique ancienne de la médecine chinoise répandue principalement en Asie. Des instruments spécifiques en jade ou en corne sont passés de manière répétée sur la peau du visage pour drainer les canaux énergétiques et activer la circulation sanguine. Cette technique est associée à un massage tonifiant à l'huile d'olive. L'ovale du visage est redessiné, la peau retrouve sa luminosité innée et on ressent une agréable sensation de relaxation profonde.

LUN / JEU
€ 125,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 137,00
(50 min.)



GUA SHA JAMBES

Massage drainant et anti-cellulite réalisé avec la technique chinoise *Gua Sha*, qui stimule les canaux et les points d'acupuncture d'accumulation selon des manipulations spécifiques, en se concentrant notamment sur les zones des jambes et des fesses. Immédiatement, les jambes ressentent une agréable sensation de légèreté, grâce à l'action drainante des techniques manuelles, qui remodelent la silhouette et tonifient la peau.

LUN / JEU
€ 125,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 137,00
(50 min.)

SHIATSU

Dans ce traitement, on utilise une technique basée sur une pression perpendiculaire, maintenue constante et visant à éveiller la force vitale et la capacité d'auto-guérison en chacun de nous. Le Shiatsu peut soulager les états douloureux physiques et psychologiques (comme l'anxiété, le malaise, etc.). Il procure un bien-être immédiat et induit un état de relaxation complète. Enfin, il permet à l'organisme de retrouver l'équilibre et l'harmonie avec lui-même et le milieu environnant.

LUN / JEU
€ 135,00
(65 min.)

VEN / DIM*
€ 150,00
(65 min.)

ASHIATSU

Ancienne technique de massage qui utilise la pression des pieds, en suivant le flux des méridiens Yin (Terre) et Yang (Ciel). Cette technique répartit les tensions localisées, rééquilibre le flux de Qi et libère les articulations. Elle aide à allonger la colonne vertébrale et à améliorer la posture. Elle augmente la conscience physique, mentale et émotionnelle.

LUN / JEU
€ 130,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 145,00
(60 min.)

NEW

WATER SHIATSU

L'eau est l'élément dont nous sommes issus, dont nous sommes faits et auquel nous retournerons. Dans l'atmosphère évocatrice du lac salé à usage exclusif, une technique de massage ancienne est combinée aux précieux bienfaits de l'eau. Le corps est soutenu par le praticien tandis qu'il flotte sur le dos à la surface du lac salé, ce qui permet à l'invité de se détendre profondément. Cette technique crée une sorte de danse dans laquelle des étirements doux alternent avec des oscillations et des mouvements libres. Cela libère les tensions émotionnelles, améliore la circulation lymphatique, la qualité du sommeil et la perception du corps.

LUN / JEU
€ 150,00
(45 min.)

VEN / DIM*
€ 165,00
(45 min.)



DORSAL TIBÉTAIN

L'action combinée des manoeuvres de relaxation, des éponges chaudes et des ventouses procure bien-être et détente au dos. Le son des cloches tibétaines réveille les zones les plus silencieuses du corps, qui ont perdu leur élasticité et leur capacité à être en harmonie avec l'ensemble de l'organisme.

LUN / JEU
€ 120,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 130,00
(50 min.)



LOMI LOMI

Massage dans l'ancienne tradition hawaïenne, réalisé par des mouvements dits Hula, de longues manipulations, presque des effleurements, qui alternent rythme et intensité comme une danse. Très agréable et relaxant, il soulage le stress en augmentant l'énergie du corps.

LUN / JEU
€ 125,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 138,00
(50 min.)



STONE THERAPY

Ce massage est fait avec des pierres volcaniques chaudes qui retiennent la chaleur et la restituent lentement. Indiqué pour les douleurs musculaires, rhumatismales et dorsales. Améliore la mobilité des muscles et des articulations. Il est très bénéfique pour l'humeur et le bien-être de l'esprit.

LUN / JEU
€ 155,00
(80 min.)

VEN / DIM*
€ 170,00
(80 min.)

THAI

Massage qui exerce une pression sur les lignes énergétiques par l'utilisation de la paume et du pouce. Combiné avec l'étirement passif de tous les membres, améliore la circulation et rend le corps plus élastique.

LUN / JEU
€ 135,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 149,00
(60 min.)

AYURVEDA

De la racine sanskrite *Ayur* qui signifie "vie" et *Veda* qui signifie "science", une ancienne discipline indienne pratiquée pour soigner l'individu de manière naturelle et harmoniser les trois *Dosha* : VATA le mouvement, PITTA le métabolisme, KAPHA la structure.

SHIRO-DARA AVEC MASSAGE DE LA TÊTE

L'application d'huile de sésame sur le front, associée à un massage relaxant de la tête et du cou, permet de faire disparaître toutes les tensions.

LUN / JEU
€ 100,00
(40 min.)

VEN / DIM*
€ 130,00
(40 min.)

SHIRO-DARA AVEC SNEHANA

Huilage du corps, avec des mouvements légers, harmonieux et enveloppants pour équilibrer son énergie. L'huile de sésame est associée au massage pour éliminer les toxines dites "AMA". Le soin se poursuit en versant de l'huile chaude sur le front en un flux continu et régulier. En libérant le corps

et l'esprit du stress et des tensions, les capacités de perception sont améliorées, le cuir chevelu est revitalisé et la peau du visage est régénérée.

LUN / JEU

€ 190,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 209,00

(80 min.)

ABHYANGA

Massage énergisant caractérisé par des mouvements harmonieux qui créent de la chaleur pour éliminer les toxines appelées AMA. Le dos est allégé et tonifié. Un dernier massage de la tête et du cou permet de se détendre et de se relaxer.

LUN / JEU

€ 155,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 175,00

(80 min.)

RITUELS ORIENTAUX

RITUEL POLYNÉSIEEN

Un voyage à travers les senteurs polynésiennes. La première étape est Taha'a, l'île de la vanille, avec un gommage à base de fibres de noix de coco, de sable blanc, de vanille et de sel marin. On se rend ensuite à Manihi, où le corps est purifié et hydraté dans le bain du lagon. Le voyage continue jusqu'à Bora Bora, où le corps s'abandonne au rythme des Tuiponos avec un massage relaxant. Le rituel se termine à Raiatea, l'île sacrée, où le corps est sublimé avec l'huile sacrée Polynésie.

LUN / JEU

€ 295,00

(2 heures, 15 min.)

VEN / DIM*

€ 315,00

(2 heures, 15 min.)

RITUEL HAMMAM

Dans le SPA privé Ovide, issu de l'ancienne tradition du Moyen-Orient, une réinterprétation par Lefay SPA du rituel de purification du visage et du corps. Il commence par un bain de vapeur (calidarium) pour préparer la peau à l'exfoliation avec le savon noir et le gant de Kassa, suivi d'un enveloppement avec du Rassoul, pour terminer par un huilage relaxant au beurre de karité pur. Chaque phase du rituel corporel sera accompagnée d'un soin du visage avec des produits naturels à base de savon noir, d'huile d'argan, de lait d'ânesse et d'essence de rose, pour un résultat final de détente maximale et de splendeur pour la peau.

LUN / JEU

€ 310,00

version longue,
pour le visage et le
corps (2 heures,
30 min.)

VEN / DIM*

€ 330,00

version longue,
pour le visage et le
corps (2 heures,
30 min.)

LUN / JEU

€ 245,00

version courte,
corps seulement
(2 heures)

VEN / DIM*

€ 265,00

version courte,
corps seulement
(2 heures)

RITUEL AU BEURRE DE KARITÉ AVEC DE L'HUILE D'ARGAN

Particulièrement indiqué pour les peaux sèches, il a un effet hydratant et nourrissant, laissant la peau lisse et douce. Ce traitement fait appel aux propriétés exceptionnelles de l'huile d'argan et du beurre de karité: antioxydant, émollient, hydratant et fortement élastifiant.

LUN / JEU

€ 160,00

(75 min.)

VEN / DIM*

€ 180,00

(75 min.)



POUR LE COUPLE



Des rituels dédiés au couple au sein de nos SPAS privés exclusifs, puisant leur inspiration dans la mythologie grecque, pour se redécouvrir lors d'un voyage sensuel à deux à l'intérieur du Monde Lefay SPA.

01.

SPAS PRIVÉS

Inspirés de la mythologie grecque, les deux splendides SPAS privés Lefay sont caractérisés par des décors et des parcours de bien-être à partager ensemble, afin de profiter du plaisir des traitements en toute détente. Dans les SPAS privés, il est également possible de créer des programmes personnalisés pour les couples (pour plus d'informations, contactez la Réception du SPA).

OVIDE, PHILÉMON ET BAUCIS

Il rappelle le mythe de Philémon et Baucis, qui accueillirent les dieux dans leur humble demeure, recevant en récompense un temple et la promesse qu'ils resteraient ensemble pour toujours, devenant deux beaux oliviers. Le rituel rappelle la joie, la simplicité et la chaleur de l'accueil et donne un sentiment de grande sérénité.

RITUEL DE BIENVENUE LEFAY:

LA GROTTÉ DES DIEUX

La grotte, entièrement faite en pierre, libère une vapeur enrichie d'essences méditerranéennes. En plus de purifier l'organisme, elle a un effet bénéfique sur les voies respiratoires et est vivifiante pour les tissus.

SOIN LISSANT AU SEL ET AUX CÂPRES AVEC HUILE D'OLIVE

Soin préparatoire exfoliant et restructurant, réalisé avec des produits naturels locaux, tels que les câpres aux propriétés antioxydantes, l'huile d'olive extra vierge Lefay, avec l'ajout de sel et les douces notes aromatiques de la lavande qui détendent l'esprit ; la peau sera douce et veloutée.

MASSAGE À L'HUILE DE PÉPINS DE RAISIN

Un massage enveloppant effectué avec de l'huile aromatisée aux pépins de raisin et des ballots chauds; il détend le corps et apaise l'esprit.

MOMENT DE DÉTENTE ET GOURMET OVIDE

Pour rendre ce rituel de couple encore plus agréable, la relaxation est accompagnée d'un cocktail non alcoolisé avec des fruits et des parfums de saison et de biscuits faits maison.

LUN / JEU

€ 590,00

pour le couple
(parcours de
2 heures, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 610,00

pour le couple
(parcours de
2 heures, 30 min.)

Le SPA privé Ovide, Philémon et Baucis est également proposé en version courte (Grotte des Dieux, Massage à l'huile de pépins de raisin et Moment de détente et gourmet).

LUN / JEU

€ 420,00

pour le couple
(parcours de
1 heure, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 450,00

pour le couple
(parcours de
1 heure, 30 min.)

DAPHNÉ, APOLLON ET ÉROS

Il s'inspire de la légende de la belle Daphné dont Apollon, dieu du Soleil, est tombé follement amoureux après l'avoir vue immergée dans les eaux claires d'un lac entouré de fleurs blanches et parfumées.

RITUEL DE BIENVENUE LEFAY:

LE LAC DES NYMPHES

Vous serez plongés dans une atmosphère romantique et sensuelle, entourés de la douce lumière des bougies et de pétales de rose parfumés qui effleurent délicatement la peau. L'eau, enrichie avec des huiles essentielles précieuses aux propriétés bénéfiques, détend l'esprit et élimine le stress et la fatigue.

SPLendeur DIVINE POUR LUI ET POUR ELLE

Dédié au visage: une exfoliation douce combinée à un massage tonique et relaxant redonnent de la splendeur à la peau; le masque final apporte une incroyable douceur, améliorant l'hydratation et laissant la peau aussi veloutée qu'un pétale de rose.

LE MASSAGE DE DAPHNÉ

Dédié à la douceur de Daphné, ce massage aux huiles parfumées enivrantes évoque les atmosphères bucoliques et les prairies fleuries. Les techniques manuelles douces, associées à l'utilisation de bâtons de bambou sur certaines parties du corps, comme les vagues qui se propagent dans l'eau, font fusionner le corps et l'esprit dans un état de relaxation absolue.

MOMENT DE DÉTENTE ET GOURMET DE DAPHNÉ, APOLLON ET ÉROS

Ce parcours romantique et relaxant est complété par un délicieux cocktail sans alcool, l'Ambroisie de Cupidon Lefay et de petites gourmandises préparées par le Chef.

LUN / JEU

€ 590,00

pour le couple
(parcours de
2 heures, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 610,00

pour le couple
(parcours de
2 heures, 30 min.)

Le SPA privé Daphné, Apollon et Éros est également proposé en version courte (Le Lac des Nymphes, le Massage de Daphné et moment de détente et gourmet).

LUN / JEU

€ 420,00

pour le couple
(parcours de
1 heure, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 450,00

pour le couple
(parcours de
1 heure, 30 min.)

02.

RITUELS POUR LE COUPLE

MASSAGE À LA BOUGIE DANS LA SUITE SPA

Un rituel de couple sensuel dans lequel tous les sens sont sollicités : la lumière émanant de la bougie crée l'atmosphère et agit comme une chromothérapie, tandis que son parfum (aromathérapie) prédispose à la relaxation. Une expérience inoubliable à partager avec votre partenaire.

LUN / JEU**€ 220,00**pour le couple
(45 min.)**VEN / DIM*****€ 240,00**pour le couple
(45 min.)

NEW

LA ROUTE DES ÉPICES

Un voyage en Orient pour le couple dans une atmosphère enchanteresse. Un long rituel combinant épices, résines et essences avec des techniques orientales pour une expérience enveloppante pour le corps et l'esprit : Curcuma, poivre, ambre, oud, cannelle et gingembre pour un moment hypnotique à deux dans des parfums enivrants. Les techniques manuelles se concentrent sur toutes les parties du corps, à partir des pieds jusqu'à la tête, favorisant la bonne humeur et l'harmonie.

LUN / JEU**€ 430,00**pour le couple
(1 heure, 45 min.)**VEN / DIM*****€ 475,00**pour le couple
(1 heure, 45 min.)

RITUEL HAMMAM

Dans le SPA privé Ovide, issu de l'ancienne tradition du Moyen-Orient, une réinterprétation par Lefay SPA du rituel de purification du visage et du corps. Il commence par un bain de vapeur (calidarium) pour préparer la peau à l'exfoliation avec le savon noir et le gant de kassa, suivi d'un enveloppement au Rassoul, pour finir par un huilage relaxant au pur beurre de karité. Chaque étape du rituel pour le corps sera accompagnée d'un traitement du visage avec des produits naturels à base de savon noir, d'huile d'argan, de lait d'ânesse et d'essence de rose, pour un résultat final de détente maximale et de splendeur pour la peau.

LUN / JEU**€ 590,00**pour le couple
version longue pour le
visage et le corps
(2 heures, 30 min.)**VEN / DIM*****€ 610,00**pour le couple
version longue pour le
visage et le corps
(2 heures, 30 min.)**LUN / JEU****€ 440,00**pour le couple
version courte pour le
corps (2 heures)**VEN / DIM*****€ 470,00**pour le couple
version courte pour le
corps (2 heures)

RITUEL POLYNÉSIEEN

Un voyage à travers les senteurs polynésiennes. La première étape est Taha'a, l'île de la vanille, avec un gommage à base de fibres de noix de coco, de sable blanc, de vanille et de sel de mer. Nous passons ensuite à Manihi, où le corps est purifié et hydraté dans le bain du lagon. Le voyage continue vers Bora Bora, où le corps se laisse aller au rythme des Tuiponos avec un massage relaxant. Le rituel se termine à Raiatea, l'île sacrée, où le corps est sublimé avec l'Huile sacrée polynésienne.

LUN / JEU

€ 540,00

pour le couple

(2 heures, 15 min.)

VEN / DIM*

€ 595,00

pour le couple

(2 heures, 15 min.)



RITUEL LES SENTEURS DU LAC

Les sens se perdent dans un parcours sensuel pour deux entre les couleurs du lac et la végétation qui l'entoure, évoqués à l'intérieur du suggestif SPA privé Daphné. Le rituel s'ouvre par un plongeon dans le lac des nymphes, enrichi de précieuses huiles essentielles de lavande et de citron, dans une atmosphère romantique. Suit un massage enveloppant du visage et du corps avec des huiles cosmétiques biologiques Lefay et les parfums typiques de l'huile d'olive extra-vierge, des agrumes et des raisins des vignobles locaux. Un moment de poésie à partager ensemble, absorbés dans les essences de la nature, parlant à deux esprits à l'unisson.

LUN / JEU

€ 430,00

pour le couple

(1 heure, 45 min.)

VEN / DIM*

€ 475,00

pour le couple

(1 heure, 45 min.)



BEAUTY AND HAIR SPA

Services esthétiques professionnels dédiés
à la beauté et au soin des cheveux.

01.

SERVICES ESTHÉTIQUES ET MAQUILLAGE

ÉPILATION MADAME ET MONSIEUR

MANUCURE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 60,00	€ 66,00

PÉDICURE ESTHÉTIQUE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 65,00	€ 72,00

PÉDICURE GUÉRISANTE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 75,00	€ 83,00

LEFAY SPA MANUCURE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00 (75 min.)	€ 132,00 (75 min.)

LEFAY SPA PÉDICURE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00 (75 min.)	€ 132,00 (75 min.)

POSE DE VERNIS À ONGLES SEMI-PERMANENT

LUN / JEU	VEN / DIM*
à partir de € 35,00	à partir de € 38,00

TEINTURE DES SOURCILS

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 30,00	€ 33,00

TEINTURE DES CILS

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 50,00	€ 55,00

REHAUSSEMENT DE CILS

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 130,00

MAQUILLAGE DE JOUR

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 90,00	€ 98,00

MAQUILLAGE DU SOIR

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00	€ 110,00

02.

COIFFEUR

MISE SOUS PLIS

LUN / JEU	VEN / DIM*
de € 60,00 à € 70,00	de € 65,00 à € 75,00

COUPE FEMME

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 70,00	€ 80,00

COUPE HOMME

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 60,00	€ 70,00

COULEUR DES CHEVEUX

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 80,00	€ 90,00

MÈCHES (REFLETS)

LUN / JEU	VEN / DIM*
de € 95,00 à € 125,00	de € 105,00 à € 138,00

GLOSS (POLISSAGE)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 55,00	€ 65,00

03.

SOINS CAPILLAIRES SENSORIELS PHILIP MARTIN'S

Ces soins sont effectués avec les produits Philip Martin's, élaborés à partir de formules végétales innovantes, brevetées et certifiées, dans une parfaite combinaison d'ingrédients actifs bio-organiques et de chimie verte. Tous les sens sont stimulés, en particulier le toucher et l'odorat.

VOLUMISER

Action hydratante, nourrissante, fortifiante et volumatrice. Une formulation spéciale développée pour apporter vitalité, élasticité et éclat aux cheveux fins.

LUN / JEU
€ 110,00

VEN / DIM*
€ 120,00

RELAX

Pour un moment de détente inoubliable. Chaque lavage et chaque soin permettent de se détendre et de vivre des émotions irrésistibles. Tous les sens sont stimulés.

LUN / JEU
€ 110,00

VEN / DIM*
€ 120,00

DÉTOX

Pour répondre aux diverses anomalies du cuir chevelu et des cheveux et les traiter, il faut commencer par un nettoyage en profondeur. Pour cela, ils sont lavés avec des produits performants et non agressifs.

LUN / JEU
€ 110,00

VEN / DIM*
€ 120,00

HYDRATER

Combattre les problèmes causés par les facteurs climatiques ou chimiques grâce à des produits riches en principes actifs qui donnent élasticité et douceur.

LUN / JEU
€ 110,00

VEN / DIM*
€ 120,00

RECONSTRUIRE

Pour redonner force et éclat à vos cheveux. Grâce aux traitements professionnels de la ligne Reconstruction, les cheveux retrouvent un aspect discipliné et soyeux.

LUN / JEU
€ 110,00

VEN / DIM*
€ 120,00



INFORMATIONS UTILES

RÉSERVATION ET CLAUSES D'ANNULATION SOINS ET FORFAITS

Afin de garantir la disponibilité des traitements souhaités, veuillez les réserver à l'avance. La Réception du SPA est toujours à votre disposition au numéro +39 0365 241887. Au cas où vous devriez annuler la réservation d'un traitement, merci de le faire au moins 24 heures à l'avance (72 heures pour les forfaits et programmes). Dans le cas contraire, les traitements, le forfait ou le programme vous seront/sera facturé(s).

PRIX

Chaque programme et soin proposé a un double prix : le premier, marqué LUN / JEU, s'applique si l'activité est réalisée un jour compris entre le lundi et le jeudi ; le second, marqué VEN / DIM, s'applique si l'activité est réalisée un jour compris entre le vendredi et le dimanche ou pendant un jour férié.

QUOI APPORTER

Dans votre chambre, vous trouverez un sac SPA, un peignoir et une paire de tongs. Nous vous conseillons de porter un survêtement et des baskets pour les activités de remise en forme et les parcours de plein air. Nous vous demandons de bien vouloir venir en peignoir à la Réception du SPA au moins 10 minutes avant le début du traitement.

LES NORMES DE CONDUITE

Le SPA est le temple du bien-être et de la tranquillité. Pour votre détente, nous vous demandons de ne pas utiliser de téléphones portables ou d'appareils électroniques. Tous les invités, en particulier ceux qui ont des problèmes de santé, tels que l'hypertension artérielle, les problèmes cardiaques, etc., et les femmes enceintes sont priées de remplir le formulaire de santé ou de consulter la Réception du SPA avant de réserver les traitements.

OBJETS PERDUS ET DOMMAGES

Lefay Resort & SPA Lago di Garda n'est pas responsable des objets personnels et des objets de valeur perdus ou endommagés. Pour cette raison, nous suggérons de ne pas les laisser sans surveillance. Toutefois, si un objet perdu est retrouvé, il sera remis à la Réception principale.

DISTINCTIONS LEFAY SPA

2023

World Luxury Hotel Awards:
"BEST LUXURY SPA HOTEL" IN THE WORLD

World Luxury SPA Awards:
"BEST LUXURY SUSTAINABLE SPA" IN THE WORLD

European Health & SPA Award:
"PREMIUM DESTINATION SPA"

European Health & SPA Award:
"BEST SPA INNOVATION" WITH LEFAY SPA METHOD
"Immune System & Intestine" HEALTH PROGRAMME

World SPA & Wellness Awards:
"SUSTAINABLE SPA OF THE YEAR"

2022

European Health & SPA Award:
"BEST SPA DESTINATION"

European Health & SPA Award:
"BEST SPA INNOVATION" WITH LEFAY SPA METHOD
"Longevity" Health Programme"

World Luxury Hotel Awards:
"LUXURY SPA & HEALING RETREAT" IN EUROPE

World Luxury SPA Awards:
"BEST DETOX PROGRAM" IN THE WORLD

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

2021

World SPA & Wellness Awards: "WORLDWIDE HEALTH &
WELLNESS DESTINATION OF THE YEAR"

World Luxury SPA Awards:
"LUXURY DESTINATION SPA" in Italy

World Luxury Hotel Awards:
"LUXURY SPA & HEALING RETREAT" in Southern Europe

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

European Health & SPA Award:
"BEST SPA DESTINATION"

2020

World SPA & Wellness Awards: finalist as "WORLDWIDE
HEALTH & WELLNESS DESTINATIONS"

World Luxury Hotel Awards: "LUXURY HIDEAWAY RESORT"
in Europe

World Luxury SPA Awards: "LUXURY DESTINATION SPA" in
Italy

European Health & SPA Award: "BEST SPA DESTINATION"

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

Small Luxury Hotels of The World Awards: "HOTEL OF THE
YEAR"

SPA Star Awards 2020: "SPECIAL AWARD"

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"

Condé 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"

Condé 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"

2024

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

Réservations: +39 0365 241800
res.garda@lefyresorts.com

Lefay SPA: +39 0365 241887
spa.garda@lefyresorts.com

lefyresorts.com
lefyshop.com

lefayresorts.com