



RESORT & SPA LAGO DI GARDA

## Lefay Wellness Week

I giorni del benessere in cui le SPA Lefay aprono le proprie porte ai più rinomati esperti nelle varie discipline olistiche. Durante queste settimane sarà possibile vivere l'unicità dell'esperienza Lefay SPA, arricchita dalla presenza dei visiting master, eccezionalmente ospitati dai Resort per far provare agli Ospiti nuove tecniche e manualità, afferenti a diversi ambiti e specializzazioni.



### Heike Hoerdemann

18 – 28 febbraio 2025

Dopo 20 anni di esperienza nell'hotellerie, Heike decide di dedicarsi al benessere, iniziando come insegnante di Yoga.

Negli anni si specializza in Jin Shin Jyutsu e nello Yoga ormonale. Durante la sua permanenza, effettuerà sessioni di Jin Shin Jyutsu, una disciplina che agisce sul corpo e sulla psiche nel loro insieme, intervenendo all'origine del sintomo della malattia. Riduce lo stress, rafforza le funzioni vitali, potenzia le difese immunitarie e allevia il dolore acuto e cronico.



### Lucja Maslowska

16 marzo – 1 aprile 2025

È fondatrice di "My Separate World", un metodo per compiere una transizione personale focalizzata sul benessere. Dopo anni di studi in tecniche di massaggio, alimentazione e meditazione, Lucja si è specializzata in un metodo integrato volto a perseguire uno stile di vita sano e sostenibile.

Vanta collaborazioni con alcuni dei brand dell'hotellerie di lusso più prestigiosi al mondo tra cui Anantara, Mandarin Oriental, Chiva-Som e Six Senses. Dopo una consulenza individuale, effettuerà un massaggio completamente personalizzato sulla base delle esigenze della persona.



## Nichola Joss

14 – 18 maggio 2025

Beauty coach inglese di celebrity e modelle, Nichola Joss è tra le beauty facialist ed esperte skincare più rinomate nel mondo della bellezza.

Durante la sua permanenza, effettuerà il famoso trattamento signature The Bespoke Inner Facial che combina il massaggio linfo-drenante, le manualità deep tissue e la tecnica “sculpting” per un effetto liftante su tutti i muscoli del viso. Sarà inoltre possibile provare il nuovo trattamento corpo, The Bespoke Body Treatment, un massaggio rilassante e rigenerante che lavora sugli equilibri ormonali stimolando il sistema endocrino e, allo stesso tempo, alleviando le tensioni muscolari e il senso di fatica.



## Agnieszka Kowalska

14 – 27 ottobre 2025

Visagista di KOBIDO® livello 4, certificata dal maestro Dr Shogo Mochizuki, Maestro di Kobido di 26° generazione, successore dell'antico lignaggio Kobido. Offre una combinazione unica di trattamenti olistici, tra cui Kobido, massaggio viso giapponese, yoga ormonale, cura della pelle in menopausa e aromaterapia. Il massaggio Kobido ringiovanisce il viso, rallenta e ostacola l'invecchiamento, migliora il colorito e attiva l'idratazione della pelle.