

Diners Club

Die besten Seiten des Lebens *Magazin*

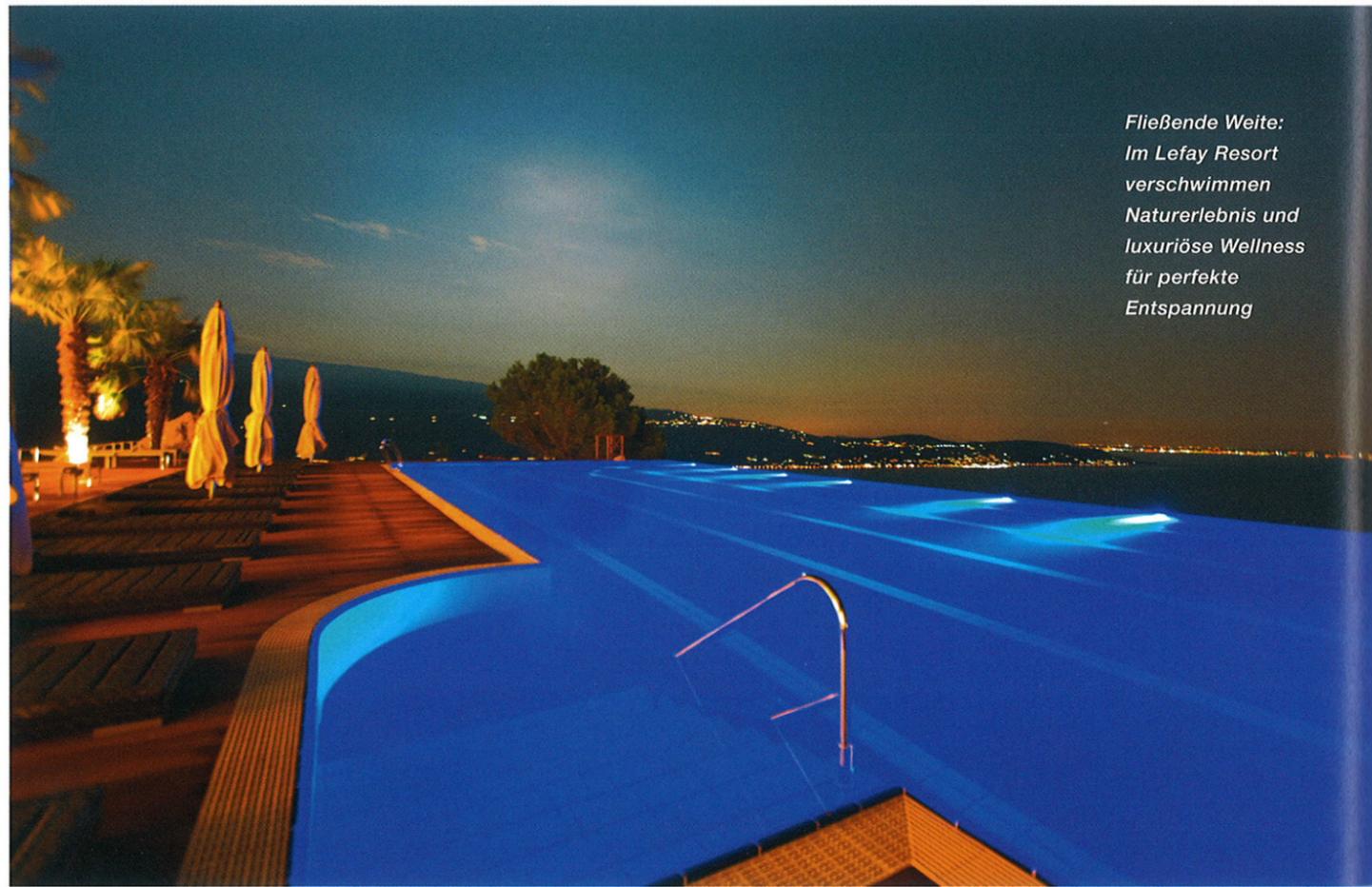
DIE PERFEKTE ERHOLUNG
Medical Wellness am Gardasee

MARCHESI MAZZEI
Wein-Fürsten des Chianti

HAMBURG
Neue Liebe zum Wasser



*Diners Club
International*



Fließende Weite:
Im Lefay Resort
verschimmen
Naturerlebnis und
luxuriöse Wellness
für perfekte
Entspannung

Geist & Körper Regeneration am Gardasee



Der Ausblick ist spektakulär: Vom Innen-Pool nach draußen schwimmend hat man das Gefühl, jetzt müssten Flügel wachsen und man schwerelos auf die sich sanft kräuselnden Wellen des Gardasees herabschweben... Vor gut einem halben Jahr hat sich dort droben am Berg, oberhalb von Gargnano, das Lefay Resort & Spa wie eine Kaiserkrone auf grüne Matten gesetzt. Imponierend in der Durchdachtheit seines Architekten, ist hier die Vereinigung von Genuss und Regeneration angesagt.

Eigentümer dieses 28 Millionen Euro teuren Resorts ist die ehemalige Besitzer-Familie der Air Dolomiti, die sich nach dem Verkauf der Airline diesem neuen Trend zu Energie und Harmonie im Urlaub verschrieben hat. Das 5-Sterne-Resort liegt in einem riesigen privaten Naturpark mit Oliven- und Nussbäumen, dessen Naturterrassen steil auf die Riviera dei Limoni, auf die Zitronen-Riviera, herabfallen. Imponierend allein der Spa-Bereich auf 3.000 Quadratmetern. Das Herzstück nennt sich „Aqua e Fuoco“, Wasser und Feuer, und umfasst vier Hallen- und Freibäder, fünf verschiedene Saunen, ein Salzwasserbecken und eine Relaxgrotte.

INDIVIDUELLE ENTSPANNUNG

Was das Lefay Resort so ungewöhnlich macht, ist ein gewisser Dr. Maurizio Corradin, ursprünglich Chirurg und Sportmediziner, der sich seit über 20 Jahren mit chinesischer Medizin beschäftigt, als Dozent an verschiedenen Universitäten lehrte, unzählige Bücher geschrieben hat, sich später auf wissenschaftliche Phytotherapie und Shiatsu spezialisierte. Sein Credo: „Klassische chinesische Medizin mit westlicher Wissenschaft vereinen, um neue Lebensenergien zu gewinnen.“ Sieben Energiefluss-Programme hat er zusammen mit einem Dermatologen und Allergologen für das Resort entwickelt: „Anti-Stress“, „Anti-Aging“, „Einklang von Körper und Geist“ usw. Wie ein Programm abläuft? Schwer zu beschreiben, der Professor hat kein Einheitskonzept. Die Therapie ergibt sich aus individuellen Gesprächen – mit Dolmetscher.

Keinen Dolmetscher braucht die mediterrane Vital-Küche des Resorts. Der Südtiroler Herbert Hintner, berühmter Sterne-Koch aus der „Rose“ in Eppan, schöpft als Chefkoch aus dem Garda-Schlaraffenland Schätze wie kaltgepresstes Olivenöl, Zitrusfrüchte, aromatische Kräuter und Weine aus den Hügeln ringsherum.

HELGA BAUMGÄRTEL

INFO

Lefay Resort & Spa Lago di Garda, Via Angelo Feltrinelli 118, 25084 Gargnano, Italien, Tel. 0039/0365441760, www.lefayresorts.com, 7 Tage HP je nach Saison ab 1.090 Euro, das zusätzlich buchbare Spa-Programm ab 570 Euro (Kurzzeit) bis 1.970 Euro (Langzeit)

KOLUMNE

Forever young?

Es gab Zeiten, da griff ich den Jugend- und Schönheitswahn vehement an. Nun, da ich selbst nicht mehr zu denen gehöre, die „Trau keinem über .30“ rufen, melden sich bei mir leise Zweifel, ob die Entwicklung auf jenem Sektor, der die Spuren der Zeit verschwinden lassen möchte, nicht auch ihre positiven Seiten hat. Gewiss: Allem Leben sind Grenzen gesetzt, aber was spricht dagegen, sie so weit wie möglich hinauszuzögern? Die operative und kosmetische Dermatologie entdeckt jeden Tag neue Methoden, uns einer klassischen Skulptur ähnlich zu machen. Makellos wollen wir sein, schön wie die Kunstwerke des Praxiteles. Immerhin haben diese 2.000 Jahre überstanden.

Ist es also der Wunsch nach Ewigkeit, der uns dazu veranlasst, zu Botox oder Hyaluron zu greifen? Wollen wir nicht alle wieder jung sein? Verlangen wir nicht neuerdings immer mehr nach Nachhaltigem? Leider trifft dies weder auf den menschlichen Geist noch auf den Körper zu. Die Evolution scheint nicht abgeschlossen. Immer mehr entledigen wir uns unseres Restfells, keine Körperstelle, die wir nicht epilieren, nur auf dem Kopf gibt es noch einen Schutz gegen Sonne und Kälte. „Ih, du hast ja Haare auf der Brust“, hörte ich letzten Sommer die Tochter eines Freundes angesichts dessen aufgeknöpften Hemds rufen. Früher galt die Brustbehaarung als männlich, heute ist sie ein Zeichen des Vergangenen.

Des Menschen Suche nach Ewigkeit findet in der Hauptverjüngung ihr medizinisches Äquivalent und in den Fitnessstudios ihren gesellschaftlichen Ausdruck. Dort trainieren viel mehr 40- bis 50- als 20- bis 30-Jährige. Aber ist das zu verurteilen? Sollen wir es nicht positiv bewerten, dass diese Altersgruppe etwas für sich tut, etwas aus sich macht? Denken wir zurück: Es ist noch nicht lange her, da galt sie als „altes Eisen“. Heute sorgen wir alle dafür, dass unsere Zellen nicht zu schnell von den freien Radikalen angegriffen werden. Man ernährt sich gesund, hält Maß, bringt den Körper in Schwung und macht sich auf die Suche nach seiner inneren Mitte. Wellness ist „in“ und „Medical wellness“ sogar noch mehr. Der Mensch lernt, auf sich aufzupassen. Das hat nichts mit Egoismus zu tun, sondern vielmehr mit dem Bedürfnis, dem Leben mehr Jahre zu geben. Wenn es dabei noch gelingt, den Jahren mehr Leben zu geben, dann haben wir tatsächlich eine neue Kulturstufe erklommen. Und wer weiß, was danach kommt. Noch nie jedenfalls war der Traum von ewiger Jugend so real wie heute. HANS CHRISTIAN MEISER