

SIE BRAUCHEN NICHT WEIT WEG ZU FAHREN, UM SICH SELBST ZU FINDEN







Lefay SPA ist ein exklusiver Tempel des Wohlbefindens, in dem sich Körper und Geist über die Wiederentdeckung authentischer Emotionen und im Einklang mit sich selbst regenerieren. Das Wohlbefinden ist hier allgegenwärtig: in der Explosion aus Licht, das durch die großen Fenster filtert, in der herrlichen Parkanlage, im Wasser der Schwimmbecken, in der magischen Atmosphäre, die alles umgibt. Das Wissenschaftliche Komitee hat die *Lefay SPA Method* entwickelt, um seinen Gästen – über die Wiedergewinnung von Lebenskraft und die Neuentdeckung eines gesunden, bewussten Lebensstils – eine vollständige Regeneration und eine Verjüngung von Körper, Seele und Geist garantieren zu können.

*Lefay SPA Method* bietet Gesundheits- und Schönheitsprogramme, die exklusive, individuell gestaltete Behandlungen umfassen, wie zum Beispiel Energiemassagen, energetisch-konstitutionelle Hydrotherapien, Aktivitäten zur Wiederherstellung des körperlichen Gleichgewichts, Phytotherapie und Ernährungsprogramme mit unterschiedlichen Schwerpunkten: Gewichtsverlust, Stress, Haltung, körperliche Verfassung und Alterserscheinungen. Wer auch bei den Wellness-Programmen auf der Suche nach Innovationen ist, hat im SPA Lefay die Möglichkeit, einzigartige Erfahrungen zu sammeln und völlig neue Gefühle zu erleben, an einem Ort, an dem Orient und Okzident im perfekten Einklang mit dem Ambiente verschmelzen.



# INHALTSVERZEICHNIS

4	<b>IM AUFENTHALT INBEGRIFFEN</b>
4	<i>Wasser-und-Feuer-Welt</i>
6	<i>Natur und Fitness</i>
7	<i>In der Stille unter den Sternen: Trilogie im Freien</i>
8	<b>LEFAY SPA METHOD</b>
9	Gesundheits- und Schönheitsprogramme <i>I Flussi dell'Energia</i>
14	Energetische Massagen
16	Energetische Schönheitsbehandlungen: Gesicht und Körper
20	Phytotherapie
20	Lefay Vital Gourmet <i>La Leggerezza nell'Essere</i>
21	Lefay SPA Kosmetik <i>Tra Suoni e Colori</i>
22	<b>MEDICAL</b>
26	<b>SPA À LA CARTE</b>
28	Thalasso-Therapie Körper
30	Westliche und östliche Massagen
33	Gesichts-Rituale
34	Gerätebehandlungen für die Schönheit von Gesicht und Körper
36	Rituale aus dem Orient
37	Beauty
38	<b>FÜR PAARE</b>
39	Private SPA
42	Rituale für Paare
44	<b>NÜTZLICHE INFORMATIONEN</b>

# IM AUFENTHALT INBEGRIFFEN

Der SPA des Lefay Resorts erstreckt sich über drei Bereiche: *die Feuer-und-Wasser-Welt*, zu der alle mit Schwimmbecken, Saunagrotten und kleinen Seen ausgestatteten Zonen gehören; *Natur und Fitness*, bestehend aus einem großen Fitnesszentrum mit modernsten Trainingsausrüstungen sowie einem Gymnastikraum für Kurse und sportliche Aktivitäten; *In der Stille unter den Sternen: Trilogie im Freien*, zu der die weitläufigen Außenbereiche gehören, die dem Sport und den Wellness- und Relax-Aktivitäten gewidmet sind.



## Wasser-und-Feuer-Welt

### SCHWIMMBECKEN

Innen- und Aussenschwimmbad mit Salzwasser, 33 °C warm

genormtes 25-Meter-Sportbecken, 28 °C warm

Hydromassage-Becken *Fonte Roccolino*, 36 °C warm

Salzsee *La Luna nel Lago*, 37 °C warm  
Salzgehalt 10%

### RELAX-ZONEN

Relax-Veranda mit Panorama-Seeblick

Türkise Grotte mit beheizten Wasserbetten

Sunset Relax

### UND AUSSERDEM

*Der Bach*

Temperatur ca. 20 °C

Dieser Kaltwasser-Parcours ist hervorragend für all diejenigen geeignet, die mit schweren Beinen und Durchblutungsstörungen der unteren Gliedmaßen zu kämpfen haben. Er regt die Durchblutung an und schenkt Füßen und Beinen ein Gefühl von Leichtigkeit.

*Crash Ice - Eisfall*

Eis-Friktionen sind ideal geeignet, um die Revaskularisation zu unterstützen, und bewirken im Anschluss an einen Sauna-Aufenthalt oder ein warmes Bad ein angenehmes Frischegefühl.

## SAUNEN

### *Aroma-Sauna*

Temperatur 40-42 °C / Luftfeuchtigkeit 30 %

Die Aromen dieser Sauna sind ein wertvoller Beitrag für die Atmung und den Abbau von Stress. Das angenehme und einladende Ambiente fördert eine Entspannung von Körper und Geist. Diese Sauna ist der mäßig warme Anfangsraum, in dem man sich auf das anschließende Schwitzen in der Caligo-Sauna vorbereitet. Die Temperatur der Aroma-Sauna unterstützt den Erwärmungsvorgang des Körpers und bereitet ihn auf die Öffnung der Poren vor, die das spätere Schwitzen möglich macht.

### *Caligo-Sauna*

Temperatur 42-45 °C / Luftfeuchtigkeit 98 %

Der hohe Feuchtigkeitsgehalt bildet einen aus verschiedenen Temperaturschichten bestehenden Nebel, der ausgezeichnet geeignet ist, um die Muskulatur des Körpers zu lockern und Spannungen zu reduzieren. Dank der entgiftenden und hautreinigenden Wirkung des Dampfbades wird die Haut weich und seidig.



### *Olivenbaum-Sauna*

Temperatur 50-60 °C / Luftfeuchtigkeit 60 %

Diese mit kostbarem Olivenholz ausgekleidete Sauna ist ideal geeignet, um eine Entgiftung der Haut zu bewirken, und diese wieder strahlend und klar zu machen. Außerdem fördert die Temperatur dieser Bio-Sauna die Entspannung und den nächtlichen Schlaf, und bereitet den Körper auf die hohen Temperaturen und die niedrige Luftfeuchtigkeit der Wasser- und Feuer-Sauna vor.

### *Wasser-und-Feuer-Sauna*

Temperatur 75-90° / Luftfeuchtigkeit 10 %

Diese durch ihre sehr hohe Temperatur und niedrige Luftfeuchtigkeit gekennzeichnete finnische Sauna ermöglicht eine intensive Anregung der Organe und des Stoffwechsels, und unterstützt auf diese Weise die Zellerneuerung, die Ausscheidung von Giftstoffen und eine Anregung des neurovegetativen Systems.

### *Lady Sauna*

Temperatur 38-42° / Luftfeuchtigkeit 45-55 %

Diese Sauna ist ausschließlich für Damen bestimmt. Der zarte und berauschende Blumenduft hüllt den Körper in eine Atmosphäre, die an sommerliche Gärten am See erinnert. Die wohltuenden Auswirkungen dieser Sauna regen die Durchblutung an, reinigen die Haut, lösen Spannungen und bewirken eine allgemeine Entspannung des Körpers.

## Natur und Fitness

Sich wohl zu fühlen und gesund zu sein bedeutet auch, sich über gezielte körperliche Betätigung in Form zu halten. Zum *Natur und Fitness* -Bereich gehört ein großer, mit hochmodernen Geräten der Serie Technogym ausgestatteter Fitnessraum mit Blick auf den Gardasee. Nebenan kann man in einem Gymnastikraum an Kursen und Aktivitäten teilnehmen. Personal-Trainer stehen zu Ihrer Verfügung, ebenso wie individuelle Trainingsprogramme vor und nach der Geburt.



### ÜBUNGEN IM WASSER

Acqua Gym  
Water Lefay  
Watsu (während der Woche)

**Gruppenkurse: kostenlos**

**50-minütige Personal Training-Stunden € 50**

### ATMUNG

Stretching der Meridiane  
Qi Gong  
Yoga (nur als Einzelstunde)

**Gruppenkurse: kostenlos**

**50-minütige Personal Training-Stunden € 60**

### HALTUNGSAusGLEICH

Pilates  
Feldenkreis Methode  
Stretching

**Gruppenkurse: kostenlos**

**50-minütige Personal Training-Stunden € 50**

### BEWEGUNG

Gymnastik zum Wachwerden  
Übungen für Beine, Bauch und Po  
Total body sculpt  
Vita Parcours - *Form und Farbe* und der energetisch-therapeutische Garten-Parcours *Das Symbol des Lebens*, unter Anleitung

**Gruppen-Stunden: kostenlos**

**50-minütige Personal Training-Stunden € 50**

### PERSONAL TRAINER

Circuit Training für die Stärkung der Muskulatur  
Individuelle Pilates-Stunden  
Individuelle Stunden in anderen Disziplinen  
**50-minütige Personal Training-Stunden € 50**



## In der Stille unter den Sternen: Trilogie im Freien

Einige der Aktivitäten, die zu den wesentlichen Bestandteilen der Lefay SPA Method Behandlungen gehören, finden in der großen Parkanlage des Resorts statt, in der – inmitten von jahrhundertealten Bäumen und vor einem einzigartigen Panorama – drei Parcours entstanden sind: der Lauf-Parcours *Wind und Hügel im Rhythmus der Schritte*, der Vita-Parcours *Form und Farbe* und der energetisch-therapeutischer Garten *Das Symbol des Lebens*.

### LAUF-PARCOURS

*Wind und Hügel im Rhythmus der Schritte*  
Dieser rund 2,5 km lange Parcours schlängelt sich durch die Hügel und den Wald, mit einem Gesamthöhenunterschied von ungefähr 150 Metern. Er ist speziell für Liebhaber des Laufsports und für all diejenigen geeignet, die mit wirkungsvollen Spaziergängen beginnen möchten.

### VITA-PARCOURS

*Form und Farbe*

Zwölf Stationen, an denen man Übungen zur Verbesserung von Tonus und Elastizität der Muskeln ausführen kann.

### ENERGETISCH-THERAPEUTISCHER GARTEN

*Das Symbol des Lebens*

Fünf verschiedene Stationen, die sich durch ihre reichhaltige Symbolik und die archetypischen Bedeutungen auszeichnen. Ein Parcours, der an den Gang des Lebens in seinen unterschiedlichen Abschnitten erinnert.

#### Der Grüne Drache

Diese Station liegt im Osten des Gartens und verkörpert die Erneuerung der Natur, den Frühling, den Beginn des Lebens. Sie befindet sich inmitten eines Waldes und zeichnet sich durch das Element Holz aus.

Typische Pflanze: *Minze*.



#### Der Rote Phönix

Diese Station befindet sich im Süden des Gartens und verkörpert den Höhepunkt der Energie, den Sommer, die Mittagsstunde. Der Rote Phönix wird von der roten Farbe des Bodens und der Einrichtung charakterisiert.

Typische Pflanze: *Lavendel*.

Heilpflanze: *Passionsblume*.



#### Der Weiße Tiger

Diese Station liegt im Westen des Gartens und verkörpert den Ort der Sammlung. Beim Weißen Tiger herrschen die Farbe Weiß und die Bänke aus Metall vor.

Typische Pflanze: *Eukalyptus*.

Heilpflanze: *Birke*.



#### Die Schwarze Schildkröte

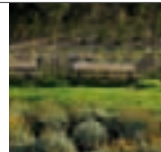
Die Schwarze Schildkröte liegt inmitten eines Tals im Norden des Gartens. Sie ist durch eine Felshöhle, ein kleines Wassergerinnsel und Bänke aus nacktem Fels gekennzeichnet. Es gibt keine Geräusche oder Ausblicke, die ablenken könnten. Sie ist die Station der Beziehung zu uns selbst.



#### Die Mitte

Sie ist die in der Mitte des energetischen Gartens gelegene Station, auf einem Hügel voller gelber Blumen.

Heilpflanze: *Melisse*.

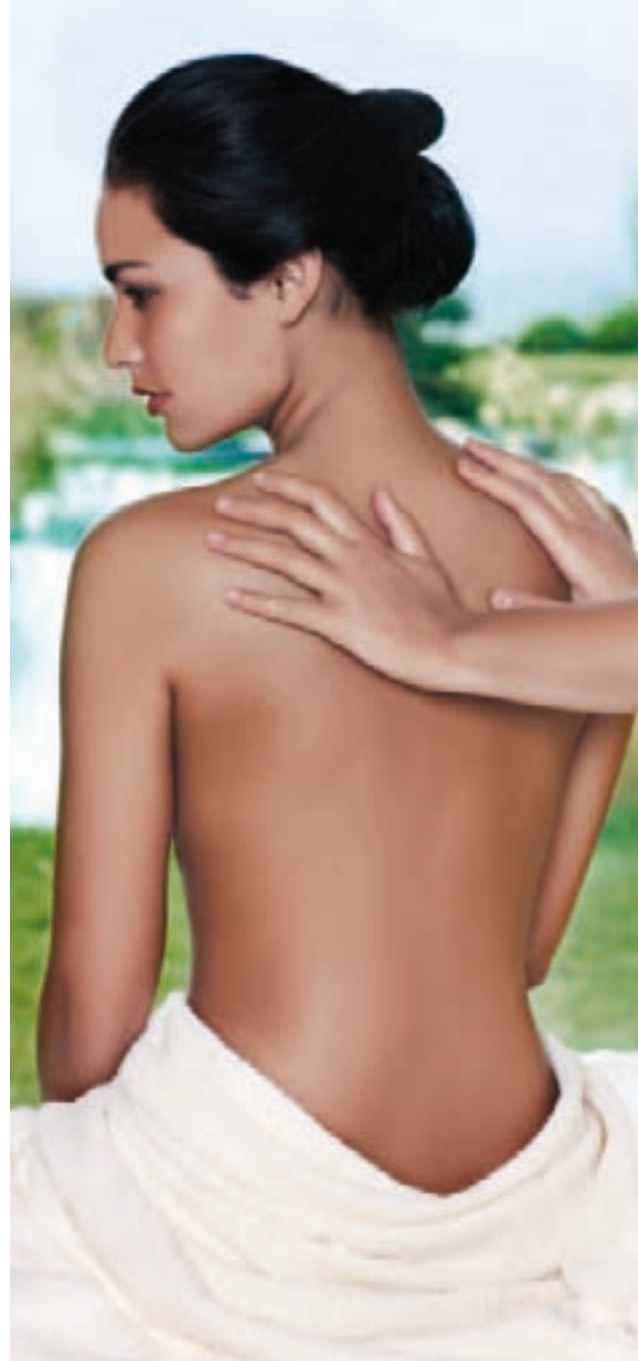


# LEFAY SPA METHOD

Das Wissenschaftliche Komitee Lefay SPA hat eine Methode entwickelt, die die Grundsätze der Klassischen Chinesischen Medizin mit der wissenschaftlichen Forschung des Westens vereint. Ihr Ziel ist das „Gesamtwohlbefinden“ und die Gesundheit des Einzelnen.

Die Klassische Chinesische Medizin gehört zu den ältesten Diagnose- und Therapiewissenschaften der Welt. Sie sieht den Menschen als einen unteilbaren, ständig in Entwicklung befindlichen Komplex aus Materie, Energie und Geist. Sie befasst sich bereits seit ihrer Gründungszeit mit einem Phänomen, das wir als Stress kennen, und das eine der Hauptursachen für das Auftreten von Beschwerden und Krankheiten darstellt. Aus der westlichen Welt setzt die Lefay SPA Method dagegen die Forschungsergebnisse zu den freien Radikalen und deren Einfluss auf die Alterungsprozesse ein.

Dieser Zusammenschluss bildet – nach sorgfältiger Erforschung und Kontrolle – die Basis der Lefay SPA Method und der innovativen Vorschläge, aus denen sich diese zusammensetzt.



# Gesundheits- und Schönheitsprogramme: *I Flussi dell'Energia*

Lefay SPA bietet seinen Gästen innovative Wellness-Programme, die sogenannten *I Flussi dell'Energia*. Sie werden unter Berücksichtigung der individuellen Erfordernisse entworfen, um ein umfassendes psychophysisches Wohlbefinden wieder herzustellen und „Hindernisse“ zu überwinden, zu denen Stress, Müdigkeit, falsche Haltung, Übergewicht und vorzeitige Alterung gehören. Zu jedem Programm der Lefay SPA Method gehört:

## ENERGETISCHE UNTERSUCHUNG

Analyse der Energiepunkte, Identifizierung des Konstitutionstyps, Identifizierung des Energiestatus, individuelles Energieflussdiagramm

## ENERGETISCHE BEHANDLUNGEN

Sie sind der Reaktivierung der Energiekanäle gewidmet

## ENERGETISCH-KONSTITUTIONELLE HYDROTHERAPIEN

Eine spezielle Technik der Hydrotherapie mit Zusatz von essenziellen Ölen, bei der der Wasserstrahl auf bestimmte Energieleitbahnen (Meridiane) gelenkt wird. Auf diese Weise wird die Durchblutung angeregt und neue Vitalität gewonnen.

## AKTIVITÄTEN ZUR WIEDERHERSTELLUNG DES PHYSISCH-ENERGETISCHEN GLEICHGEWICHTS

Zur Stärkung des Körpers und des Geistes.

## INDIVIDUELL GESTALTETE PHYTOAROMATHERAPIE

Nach Feststellung Ihres Energiestatus werden diejenigen Heilpflanzen ausgewählt, die Ihrer Konstitution und Ihren Symptomen entsprechen. Diesen individuell zusammengestellten Heiltee servieren wir Ihnen während Ihres Aufenthaltes und empfehlen ihn auch für die Kur zu Hause.

## KALORIENARMES MENÜ

*La Leggerezza nell'Essere*

Es handelt sich um ein ernährungsbewußtes, entgiftendes und kalorienreduziertes Menü, das durch sorgfältig ausgewählte Lebensmittel und eine verdauungsschonende Zubereitung für eine ausgewogene Energiezufuhr sorgt, ohne auf den besonderen Genuss zu verzichten.

## ABSCHLIEßENDES GESPRÄCH

Während des Abschlussgespräches mit dem Arzt erhalten Sie Hinweise für Ihre Gesundheitsvorsorge zu Hause (Diät, Phytoterapie, Haltung und Bewegung), die wir Ihnen auch in Form eines persönlichen Briefes überreichen.

## ANTI-STRESS

*Recupero dell'Energia Originale*

Der hektische Rhythmus unseres Alltagslebens unterzieht den Körper einer harten Probe, und verursacht Herzprobleme, Bluthochdruck, Schlaf- und Verdauungsbeschwerden, Beklemmungen, Stimmungsschwankungen und Hautkrankheiten. Dieses Programm zielt auf die Neumodulation der Gefühlssituation und auf die Ausschaltung von Nerven- und Muskelspannungen ab, und bewirkt eine tief reichende Entspannung.

## ANTI AGING

*Vitalità del Principio Vitale*

Dieses Programm wendet sich an all diejenigen, die ihre Form und ihre Lebenskraft wiederfinden und den ersten Alterserscheinungen entgegen wirken wollen. Nach der Klassischen Chinesischen Medizin schadet der Stress dem Jing – also jener tief reichenden Struktur, die die Grundlage der Körperkräfte bildet – und führt als Folge zu körperlicher und geistiger Ermüdung. Dank der entgiftenden, drainierenden und revitalisierenden Behandlungen ermöglicht dieses Programm die Wiederherstellung von Körperenergie und Lebenskraft.

## GEWICHTSABNAHME

*Armonia del Corpo*

Die spezifischen Behandlungen dieses Programms machen eine Beeinflussung des Hunger- und des Sättigungszentrums möglich, und erlauben auf diese Weise eine Veränderung der Körperform und des Körpergewichts. Nach der Klassischen Chinesischen Medizin wird das Körpergewicht von einigen Sonderfunktionen geregelt, die wieder ins Gleichgewicht kommen, wenn man Körper und Geist zur Wiedererlangung des Idealgewichts hinführt.



	Short	Medium	Long
<b>Einführung in das Programm</b>			
<b>Energetische Untersuchung</b>			
Ärztliche Erst-Konsultation			
Ärztliche Check-ups *			
<b>Energetische Behandlungen</b>			
Energetische Massage Lefay SPA Method	1	3	5
Spezifische Fußreflexzonen-Massage		2	3
Spezifische Moxibustion (Wärme-Therapie)		2	3
Körperpeeling	1	1	1
Spezifische energetisch-konstitutionelle Gesichtsbildung	1	1	2
Akupunktursitzungen*			
<b>Aktivitäten zur Wiederherstellung des physisch-energetischen Gleichgewichts</b>			
Gruppenunterricht: Qigong und energetisches Streichen der Meridiane	1	3	5
Geführte Wanderung im energetisch-therapeutischen Garten	1	1	1
<b>Energetisch-konstitutionelle Hydrotherapien</b>			
Hydro-Aromatherapie mit Wasserstrahl	1	2	4
Salzsee	1	1	2
<b>Individuell gestaltete Phyto-Aromatherapie</b>			
<b>Menü <i>La Leggerezza nell'Essere</i></b>			
<b>Abschließendes Gespräch</b>		1	1
Unterlagen zum Entlassungs-Check-up			
Individuell abgestimmte Empfehlungen für eine Weiterführung des Programms zu Hause			
<b>Preis</b>	<b>€ 650</b>	<b>€ 1.300</b>	<b>€ 2.100</b>

Die Programme der Lefay SPA Method werden in drei verschiedenen Intensitätsgraden angeboten: Short, Medium und Long.

## SPORTLICHKEIT

### *Sole e Luna*

Sonne und Mond sind die Lichter der Welt. Das Licht des Körpers sind die Yang-Kräfte, die die Muskeln unterstützen. Die Behandlungen sind ganz speziell auf die Revitalisierung des „Lichtes der Muskeln“ ausgelegt, indem sie das Muskel- und Sehngewebe beleben und regenerieren.

## SHORT

### *Alba e Tramonto*

Dieses Programm wurde geschaffen, um die Logik und das Wesen der Lefay SPA Methode zu vermitteln. Es ermöglicht ein unbeschwertes Fließen der Lebensenergie (Qi) im Körper *vom Sonnenaufgang bis zum Sonnenuntergang*.

\* Die ärztlichen Check-ups (oxidativer Stress, psychophysischer Stress und Nahrungsmittelunverträglichkeiten) und die Akupunktursitzungen sind fakultativ und im Preis nicht inbegriffen.

## HALTUNG

*Leggerezza e Plasticità*

Die Haltung hilft dem Körper dabei, der Schwerkraft entgegen zu wirken und eine aufrechte Position beizubehalten, indem sie die Bewegungen ins Gleichgewicht bringt und dabei gleichzeitig die Persönlichkeit des Individuums ausdrückt. Dieses Programm verfolgt zwei Ziele: es will sowohl Haltungsveränderungen korrigieren, als auch dem Körper zu Gleichgewicht und Gesamtwohlbefinden verhelfen. Auf diese Weise wird gleichzeitig auch eine Verbesserung der ästhetischen Aspekte erzielt.

Medium | Long

### Einführung in das Programm

#### Energetische Untersuchung

Ärztliche Erst-Konsultation

Klinische Haltungsanalyse

Ärztliche Check-ups \*

#### Energetische Behandlungen

Haltungsspezifische Tuina Massage

3

5

Wirbelsäulen- und Gelenkmobilisierung

2

2

Haltungsspezifische Fußreflexzonen-Massage

1

2

Moxibustion (Wärme-Therapie)

1

2

Sportmassage *La Brezza accanto al Confine*

1

1

Entspannungsmassage *Scambio nel Vento*

1

1

Akupunktursitzungen\*

Manuelle-Therapie-Sitzungen\*

#### Aktivitäten zur Wiederherstellung des physisch-energetischen Gleichgewichts

Gruppenunterricht: Qigong und energetisches Stretching der Meridiane

3

5

Haltungsgymnastik

1

1

#### Energetisch-konstitutionelle Hydrotherapien

Hydro-Aromatherapie mit Wasserstrahl

2

4

Salzsee

1

2

#### Individuell gestaltete Phyto-Aromatherapie

Menü *La Leggerezza nell'Essere*

#### Abschließendes Gespräch

Unterlagen zum Entlassungs-Check-up

Individuell abgestimmte Empfehlungen für eine Weiterführung des Programms zu Hause.

Preis

€ 1.300

€ 2.100

\* Die ärztlichen Check-ups (oxidativer Stress, psychophysischer Stress und Nahrungsmittelunverträglichkeiten), die Manuelle-Therapie-Sitzungen und die Akupunktursitzungen sind fakultativ und im Preis nicht inbegriffen

Einführung in das Programm

Ästhetisch-energetische Untersuchung

Ärztliche Erst-Konsultation

Schönheitsberatung für Gesicht und Körper mit kosmetologischer Analyse

Individuelle Abstimmung des Programms

Ärztliche Check-ups \*

Energetische Behandlungen

Gesichts- und Körper-Peeling

Energetische Schönheitsbehandlung für das Gesicht

Gesichtsmassage *Derma di Luce*

Aromatisierte Fangopackung Lefay SPA

Energetische Schönheitsbehandlung für den Körper

Individuell gestaltete energetische Körpermassage

Spezifische Tuina Massage für den Körper

Spezifische energetische Fußreflexzonen/Massage

Sauerstoff-therapie

Akupunktursitzungen \*

Aktivitäten zur Wiederherstellung des physisch-energetischen Gleichgewichts

Gruppenunterricht: Qigong und energetisches Stretching der Meridiane

Geführte Wanderung im energetisch-therapeutischen Garten

Energetisch-konstitutionelle Hydrotherapien

Hydro-Aromatherapie mit Wasserstrahl

Salzsee

Individuell gestaltete Phyto-Aromatherapie

Menü *La leggerezza nell'Essere*

Abschließendes Gespräch

Unterlagen zum Entlassungs-Check-up

Individuell abgestimmte Empfehlungen für eine Weiterführung des Programms zu Hause.

Preis

€ 1.300

€ 2.100

SCHÖNHEIT VON GESICHT UND KÖRPER

*Luminosità dello Spirito*

Der Glanz der Seele (Shen) kommt insbesondere in der Haut zum Ausdruck.

Dieses Programm ist all denjenigen gewidmet, die Alterungsschäden vorbeugen oder reduzieren oder sich einfach dem eigenen Aussehen widmen wollen.

Es vereint energetische Behandlungen und Massagen und basiert auf dem Einsatz westlicher, nicht-invasiver Schönheitstechnologien.

\* Die ärztlichen Check-ups (oxidativer Stress, psychophysischer Stress und Nahrungsmittelunverträglichkeiten) und die Akupunktursitzungen sind fakultativ und im Preis nicht inbegriffen.

## Energetische Massagen

Bei der Entwicklung dieser Massagen wurden die Grundsätze der Klassischen Chinesischen Medizin auf die westlichen Massage-Methoden angewandt. Die Lymphdrainage, die hauptsächlich auf die Ausscheidung überschüssiger Flüssigkeiten abzielt, wird mit Energiepunkten und Meridianen kombiniert, die einen „energetischen“ Effekt garantieren, und eine tief reichende, anhaltende Wirkung der Behandlung sicher stellen.

## Energetische Gesichtsmassagen

### ANTI AGING

*Derma di Luce*

Ziel dieser Behandlung ist es, die Gesichtshaut zum Strahlen zu bringen, sie tonisch und elastisch zu machen und die Falten zu reduzieren. Die Behandlung beginnt mit dem Auftragen von ätherischen Ölen auf die Fingerspitzen, von denen die Energielinien ausgehen, die die gesamte Körpermuskulatur steuern. Anschließend geht man zur Stimulation von zwei Punkten auf den Armen und den Füßen über, die der Haut Feuchtigkeit spenden und Glanz schenken, und zum Abschluss zur eigentlichen Gesichtsmassage.

€ 105 (Dauer 50 Min.)

### ENTSPANNUNG FÜR KOPF UND HALSWIRBELSÄULE

*Massaggio dell'Imperatore*

Hierbei handelt es sich um eine Gesamtbehandlung (Gesicht und Körper), deren Ziel in der Revitalisierung des Patienten besteht. Man folgt hierbei dem inneren Energiefluss: die Massage beginnt bei den Beinen und wird entlang des Körpers und der Arme bis zum Kopf und zum Gesicht fortgesetzt, um anschließend wieder zu den Beinen zurückzukehren. Die kreisförmigen Handbewegungen und die Einwirkung auf die Energiepunkte des Kopfes lösen alle Spannungen und bewirken ein tief reichendes Entspannungsgefühl.

€ 150 (Dauer 1 St. 20 Min.)

## Energetische Körpermassagen

### ENTGIFTUNG

*La Luce oltre la Nebbia*

Nach der Klassischen Chinesischen Medizin und der Naturheilkunde muss vor Beginn jeder Behandlung für eine Beseitigung der angesammelten Giftstoffe gesorgt werden, was durch eine Anregung der speziell hierfür vorgesehenen Ausscheidungsorgane geschieht. Unsere entgiftende Massage setzt im Wesentlichen eine energetische Logik ein, regt durch die Beeinflussung der Meridiane und der spezifischen Körperpunkte die Ausscheidung an und bereitet den Organismus auf die nachfolgenden Behandlungen vor.

€ 105 (Dauer 50 Min.)

### ENTSPANNUNG

*Scambio nel Vento*

Die meisten der Alltagsspannungen sammeln sich in bestimmten Muskeln, insbesondere in der Halsmuskulatur. Dauern diese Spannungen länger an, betreffen sie auch die tiefen Nacken- und Schultermuskeln und verursachen unangenehme, oft lang anhaltende Schmerzen. Während die klassische Massage speziell auf die Muskelkomponente dieser Spannungen einwirkt, verursacht die energetische Mikromassage einen energetischen Wiederausgleich der Bereiche, der – durch seine Einwirkung auf die verursachende Komponente – den Hals entspannt und seine Beweglichkeit verbessert.

€ 105 (Dauer 50 Min.)



## SPORT

*La Brezza accanto al Confine*

Diese Behandlung ist durch ihren spezifischen Einfluss auf verschiedene Muskelbereiche gekennzeichnet (Beine, Arme, Oberkörper), und ihr Ziel ist die Entspannung hypertoner Zonen und die Steigerung des Tonus der zu stark entspannten Zonen. Ihre hauptsächlich ausgleichende Wirkung ist das Ergebnis einer Kombination aus klassischer Massage und Stimulation der Körperpunkte, die von der fernöstlichen Tradition im Hinblick auf Tonus und Festigkeit als wirksam angesehen werden.

€ 105 (Dauer 50 Min.)

## ANTI-CELLULITE

*Respiro Alchemico*

Die sogenannte Cellulite ist eine komplexe, die Körperflüssigkeiten, Fette und Blutgefäße betreffende Pathologie. Die energetische Massage beeinflusst diese unschöne Erscheinung, indem sie die Flüssigkeitsansammlungen in Bewegung bringt und die Körperpunkte und Meridiane behandelt, die die energetische Ursache dieser Krankheit sind.

€ 105 (Dauer 50 Min.)

## DRAINAGE

*Rugiada del Mattino*

Im Falle einer Flüssigkeitsretention an verschiedenen Stellen im Körper, insbesondere in den Beinen, aktiviert diese Massage den Lymphfluss und fördert die Ausscheidung des Flüssigkeitsüberschusses. Dies geschieht durch Anregung einiger Punkte, die für eine Steigerung der Drainage verantwortlich sind.

€ 105 (Dauer 50 Min.)

## REVITALISIERUNG UND ANTI-AGING

*Alta Marea*

Ziel dieser Behandlung ist es, den Organismus bis in die Tiefe mit Nährstoffen zu versorgen und ihn mit Vitalität gleichsam zu überschwemmen (woraus sich auch ihr Name ableitet). Die Punkte dieser Behandlung befinden sich auf zwei Energielinien, die mit der Wurzel des Organismus in Verbindung stehen, und deren Verschlechterung eine Alterung von Haut und Körper bewirkt.

€ 105 (Dauer 50 Min.)

## VIERHÄNDIGE MASSAGE

*Il Volo della Farfalla*

Hierbei handelt es sich um eine mit vier Händen ausgeführte energetische Entspannungsmassage. Es werden Punkte und Meridiane verwendet, die sich gegenseitig verstärken. Die gleichzeitige Aktivierung dieser Punkte und Meridiane schenkt ein unmittelbares Gefühl tief reichender Vitalität.

€ 210 (Dauer 50 Min.)

# Energetische Schönheitsbehandlungen: Gesichts und Körper

## KOSMETOLOGISCHE ANALYSE DER HAUT

Diese mit Hilfe des hochmodernen „Multiskin Center Dermacheck“ durchgeführte Analyse ermöglicht eine Bewertung der verschiedenen Parameter, die zu den wichtigsten Anzeichen einer gesunden Haut zählen, wie zum Beispiel Feuchtigkeitsgehalt, Talgproduktion, Elastizität, Reaktionsfähigkeit, Hauttyp, Temperatur, Mikrokreislauf und pH-Wert. Auf die Analyse folgt eine Schönheitsberatung, die eine Definition der für den Hauttyp geeigneten Behandlungen und Produkte ermöglicht.

€ 90 (Dauer 30 Min.)



## BEHANDLUNGEN FÜR GESICHT UND KÖRPER

Bei diesen Behandlungen werden die Produkte der Kosmetiklinie Lefay SPA verwendet, die ohne Einsatz von Farbstoffen und chemischen Konservierungsstoffen hergestellt werden. Auf diese Weise schenken sie Ihrer Haut das Wesen und den Duft der Natur.

Die Behandlungen nehmen „energetische“ Eigenschaften an, da sie mit einer Massage beginnen, deren Ziel eine Anregung der spezifischen Energiepunkte und Meridiane ist. Anschließend wird bei den Gesichtsbehandlungen eine energetische Maske *Il Fremito d'Ali* aufgebracht, die aus zur Behandlung der Beschwerden geeigneten Heilpflanzen gewonnen wird. Bei den Körperbehandlungen wird eine aromatische Fangopackung *Il potere del Cielo e della Terra*.

# Gesichtsbehandlungen

## GESICHTSREINIGUNG

*Unico Cielo*

Diese Behandlung liegt der Pflege und der Aufmerksamkeit zu Grunde, die jeder von uns der eigenen Gesichtshaut entgegen bringen sollte. Die Poren frei zu machen und von Verunreinigungen zu befreien bedeutet, die Haut atmen zu lassen, die Zellerneuerung anzuregen und die Haut frischer, strahlender und glatter zu machen. Die Gesichtereinigung *Unico Cielo* ist ideal geeignet, um die Haut auf die anschließenden Behandlungen vorzubereiten.

€ 110 (Dauer 75 Min.)

## FEUCHTIGKEIT SPENDEND

*Acqua Vitale*

*Acqua Vitale* gleicht einem Frischeschub. Besonders für trockene oder ausgetrocknete Haut geeignet, die Nährstoffe und Feuchtigkeit braucht, ist sie dank der Wirkung von Malve, Eibisch und Hyaluronsäure auch nach dem Sonnenbad optimal. Die verwendete Maske basiert auf dem Schachtelhalm, einem phytotherapeutischen Wirkstoff, der in der Lage ist, die Haut zu remineralisieren, ihren Feuchtigkeitsgehalt zu verbessern und sie elastischer zu machen.

€ 110 (Dauer 75 Min.)

## REINIGEND

*Rivivere*

Wirkt ausgleichend auf unreine und fette Haut. Die hervorragende Schälwirkung der Klette und die Maske, die auf reinigenden und entzündungshemmenden pflanzlichen Wirkstoffen basiert, entgiften die Haut bis in die Tiefe, und schenken ihr neuen Glanz und Festigkeit.

€ 110 (Dauer 75 Min.)

## ANTI-AGING

*Senza Tempo*

Ein echtes Energiekonzentrat, insbesondere für Haut mit Ermüdungs- oder Alterungserscheinungen gedacht. Die Vitamine A und E, in Kombination mit kostbaren, aus Rosen und Karité gewonnenen pflanzlichen Lipiden, regenerieren und nähren die Gewebe bis in die Tiefen, und schenken der Haut besondere Weichheit und Glanz. Die auf Schachtelhalm und Bisamgarbe basierende Maske remineralisiert die Haut, wirkt empfindlicher Haut und Hautrötungen entgegen, und macht die Haut weich und samtig.

€ 110 (Dauer 75 Min.)

## LINDERND

*Colore*

Speziell für zarte und empfindliche Haut. Hamamelis, Mäusedorn, Ringelblume und die kostbaren Avocado- und Olivenöle wirken ausgleichend auf die Gesichtshaut, und schenken ihr neue Feuchtigkeit und Elastizität. Die Maske auf Heidelbeerbasis ist durch lindernde Eigenschaften und eine weich machende, Feuchtigkeit spendende und tonifizierende Wirkung auf die Haut gekennzeichnet. Hervorragend nach dem Sonnenbad geeignet.

€ 110 (Dauer 75 Min.)

## AUGENKONTUREN

*Verde Blu*

Diese Behandlung ist den Augenkonturen gewidmet. Dank der energetischen Massage und der Maske wird die Haut dieses besonders empfindlichen Gesichtsbereichs gefestigt und Fältchen werden geglättet. Die Maske auf Kamillebasis zeichnet sich durch ihre abschwellende, lindernde, weich machende und schützende Wirkung aus.

€ 70 (Dauer 50 Min.)

# Behandlungen für den Körper

## REINIGEND

*Ricordo*

Die Haut wird mit einer sanften Schälbehandlung mit dem Reinigungs-Scrub *Ricordo* vorbereitet. Dieses Produkt ist reich an Lavendel- und Klettenextrakten, die die Haut von Giftstoffen und Verunreinigungen befreien, und damit die Zellerneuerung anregen. Nun ist die Haut für das Aufbringen der Packung und die Massage mit dem spezifischen, für die Behandlung verwendeten Produkt bereit.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

## SCHLANKMACHEND

*Mirage*

Auf der Basis von Efeu, Rotalgen und Kastanienextrakt, verbessert sie das Aussehen der sogenannten „*Orangenhaut*“, fördert die Zellregeneration, optimiert den Ernährungszustand der Gewebe und formt die Körperkonturen neu. Für einen samtweichen, schlanken Körper.

€ 90 (Dauer 60 Min.)

## STRAFFEND

*Gioia di Vivere*

*Gioia di Vivere* glättet und strafft die Gewebe, und macht den Körper wieder tonisch und kompakt. Hervorragend für die Zeit nach der Geburt geeignet und um von Schwangerschaftsstreifen betroffene Haut bis in die Tiefe zu nähren.

€ 90 (Dauer 60 Min.)

## FEUCHTIGKEIT SPENDEND

*Luce*

Dank der Packung, die reich ist an Wirkstoffen wie Karitébutter, Ceramiden, Eibisch und Malve, und die den Wasseranteil der Haut bewahren und ausgleichen, schenkt „*Licht*“ der Haut lang anhaltende Feuchtigkeit.

€ 90 (durata 60 min.)

## STRAFFEND FÜR BRUST UND DEKOLLETÉ

*Miracle*

Dank des kostbaren Hibiskus-Extraktes, der durch seine hervorragende Lifting-Wirkung gekennzeichnet ist, ist die Behandlung *Miracle* für den Brustbereich ideal geeignet, um Tonus und Kompaktheit wiederzufinden. Die Brust „lebt neu auf“, die Haut ist wohl genährt und entspannt. Ausgezeichnet nach der Stillzeit für die Remise-en-forme der Brust und als Behandlung mit einer ausgeprägten Anti-Aging-Wirkung geeignet.

€ 80 (Dauer 50 Min.)



## Phytotherapie

Heilpflanzen wurden bereits zu Urzeiten eingesetzt. Der Mensch suchte seit jeher nach Pflanzen, mit denen er die Symptome und Syndrome behandeln konnte, an denen er unweigerlich litt. Die Lefay SPA Method verwendet im Rahmen ihrer Programme die älteste Form der Phytotherapie, den Aufguss. Die über 50 verwendeten Heilpflanzen, die fast alle aus der westlichen Welt stammen, werden sowohl in Abhängigkeit von den ihnen innewohnenden Eigenschaften vorgeschlagen (zum Beispiel die Heidelbeere wegen ihrer anti-oxidativen und gefäßschützenden Eigenschaften) als auch im Hinblick auf die energetischen Aspekte. In diesem Sinne kann man sagen, dass jede Heilpflanze eine präzise „Persönlichkeit“ besitzt, die sich mit der Konstitution des Menschen gleichsam vereint. Nach Beendigung des Wellness-Aufenthaltes erhält der Gast die Möglichkeit, das Phytotherapie-Programm auch zu Hause fortzusetzen, indem er im Lefay Shop die individuell auf ihn abgestimmte Aufguss-Mischung erwirbt.

Phytotherapeutische Beratung € 90



## Lefay Vital Gourmet *La Leggerezza nell'Essere*

Dank der wesentlichen Bedeutung, die sie im Rahmen der vorbeugenden Medizin einnimmt, spielt die Ernährung in der Lefay SPA Methode eine grundlegende Rolle. Das Menü *La Leggerezza nell'Essere* wurde gemäß der Grundsätze der westlichen und energetischen Ernährungslehre und mit Hilfe der Methoden des Ernährungsverhaltens entwickelt. Es handelt sich hier um ein entgiftendes und leicht kalorienreduziertes Ernährungskonzept, das es sich zum Ziel macht, die Energiezufuhr über solche Nahrungsmittel sicherzustellen, die sorgfältig aufgrund ihrer Qualitätsmerkmale ausgewählt und mit Methoden zubereitet wurden, die den Verdauungsapparat nicht übermäßig belasten. Darüber hinaus zielt dieser Ernährungsansatz auf eine Veränderung der Essgewohnheiten ab. Dies geschieht über die Erläuterung der Nährwerte der verschiedenen Nahrungsmittel und der psychologischen Abläufe, die unsere Einstellung zum Essen bestimmen. Dieses Menü ist speziell für übergewichtige Personen geeignet, aber auch für all diejenigen, die sich bewusst für eine schmackhafte, leichte und gesunde Ernährungsweise entschieden haben. Das kann zum Frühstück und zum Abendessen im Restaurant *La Grande Limonaia* und zum Mittagessen im Bistro *La Vigna* bestellt werden. Energetische Ernährungsberatung € 90



## Lefay SPA Kosmetik *Tra Suoni e Colori*

Lefay SPA hat eine individuell gestaltete Kosmetiklinie für Gesicht und Körper entwickelt, die sowohl zum Verkauf steht als auch in unseren Kabinen eingesetzt wird.

Die Kosmetiklinie Lefay SPA unterstützt die Atmung der Haut und ermöglicht es ihr auf diese Weise, ihren natürlichen Glanz wiederzufinden. Zu diesem Zwecke enthalten die Produkte viele der verschiedenen Farben der Natur, die von bekannten und kostbaren, sorgfältig getesteten Heilpflanzen herkommen. Da in den Formulierungen keinerlei Farbstoffe oder chemische Konservierungsmitteln enthalten sind, gelingt es ihnen, das Wesen und den „Duft“ der Natur auf der Haut zu reproduzieren.

Ebenso wie der gesamte Erfahrungsschatz des Lefay SPA ist auch die Kosmetiklinie durch die Suche nach Produkten inspiriert, in deren Mittelpunkt – als einzigartiges, unnachahmliches Thema – das Individuum steht.

In der Kabine werden die verschiedenen existierenden Formulierungen mit den „Klängen“ der Natur kombiniert. Auf diese Weise erzielt man einzigartige, auf jeden Einzelnen individuell abgestimmte Produkte. Die „Klänge“ werden von den ätherischen Ölen verkörpert, von pflanzlichen Substanzen, die mit der Haut und deren verschiedenen Funktionen „kommunizieren“ und diese fördern, in Einklang bringen und sie kräftigen und stabilisieren.

Sie sind herzlich eingeladen, die Kosmetiklinie im Rahmen der faszinierenden energetischen Schönheitsbehandlungen der Lefay SPA zu testen (S. 17 und 18). Außerdem sind die Produkte sowohl in dem im Inneren des SPA gelegenen Lefay Shop, als auch im Online Shop von Lefay ([www.lefayshop.com](http://www.lefayshop.com)) erhältlich.



# MEDICAL

Medizinische Fachberatungen und Therapien aus dem Bereich der westlichen Medizin, der Naturheilkunde, der Osteopathie und der Physiotherapie.





## ÄRZTLICHE UNTERSUCHUNG

€ 60

## ELEKTROKARDIOGRAMM (EKG)

€ 30

## HALTUNGSANALYSE

Bei diesen Sitzungen werden unterschiedliche Tests durchgeführt, mit dem Ziel, Haltung und Bewegungen in verschiedenen Situationen zu überprüfen: statisch, dynamisch, im Sitzen und beim auf der Stelle gehen.

- Statische Haltungsanalyse mit computergesteuerter statischer stabilometrischer Plattform
- Dynamische Haltungsanalyse mit der Plattform „Delos Postural Proprioceptive System“

€ 60 (Dauer 40 min)

## MANIPULATION DER WIRBELSÄURE

€ 120 Erstuntersuchung / € 80 Sitzungen

## ÄRZTLICHE CHECK-UPS

### CHECK-UP OXIDATIVER STRESS

Der oxidative Stress ist eine Form von „chemischem Stress“, der von einem Missverhältnis zwischen der Produktion von freien Radikalen und Antioxidantien verursacht wird. Er gehört zu den bedeutendsten unter den Faktoren, die für eine Beschleunigung des physiologischen Alterungsprozesses verantwortlich sind. Dieser Test ermöglicht Folgendes:

- Bestimmung des individuellen oxidativen Schadens

- Festlegung der am besten geeigneten therapeutischen Indikationen

€ 210

### CHECK-UP PSYCHOPHYSISCHER STRESS

Sorgen im Berufs- und Alltagsleben oder übermäßige körperliche Anstrengungen bringen unseren Organismus in eine durch Stress gekennzeichnete Phase, die durch eine erhöhte Hormonausschüttung oder hormonelle Missverhältnisse gekennzeichnet ist. Über eine einfache Speichelentnahme erlaubt dieser Test Folgendes:

- Bewertung des Hormon- und Stoffwechselfgleichgewichts
- Korrektur des Missverhältnisses mit Hilfe der am besten geeigneten therapeutischen Indikationen (ausgewogene Ernährung, körperliche Betätigung, Entspannungstechniken usw.)

€ 70

### CHECK-UP

### NAHRUNGSMITTELUNVERTRÄGLICHKEITEN

Der Zusammenhang zwischen Nahrungsmittelunverträglichkeiten und verschiedenen Körperzuständen, wie zum Beispiel Übergewicht, Hautkrankheiten, Verdauungsstörungen usw., konnte in zahlreichen Studien unter Beweis gestellt werden. Dieser Test wird mit Hilfe der als einzigen vom italienischen Gesundheitsministerium anerkannten EIA-Methode durchgeführt, und ermöglicht:

- Feststellung von Überempfindlichkeiten gegenüber 90 verschiedenen Arten von Nahrungsmitteln
- Ausarbeitung eines individuell abgestimmten Ernährungsprofils

€ 220

## Naturmedizin

### LIFE LEARNING LEFAY

Ärztliches Gespräch mit dem Ziel der Bewertung des individuellen Energie-Status. Während der Untersuchung zeigt der Arzt die Hilfsmittel und Empfehlungen auf, die am besten geeignet sind, um einen gesunden und ausgewogenen Lebensstil zu pflegen, sowie das psychophysische Gleichgewicht und die damit einhergehende Verbesserung der Lebensqualität zu erreichen.

€ 90

### AKUPUNKTUR

Der menschliche Körper wird von speziellen Linien durchzogen, den sogenannten „Meridianen“, entlang derer unsere Lebensenergie, das „Qi“ fließt. Eine schlechte Zirkulation des Qi wird als eine Ursache für Schmerzen und Unwohlsein angesehen. Mit der Akupunktur, das heißt mit Hilfe feiner Nadeln, die entlang der Meridiane eingeführt werden, wird das energetische Gleichgewicht des Körpers und damit ein Zustand des Wohlbefindens wieder hergestellt.

€ 130 Erstuntersuchung /€ 90 Sitzungen

### MOXIBUSTION

Die Moxibustion ist eine chinesische Therapiemethode, deren Name sich vom Begriff „Moe Kusa“ ableitet, was auf japanisch „Gras das brennt“ bedeutet. Die Behandlung besteht in der Erwärmung der Hautbereiche, die mit den Akupunktur-Punkten oder den energetischen Bahnen übereinstimmen. Ihr Ziel ist es, die Auswirkungen einer energetischen Behandlung oder einer Massage zu verstärken.

€ 40 (Dauer 20 min.)



# Osteopathie und Physiotherapie

## OSTEOPATHISCHE BEHANDLUNG

€ 90 (Dauer 50 Min.)

## GELENKMOBILISIERUNG UND MUSKELENTSPANNUNGS-TECHNIKEN

€ 45 (Dauer 30 Min.)

€ 150 (Zyklus aus 3 Sitzungen)

## KINESIOTHERAPIE-BEHANDLUNGEN

vor und nach Operationen

€ 60 (Dauer 30 Min.)

## MANUELLE UND INSTRUMENTALE THERAPIEN

€ 20 (Dauer 30 Min.)

## INDIVIDUELLE FUNKTIONELLE REHABILITATION

€ 60 (Dauer 30 Min.)

## HALTUNGS-REHABILITATION

Back School- und McKenzie-Methode

€ 45 (Dauer 40 Min.)

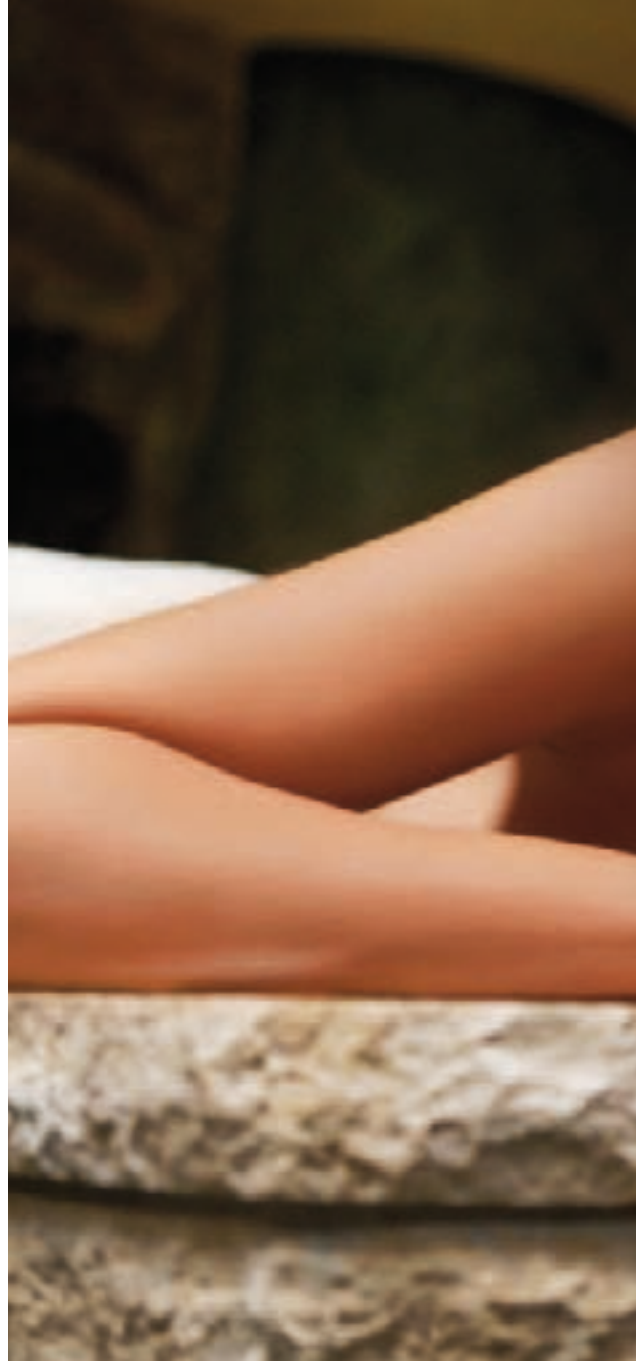
## INDIVIDUELLE NEUROMOTORISCHE REHABILITATION

€ 45 (Dauer 40 Min.)



# SPA À LA CARTE

Ein reichhaltiges *À la carte Menü*, um allen Anforderungen unserer Gäste gerecht zu werden. Ein großes Angebot an Thalassotherapie-Behandlungen für Gesicht und Körper, Massagen der westlichen und östlichen Tradition, mit den besten internationalen Kosmetikprodukten durchgeführte professionelle Schönheitsbehandlungen oder sinnliche Rituale, um den Einklang von Körper und Seele über den Zauber der Düfte und der orientalischen Atmosphären neu zu entdecken.





# Thalasso-Therapie

Diese antike Therapie ist griechischen Ursprungs. Sie nutzt die Synergiewirkung der kostbaren Stoffe, die in den Algen und den aus dem Meer gewonnenen Produkten enthalten sind – wie zum Beispiel Mineralstoffe und Spurenelemente – um dem Körper Schönheit zu schenken und ihn in Form zu bringen. Dank der Verbesserung der Durchblutung und des Giftstoffabbaus der Gewebe zeichnet sich die Thalasso-Therapie außerdem durch beachtliche Resultate im Hinblick auf die Flüssigkeitsretention und den unschönen Cellulite-Effekt aus.

## THALGO-REINIGUNGSRITUALE

Zur Vorbereitung auf weitere Behandlungen, als tiefenreinigendes Peeling und zur Verbesserung des Hautbildes:

Wasser-Gommagebehandlung mit Schälwirkung  
€ 45 (Dauer 30 Min.)

Meeres-Präludium  
€ 95 (Dauer 60 Min.)

## THALGO-MEERESBEHANDLUNGEN

Alle Meeresbehandlungen werden in der Cocoon-Wanne durchgeführt, der neuesten Innovation im Bereich der SPA-Ausstattung. Mit Hilfe der Dampfsauna, der Infrarot-Sauna und der Vichy-Dusche, die bei der lokalisierten Abnahme und der Bekämpfung der unschönen Cellulite-Auswirkungen behilflich sind, fördert sie die Remise-en-forme des Körpers und die Stressreduzierung.

Body-Wrap mit mikropulverisierten Thalgo-Algen tonifizierend, schlankmachend, entgiftend und entspannend

€ 95 (Dauer 60 Min.)

100 % natürlicher Meeresschlamm aus dem Toten Meer

€ 105 (Dauer 75 min.)

Body-Wrap mit Algen und Meereskalk  
Ideal, um nach der Geburt eines Kindes seine Form wiederzufinden.

€ 80 (Dauer 45 Min.)

## PACKUNGEN MIT AROMATISIERTEM LEFAY SPA FANGO

*Il Potere del Cielo e della Terra*

Die verwendeten Lehmerden sind reich an Sulfaten und Morillonite-Mineralen, die durch den Osmose-Effekt eine entgiftende Wirkung haben.

Packung mit aromatisiertem Fango  
Drainage-, Straffungs- und Anti-Cellulite-Wirkung  
€ 80 (Dauer 45 Min.)

## MEERBÄDER

### Salzsee

#### *La Luna nel Lago*

Die hohe Temperatur dieses herrlichen Salzsees, die in etwa 36-38 °C beträgt, ermöglicht dem Körper die Aufnahme der im Wasser gelösten, aus dem Meersalz stammenden Spurenelemente und Mineralstoffe. Er zeichnet sich durch seine Drainage-, Entgiftungs- und Entspannungswirkung aus. Dauer 30 Minuten, im Wechsel zwischen Bädern und Entspannung.

20 € pro Person (80 € für Paare, exklusive Benutzung)

Bad mit mikropulverisierten Thalgo-Algen  
Schlankmachende, Drainage-, Entspannungs- und durchblutungsfördernde Wirkung  
€ 40 (Dauer 20 Min.)

Hydro-Aromatherapie in der Florida-Wanne  
mit Aroma-Bädern Lefay SPA *Il Latte e gli Dei*  
für trockene und ausgelaugte Haut  
€ 40 (Dauer 20 Min.)

Dampfbad in der Cocoon-Wanne  
mit ätherischen Ölen und Farbtherapie  
€ 50 (Dauer 25 Min.)

## REDUZIERENDE UND MODELLIERENDE THALGO-BEHANDLUNGEN

Schlankmachende und tonifizierende  
Aromaceane-Behandlung

€ 95 (Dauer 75 Min.)

Reduzierende lokalisierte Aromaceane-  
Behandlung LC24

€ 80 (Dauer 60 Min.)

Drainierende und die Durchblutung anregende  
Kältewickel für die Beine

€ 70 (Dauer 50 Min.)

Perfekte Brust

€ 80 (Dauer 60 Min.)



## Massagen der Westlichen Tradition

### LEFAY *Gocce di Lago*

Mit dieser Willkommens-Massage wollen wir Sie in die typischen Duftnoten des Gardasees einhüllen. Das kostbare, mit frischer Zitronen- und Lavendelessenz angereicherte Lefay Olivenöl dringt bei der Tiefenmassage in die Haut ein, spendet ihr Nährstoffe und macht sie strahlend und weich.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

### LEFAY *Terra e Cielo*

Vierhändige, von zwei Therapeuten ausgeführte Massage, die gleichzeitig eine modellierende und entspannende Gesichtsmassage und eine Fußreflexzonen-Massage vorsieht.

€90 (Dauer 25 Min.)

### BACKRELAX

Beseitigung von Kontrakturen des Rückens. Entspannt die Muskulatur, stellt die korrekte Haltung der Wirbelsäule wieder her und schenkt unmittelbare Besserung.

€ 45 (Dauer 25 Min.)

### ANTI-STRESS

Regt die tiefen Gewebeschichten an, reaktiviert den Blutkreislauf und den Lymphfluss, löst Muskeln und Gelenke, wirkt auf die Atmung ein und schenkt auf diese Weise ein tief reichendes Gefühl von Entspannung.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

### KALIFORNISCHE MASSAGE

Die leichten Berührungen und die fließenden, einhüllenden Bewegungen dieser Massage streichen über die Oberfläche des gesamten Körpers, machen den Kopf frei, tonifizieren die Muskeln, beseitigen Kontrakturen und machen die Gelenke elastischer.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

### AROMAMASSAGE

Die einhüllenden Handgriffe dieser Massage schenken dem Körper in Kombination mit einer Mischung aus reinsten ätherischen Ölen ein tief reichendes Wohlbefinden. Jede Mischung aus ätherischen Ölen wird von unseren Experten unter Berücksichtigung der Bedürfnisse des einzelnen Gastes zusammengestellt.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

### BINDEGEWEBSMASSAGE

Regt die Durchblutung an und verbessert die Gewebetrophik. Macht die Haut wieder elastisch und kompakt, und schenkt dem Körper ein Gefühl von Leichtigkeit. Hervorragend in Kombination mit Algen- und Fango-Wicklungen.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

*Alle Massagen können in unseren SPA-Suiten auch als Paar-Massagen durchgeführt werden. Im Sommer stehen für Sie auch die Pavillons im Außenbereich zur Verfügung, die sich durch ihren herrlichen Ausblick auf den See auszeichnen.*



### HÄMOLYMPHATISCHE MASSAGE

Verbessert die Durchblutung und besitzt eine intensive Drainagewirkung. Ideal, um die Figur neu zu modellieren und dem Körper Leichtigkeit zu schenken. Hervorragend in Kombination mit Thalassotherapie-Behandlungen.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

### CANDLE MASSAGE

Lassen Sie sich von den warmen und duftenden pflanzlichen Ölen verwöhnen, die zusammen mit der sanften Massage wie eine liebevolle Umarmung wirken: Spannungen werden gelöst und Ihr Körper erlebt ein neues Wohlgefühl.

€ 90 (Dauer 60 min.)

### BEHANDLUNGEN FÜR WERDENDE MÜTTER

Spezifische Behandlungen für Frauen, sowohl für die Schwangerschaft als auch für die Stillzeit. Speziell auf diese besondere Zeit der Verwandlung des weiblichen Körpers zugeschnitten, erlauben sie es, schnell wieder in Form zu kommen und schenken eine mit Feuchtigkeit und Nährstoffen versorgte, elastische Haut.

Massage mit Lefay Olivenöl – mit Feuchtigkeitseffekt und Drainageeffekt

€ 80 (Dauer 50 min.)

Massage „Leichte Beine“

€ 40 (Dauer 30 min.)



# Massagen der Östlichen Tradition

## TUINA

Diese antike Massageform basiert auf den Grundlagen der Klassischen Chinesischen Medizin. Die vielfältigen Handgriffe bieten einen wirksamen Ausgleich des körperlichen Befindens und eine energetische Wiederherstellung. Gleichzeitig wird das Immunsystem gestärkt und die Durchblutung gefördert. Ideal ist die Kombination mit der Phytotherapie und Akupunktur.  
€ 90 (Dauer 50 Min.)

## SHIATSU

Hierunter versteht man die Kunst des „Heilens durch Fingerdruck“. Wir alle kennen die Macht einer zärtlichen Berührung, einer Umarmung, einer Massage – Gesten, die nicht nur Angstzustände oder Traurigkeit, sondern auch starke körperliche Schmerzen lindern können. Das Shiatsu schenkt unmittelbares Wohlbefinden und bewirkt einen Zustand der völligen Entspannung sowie eine Harmonisierung der Energiezentren des Körpers.  
€ 90 (Dauer 50 Min.)

## FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE

Nach dieser vorbeugenden Naturtherapie besitzt jedes Organ einen ihm entsprechenden Punkt in einem anderen Körperbereich. Durch eine geeignete Stimulation können diese Punkte das Organ beeinflussen, und es zu einer automatischen, unwillkürlichen Reaktion anregen. Die Druckausübung und die Massage bestimmter, auch als Karten bezeichneter Zonen schenken ein tief reichendes energetisches, physisches und geistiges Gleichgewicht.  
€ 80 (Dauer 50 Min.)

## LOMI LOMI

Diese Massage ist ein Teil der antiken hawaiianischen Tradition. Sie wird mit als „Hula“ bezeichneten Bewegungen der Unterarme durchgeführt, die sich wie in einem Tanz in Kraft und Rhythmus abwechseln. Sie ist besonders angenehm und entspannend, lindert den Stress und steigert die Energie des Körpers.  
€ 110 (Dauer 60 Min.)

## STONE THERAPY

Diese Behandlung wird mit warmen Steinen durchgeführt, die dem Körper Entspannung ohne Gleichen schenken, indem sie Kontrakturen lösen und die Energiezentren des Körpers wieder ins Gleichgewicht bringen.  
€ 130 (Dauer 70 Min.)

## AYURVEDA

### Abhyanga

Diese Gesichts- und Körpermassage wird mit warmen Ölen durchgeführt. Sie verleiht dem ganzen Körper ein intensives Gefühl des Wohlbefindens und wirkt ausgleichend auf die Energiezentren.  
€ 80 (Dauer 50 Min.)

### Kerala

Gesichts- und Körpermassage, deren besondere, auf der Kopfhaut ausgeführte Handbewegungen den Stress reduzieren und die Halsmuskeln entspannen. Die Haut findet neuen Glanz und die Gewebe werden kompakt und tonisch.  
€ 110 (Dauer 75 Min.)



## Gesichts-Rituale

### REINIGUNGS-RITUALE

für Sie und für Ihn  
€ 85 (Dauer 75 Min.)

Short  
€ 65 (Dauer 40 Min.)

### Shirodhara - Ölstrahl

Ein Ölstrahl rinnt sanft auf der Stirn nach unten, und schenkt ein Gefühl von Frieden und innerer Ruhe. Indem der Körper und der Geist von Spannungen befreit werden, fördert diese Behandlung den Schlaf und die Regenerierung der Gesichtshaut.

€ 115 (Dauer 75 Min.)

### Pinda – Sweda

Der Körper wird mit Öl bedeckt und anschließend mit warmen Säckchen mit speziellen Kräuter-, Gräser- und Getreidemischungen, den sogenannten „Pinda“, behandelt. Lindert rheumatische Beschwerden, verbessert den Schlaf und stärkt den Körper.

€ 130 (Dauer 75 Min.)

### Udvaartana

Ayurveda-Behandlung mit einer sanften, leichten Reinigungswirkung, die gleichzeitig entgiftet, entspannt und reduziert. Sie wird mit Pulvern durchgeführt, die aus Blüten, Früchten, Pflanzen, Kräutern und Wurzeln gewonnen werden. Sie bewirkt ein natürliches Peeling und zeichnet sich durch ihre intensive Nähr- und Schutzfunktion für schlaffe Gewebe aus.

€ 80 (Dauer 50 Min.)

### NORMALISIERUNGS-RITUALE

Reinigend, lindernd, Sauerstoff und Nährstoffe spendend

€ 95 (Dauer 60 Min.)

### ANTI-AGING-RITUALE

Erste Falten, straffend  
€120 (Dauer 75 Min.)

Anti-age Behandlung mit Algenhormonen  
€ 140 (Dauer 75 Min.)

Modellierende Gesichtsmassage  
€ 50 (Dauer 30 Min.)

### SPEZIFISCHE RITUALE

Revitalisierende Augenbehandlung  
€ 85 (Dauer 50 Min.)

# Gerätebehandlungen für die Schönheit von Gesicht und Körper

## SAUERSTOFFTHERAPIE

Sie verkörpert einen Meilenstein der Hautbehandlung. Dank eines hyperbaren Sauerstoffkonzentrators werden Wirkstoffe wie Hyaluronsäure, Staminali, Vitamine und Antioxidantien in die tiefen Hautschichten übertragen. Diese Methode ist schmerzfrei, besitzt keine Kontraindikationen und hinterlässt keine Spuren. Ihre positiven Auswirkungen sind sofort sichtbar:

- Reduzierung von Falten
- Verbesserung des Hautbildes
- Begleitende Therapie bei der Behandlung von geplatzten Äderchen
- Linderung von Akne und Rosacea

Sauerstofftherapie für das Gesicht

€ 150 (Dauer 50 Min.)

€ 350 Zyklus mit 3 Sitzungen

Gesichtsbehandlung mit Phytostammzellen

€ 170 (Dauer 50 Min.)

€ 390 Zyklus mit drei Sitzungen

Gesichtsbehandlung mit Phytostammzellen + Hyaluronsäure

€ 240 (Dauer 85 Min.)

€ 550 Zyklus mit drei Sitzungen

## SCHÖNHEITSBEHANDLUNGEN MIT VIBRATIONSMETHODE FÜR GESICHT UND KÖRPER

Die Schönheitsbehandlung mit Vibrationsmethode Delight L880 basiert auf die Kommunikation und Interaktion zwischen der Lichtenergie und den Geweben stützt. Bei dieser schmerzfreien und nicht-invasiven Methode werden Körper und Gesicht über den Einsatz eines athermischen LEDs in ein (unsichtbares) Infrarotlicht getaucht. Die Zellen absorbieren das Licht, und ermöglichen auf diese Weise eine energetische Wiederherstellung und Verjüngung.

## GESICHTSBEHANDLUNGEN

Je nach Behandlungstyp werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt: die Entfernung von Pigmentflecken, die Regenerierung der Haut, die Verjüngung (Faltenreduzierung im Gesicht und am Hals), die Behandlung der empfindlichen Haut, die Behandlung von Akne.

Lifting und Anti-Aging

€ 160 (Dauer 75 Min.)

Empfindliche Haut

€ 120 (Dauer 75 Min.)

Augenkonturen/Augenschatten

€ 95 (Dauer 50 Min.)

Wiederausgleich des pH-Werts

€ 95 (Dauer 60 Min.)

Behandlung der Haut mit Akne

€ 95 (Dauer 60 Min.)

## KÖRPERBEHANDLUNGEN

Die Behandlungen reduzieren erschlaffte Haut an Problemstellen (Innenarm und Dekolleté), straffen das Gewebe, stärken die Muskulatur (Oberschenkel, Gesäß, Bauch), reduzieren Wasseransammlungen im Gewebe und sorgen für eine elastische und straffe Haut, besonders nach Diäten.

Lymphdrainage-Behandlung  
€ 140 (Dauer 60 Min.)

Lymphdrainage  
€ 85 (Dauer 30 Min.)

Anti-Cellulite-Behandlung  
€ 140 (Dauer 60 Min.)

Anti- Cellulite  
€ 85 (Dauer 30 Min.)

Gewebestraffung Behandlung (Arme, Bauch, Gesäß, OberschenkelInnenseite)  
€ 140 (Dauer 60 Min.)

Gewebestraffung (Arme, Bauch, Gesäß, OberschenkelInnenseite)  
€ 85 (Dauer 30 Min.)

Brust- und Dekolleté  
€ 110 (Dauer 60 Min.)

Relax Anti- Stress Behandlung  
(LED + Massage 30') € 140 (Dauer 50 Min.)

Relax Anti- Stress Behandlung  
(LED + Massage 50') € 160 (Dauer 70 Min.)

Die Behandlungen Delight L880 können mit den energetischen Schönheitsbehandlungen Lefay SPA Method abgerundet werden, die speziell für die jeweils vorhandenen Hautprobleme entworfen wurden.

## WELLNESS PROGRAMME

### PERFECT FACE

- 1 Beratung und Personalisierung des Programms
- 1 vorbereitende Gesichtereinigung *Unico Cielo*
- 1 Anti-Aging-Behandlung mit Lifting-Effekt (Vibrationsmethode Delight L880)
- 1 Sauerstofftherapie-Sitzung für das Gesicht

€ 350

### PERFECT BODY

- 1 Beratung und Personalisierung des Programms
- 1 reinigender Körper-Scrub *Ricordo*
- 2 spezifische Behandlungen (stärkend, drainierend oder straffend) mit Vibrationsmethode Delight L880
- 1 spezifisch-energetische Massage Lefay SPA Method

€ 350

## Rituale aus dem Orient

Entdecken Sie die Schönheit im Sinne eines Einklangs von Körper und Geist über die Magie der orientalischen Düfte und Atmosphären unserer Rituale neu. Die herrlichen Duftnoten der Öle und die Reinheit der eingesetzten Produkte machen alle Behandlungen zu einem Moment exklusiven Wohlbefindens: die Haut kehrt zu neuem Glanz zurück, der Körper entspannt sich und der Geist wird ruhig.

### INDOCÉANE SPA -RITUAL

Eine wunderbare Reise der Sinne, bei der sich Duftnoten und Farben des Orients mit den Kostbarkeiten aus dem Meer vereinen. Sie beginnt mit einer besonderen *Gommage sucré-salé*, bei der die Haut unter Einsatz der Düfte aus dem Mittelmeer geglättet, genährt und mit Feuchtigkeit versorgt wird. Anschließend folgt ein samtiges, sinnliches Bad in *Kostbarer Milch*, wie zur Zeit der Königin Kleopatra im antiken Ägypten, eine Körpermassage, um Ruhe und Wohlbefinden wieder zu finden, und eine abschließende Wicklung mit der Crème Subliminale, die dem Körper Feuchtigkeit spendet und ihn einhüllt. Für Paare wird das Ritual in der Private SPA *Daphne, Apollo und Eros* durchgeführt.

€ 220 pro Person (Dauer 2,5 St.)



### MÉMOIRE OCÉANE SPA -RITUAL

Eine herrliche Reise der Sinne, die in vier verschiedene Phasen unterteilt ist: die *Gommage Mémoire Océane*, mit der der vom Duft der Wasserpflanzen umgebene Körper geglättet und eingehüllt wird, die Massage *Mémoire Océane*, sanft wie die Wellen des Meers, das Bad *Sensation Océane*, bei dem man in eine Wanne mit Blütenblättern aus Algen und sprudelnden Kristallen eintaucht, sowie eine Wicklung für den Rücken mit einer warmen Mousse auf Algenbasis zur Entkrampfung der gesamten Muskulatur. Für Paare wird das Ritual in der Private SPA *Daphne, Apollo und Eros* durchgeführt.

€ 220 pro Person (Dauer 2,5 St.)

### HAMMAM-RITUAL

Ein Reinigungsritual für den Körper aus der antiken Tradition des Mittleren Ostens. Es beginnt mit einer auf schwarzer Seife basierenden Behandlung, gefolgt von einer Schälmassage mit dem als „Kese“ bezeichneten Handschuh, eine „Rasul“-Körperpackung und abschließend eine entspannende Massage mit orientalischen Duftölen oder mit reiner Karitébutter. Für Paare wird das Ritual in der Private SPA *Ovidio, Filemone und Bauci* durchgeführt.

€ 130 (Dauer 75 Min.)

## Beauty

### ALAUNSTEIN-RITUAL

Dieses magische Körperitual beinhaltet eine Massage mit einem Präparat, das auf feinsten, in duftenden Ölen enthaltenen Alaunsalzen basiert und die Haut perfekt glättet, ihr Nährstoffe und tief gehende Feuchtigkeit spendet. Das Ritual wird von einer angenehmen Entspannungsmassage mit kostbaren orientalischen Duftölen abgerundet.

€ 110 (Dauer 60 Min.)

### SHEABUTTER UND ARGANÖL - RITUAL

Dieses Ritual ist besonders für trockene Haut geeignet. Es hat eine nährnde und Feuchtigkeit spendende Wirkung und macht Ihre Haut glatt und weich.

€ 130 (durata 75min.)

### LEFAY SPA HAND-RITUAL

Exklusiver Maniküre-Service, der die Wirkung eines sanften, auf Alaunstein basierenden Schälmittels mit einer Feuchtigkeit spendenden Sesam-Maske und einer Nährcreme auf Arganöl-Basis vereint, die mit einer leichten, entspannenden Massage aufgetragen wird.

€ 80 (Dauer 75 Min.)

### LEFAY SPA FUSS-RITUAL

Das Ritual beginnt mit einem Reinigungsbad mit schwarzer Seife, mit dem die Füße gesäubert und weich gemacht werden, gefolgt vom Auftragen eines Schälmittels, der Massage mit Arganöl und der abschließenden Maske auf Sesam-Basis.

€ 80 (Dauer 75 Min.)

### KOSMETIK

Depilation Lady

Depilation Gentleman

Maniküre € 35 (Dauer 50 min.)

Esthetische Pediküre € 45 (Dauer 50 min.)

Kurative Pediküre € 55 (Dauer 60 min.)

Hand-Ritual € 80 (Dauer 75 min.)

Fuß-Ritual € 80 (Dauer 75 min.)

Solarium € 12 (Maximum 12 min.)

### MAKE-UP

Augenbrauenfärben € 30 (Dauer 30 min.)

Wimpernformen € 60 (Dauer 50 min.)

Day make-up € 60 (Dauer 40 min.)

Evening make-up € 70 (Dauer 50 min.)

### FRISEUR

Reflexe € 100

Coloration € 70

Glanztönung € 30

Strähnen € 120

Fönen (Lange Haare) € 40

Fönen (Kurze Haare) € 30

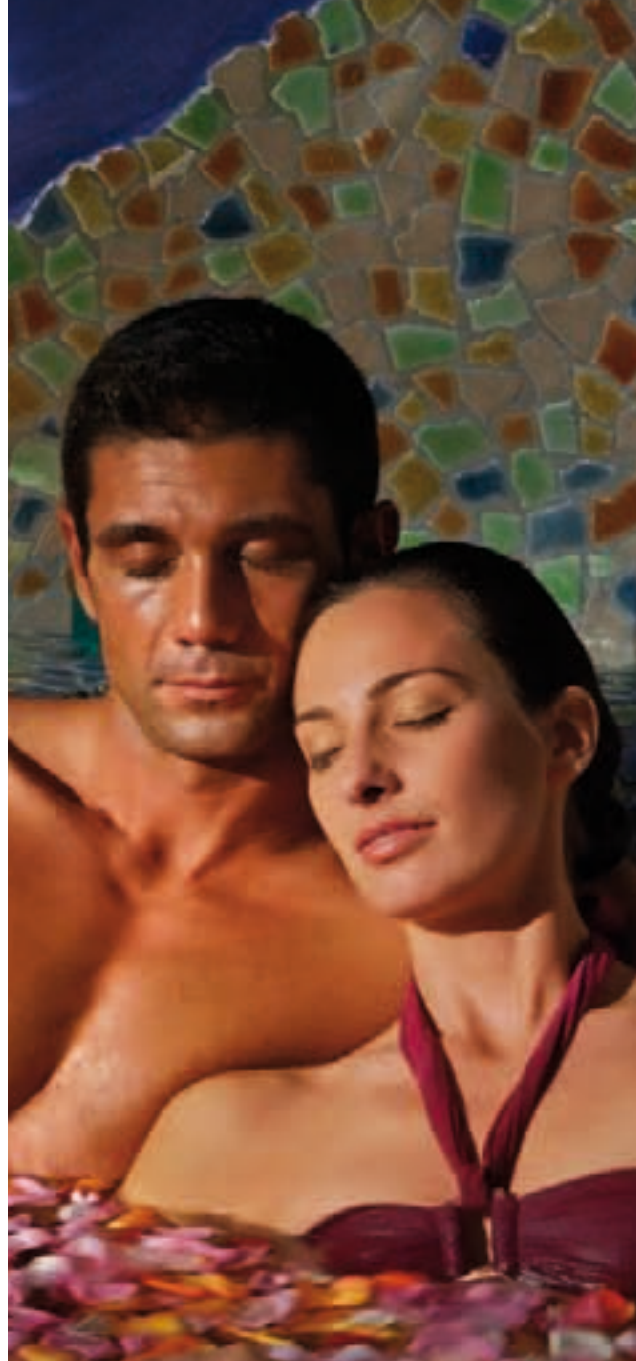
Haarschnitt Damen und Herren € 50

Reinigende Kopfhautbehandlung € 50

Restrukturierende Haarbehandlung € 90

# FÜR PAARE

Die Lefay SPA Behandlungen für Paare stellen ein herausragendes Erlebnis dar, bei dem man zusammen mit dem Partner kostbare Momente genießen und dabei Liebe und Harmonie wiederfinden kann.





## Private SPA

Die beiden herrlichen, an der griechischen und römischen Mythologie inspirierten Private SPA Lefay zeichnen sich durch Ambiente und Wellness-Programme aus, die gemeinsam erlebt werden können, und in denen man die Annehmlichkeiten der Behandlungen in einem Rahmen höchstmöglicher Entspannung genießen kann. Hier können Sie die warme Umarmung einer Massage spüren, in der großen Perlage-Wanne gleichsam schweben, inmitten der von den Behandlungen ausströmenden Düfte ausspannen und die mit den Programmen kombinierten Spezialitäten kosten.

In den Private SPA können außerdem individuell gestaltete Paar-Programme entworfen werden. Informationen erhalten Sie an der SPA-Rezeption.



## Trilogie *Ovidio, Filemone e Bauci*

Sie ist am Mythos des Philemon und der Baucis inspiriert, die den Göttern Zutritt zu ihrer bescheidenen Unterkunft gewährten. Zum Dank erhielten sie einen Tempel und das Versprechen, dass sie – durch ihre Verwandlung in zwei herrliche Bäume – für immer zusammen bleiben würden. Die Rituale erinnern an die Freude, die Schlichtheit und die Herzlichkeit dieser Gastfreundschaft und schenken ein Gefühl intensiver innerer Ruhe.



Preis für Paare € 530

Gesamtdauer des Programms 2,5 Stunden

Die Private SPA *Daphne, Apollon und Eros* wird auch in der Short-Version angeboten (*Der See der Nymphen, die Massage der Daphne und der Moment der Entspannung mit Degustation*)

Preis für Paare € 350

Gesamtdauer des Programms 1,5 Stunden

### LEFAY WILLKOMMENS-RITUAL

#### GLÄTTENDE BEHANDLUNG MIT APRIKOSENKERNEN

Eine antike Rezeptur, um die Haut strahlend und samtweich zu machen. Die mit den Vitaminen und Wirkstoffen dieser weichen Mousse angereicherten Aprikosenkerne glätten die Haut und machen sie tonisch und seidig.

#### DIE GROTTE DER GÖTTER

Diese komplett aus Stein bestehende Grotte ist durch das Austreten von Dampfstrahlen charakterisiert, die mit Pflanzen- und Bergblumenessenzen angereichert werden. Neben der Reinigung des Körpers üben sie eine wohltuende Wirkung auf die Atemwege aus und tonifizieren die Gewebe.

#### MASSAGE MIT LEFAY OLIVENÖL

Eine einhüllende Massage mit reinstem Olivenöl und warmen Bündeln aus duftenden Gräsern entspannt Körper und Geist. Die Wärme löst Muskelspannungen und regt den Blutkreislauf an, und die duftenden Gräser beleben die Sinne.

#### MOMENT DER ENTSPANNUNG MIT DEGUSTATION OVID

Um dieses Programm noch angenehmer zu machen, wird die Entspannung von einem alkoholfreien Früchte-Cocktail und Keksen mit Walnüssen und Honig begleitet.

## Trilogie *Daphne, Apollo ed Eros*

### LEFAY WILLKOMMENS-RITUAL

#### GÖTTLICHER GLANZ FÜR SIE UND IHN

Speziell für das Gesicht. Eine sanfte Schälbehandlung in Kombination mit einer tonifizierenden und entspannenden Massage verleihen der Haut neuen Glanz. Die abschließende Maske macht die Haut besonders weich, verbessert ihren Feuchtigkeitsgehalt und macht sie samtig wie ein Rosenblütenblatt.

#### DER SEE DER NYMPHEN

In eine romantische und sinnliche Atmosphäre eintauchen, umgeben vom sanften Licht der Kerzen und von duftenden Rosenblütenblättern, die die Haut leicht berühren. Das Wasser, das mit kostbaren ätherischen Ölen mit wohltuenden Eigenschaften angereichert wird, beseitigt Stress und Müdigkeit.

#### DIE MASSAGE DER DAPHNE

Diese der Sanftheit der Daphne gewidmete Massage ruft dank des berauschenden Duftes von Blütenöl idyllische Atmosphären und blühende Wiesen ins Gedächtnis. Die sanften Handgriffe, die sich wie Wellen im Wasser ausbreiten, versetzen Körper und Geist in einen Zustand absoluter Entspannung.

#### MOMENT DER ENTSPANNUNG MIT DEGUSTATION DAPHNE, APOLL UND EROS

Dieses romantische, entspannende Programm wird von einem köstlichen, alkoholfreien Cocktail namens *Cupidos Lefay-Nektar* und von kleinen Leckerbissen abgerundet.

Sie ist an der Legende der wunderschönen Daphne inspiriert, in die sich der Sonnengott Apoll unsterblich verliebte, nachdem er sie im klaren Wasser eines von herrlichen, duftenden Blumen umgebenen Sees baden sah.



Preis für Paare € 530

Gesamtdauer des Programms 2,5 Stunden

Die Private SPA *Daphne, Apollon und Eros* wird auch in der Short-Version angeboten (*Der See der Nymphen, die Massage der Daphne und der Moment der Entspannung mit Degustation*)

Preis für Paare € 350

Gesamtdauer des Programms 1,5 Stunden

## Rituale für Paare

### CANDLE MASSAGE IN SPA SUITE

Ein sinnliches Paar-Ritual, bei dem alle Sinne mit einbezogen werden: das Kerzenlicht schafft Atmosphäre und wirkt wie eine Farbtherapie, während der Duft im Sinne einer Aromatherapie für Entspannung sorgt. Eine unvergessliche Erfahrung, die man mit dem Partner gemeinsam erleben kann.

€ 180 für Paare (Dauer 60 Min.)

### INDOCÉANE SPA -RITUAL

Eine herrliche Reise der Sinne, die man zusammen mit dem Partner in der intimen Atmosphäre der Private SPA *Daphne, Apoll und Eros* antreten kann, und bei der alle Behandlungen zusammen ausgeführt werden. Man beginnt mit einer speziellen *Gommage sucré-salé*, die eine Glättungs-, Nähr- und Feuchtigkeitswirkung auf die Haut ausübt, gefolgt von einem samtigen, sinnlichen Bad in *Kostbarer Milch*, einer Körpermassage, die innere Ruhe und Wohlbefinden schenkt und einer abschließenden Wicklung mit der *Crème Subliminale*, die dem Körper Feuchtigkeit spendet und ihn einhüllt.

€ 440 für Paare (Dauer 2,5 St.)

### MÉMOIRE D'OCEANE SPA -RITUAL

Eine Reise der Sinne, auf die man sich zusammen mit dem Partner in der Private SPA *Daphne, Apoll und Eros* begeben kann. Sie beginnt mit einer *Gommage Mémoire Océane*, die den vom Duft der Wasserpflanzen umgebenen Körper glättet und einhüllt. Auf sie folgt die Massage *Mémoire Océane*, sanft wie die Wellen des Meeres, das Bad *Sensation Océane*, bei dem man in eine Wanne mit Blütenblättern aus Algen und sprudelnden Kristallen eintaucht und eine abschließende Wicklung für den Rücken mit einer warmen Mousse auf Algenbasis zur Entkrampfung der gesamten Muskulatur.

€ 440 für Paare (Dauer 2,5 St.)

### *LA LUNA NEL LAGO - EXKLUSIV*

Die stimmungsvolle Atmosphäre des herrlichen Salzsees, der für die Paare reserviert wird, und das magische Schauspiel des Mondscheins im See. Das salzhaltige Wasser erlaubt es dem Körper, sanft im Wasser zu schweben. Darüber hinaus besitzt es eine Drainagewirkung und zeichnet sich durch seinen besonders wohltuenden Effekt auf die Atemwege aus.

80 € für Paare (Dauer 30 Min.)



# NÜTZLICHE INFORMATIONEN

## RESERVIERUNG UND KLAUSELN FÜR DIE ANNULLIERUNG VON BEHANDLUNGEN UND PAKETEN

Um die Verfügbarkeit der gewünschten Behandlungen sicherstellen zu können, bitten wir Sie, diese vorab zu reservieren. Die Rezeption des SPA steht Ihnen unter der Nummer +39 0365-241871 jederzeit gerne zur Verfügung. Sollte es notwendig sein, die Reservierung einer Behandlung zu annullieren, bitten wir Sie, uns dies mindestens 4 Stunden vorher mitzuteilen, im Falle von Paketen und Programmen bis spätestens 72 Stunden vorher. Andernfalls werden Ihnen die Behandlungen, Pakete oder Programme in Rechnung gestellt.

## WAS SIE MITBRINGEN SOLLTEN

Bei Ihrem Check-in erhalten Sie unsere SPA Bag mit folgendem Inhalt: ein Pareo für die Saunen und, ein Badetuch für den Schwimmbadbesuch. Wir empfehlen Ihnen, einen Trainingsanzug und Turnschuhe für die Fitness-Aktivitäten und die externen Parcours mitzubringen. Bitte finden Sie sich mindestens 10 Minuten vor Beginn der Behandlungen im Bademantel an der Rezeption der Lefay SPA ein.

## VERHALTENS NORMEN

Die SPA ist ein Tempel des Wohlbefindens und der Ruhe. Zur Sicherstellung Ihrer Entspannung bitten wir Sie, keine Mobiltelefone oder elektronischen Geräte zu benutzen. Gäste mit Gesundheitsproblemen, wie Bluthochdruck oder Herzproblemen und werdende Mütter bitten wir, unsere SPA Rezeption zu informieren und vor Reservierung der Behandlungen den Arzt zu konsultieren.

## FUNDSACHEN UND SCHÄDEN

Das Lefay Resort & SPA Lago di Garda haftet nicht für verloren gegangene Gegenstände oder Schäden an persönlichen Gegenständen und Wertsachen. Wir empfehlen Ihnen aus diesem Grund, diese nicht unbeaufsichtigt zu lassen. Im Falle einer Wiederauffindung verloren gegangener Gegenstände werden diese in jedem Falle zu unserer Hauptrezeption gebracht.



Lefay Resort & SPA Lago di Garda  
Via Feltrinelli, 118  
25084 Gargnano (BS) - Italien

Reservierungen: +39 0365 241800  
Lefay SPA: +39 0365 241871

reservation@lefayresorts.com  
spa@lefayresorts.com

www.lefayresorts.com  
www.lefayshop.com

