



LAGO DI GARDA

WO KÖRPER UND  
GEIST DURCH DIE  
WIEDERENTDECKUNG  
WAHRER EMOTIONEN  
REGENERIEREN





# LEFAY SPA

---

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. Lefay hat in Zusammenarbeit mit einem Team von Experten aus verschiedenen ganzheitlichen Disziplinen die innovativen Signature Behandlungen und die Gesundheitsprogramme nach der Lefay SPA Methode entwickelt, die darauf abzielen, die Gäste zu einer vollständigen Wiederherstellung des Gleichgewichts von Körper, Seele und Geist und zur Wiederentdeckung eines gesunden und bewussten Lebensstils zu führen. In der Broschüre zur Lefay SPA Methode befinden sich die Gesundheitsprogramme.

Für die Lefay SPA Behandlungen werden Produkte für Gesicht und Körper aus der natürlichen Hautkosmetiklinie Lefay SPA eingesetzt. Sie sind reich an verschiedenen Farben der Natur, die den bekanntesten, kostbarsten und am besten erprobten Heilpflanzen entstammen. Wenn

Sie Ihren Gesundheitszustand verbessern wollen oder wenn der frenetische Rhythmus des Alltagslebens Ihren Organismus auf eine harte Probe gestellt hat und Stress, Müdigkeit, Angstzustände oder Depressionen verursacht hat, wird Ihnen unser Expertenteam bei der Auswahl der am besten geeigneten Therapien und Behandlungen behilflich sein. Wer auf der Suche nach Innovation, Natürlichkeit und umfassendem Wohlbefinden ist, hat im Lefay SPA Gelegenheit, einzigartige Erfahrungen zu sammeln und völlig neue Gefühle zu erleben, an einem Ort, an dem Orient und Okzident im perfekten Einklang mit der Umwelt verschmelzen.

# BEING ORGANIC AND ECOLOGICAL SPA: LEVEL EXCELLENCE



Lefay SPA ist der erste SPA in Italien, dem Ecocert die neue, prestigeträchtige Zertifizierung „Being Organic and Ecological SPA“ Excellence-Level verliehen hat.

Ecocert, eine französische, weltweit anerkannte Zertifizierungsstelle für Kosmetikprodukte, hat „Being Organic and Ecological SPA“ für alle Wellness-Strukturen eingeführt, die sich durch ihre Nachhaltigkeit auszeichnen und ihren Gästen einen Ort zur Entspannung bieten, indem sie ihre Erfahrung im Bereich des natürlichen Wohlbefindens mit einem besonderen Engagement für den Umweltschutz und die Erhaltung der Ressourcen unseres Planeten vereinen.

Dank seines innovativen Konzepts des 'globalen Wohlbefindens' konnte der exklusive Wellness-Tempel Lefay SPA - neben der Einhaltung der 50 strengen Kriterien, die zur Erreichung des Basis-Levels der Zertifizierung notwendig sind - auch den Excellence-Level erreichen. Dieses Konzept zeichnet sich durch drei grundlegende Aspekte aus:

die Einzigartigkeit der Behandlungen und Gesundheitsprogramme der Lefay SPA Methode und das Engagement im Bereich der Aus- und Weiterbildung des Personals;

der außergewöhnliche Komfort in den Behandlungsräumen, der den Gästen eine unvergleichliche Erfahrung der Erholung anbietet;

die Maßnahmen, die im Rahmen einer nachhaltigen Leitung des Resorts getroffen werden.





# LEFAY SPA KOSMETIKLINIE „TRA SUONI E COLORI“

---

---

OHNE FARBSTOFFE

---

OHNE HINZUGEFÜGTE KONSERVIERUNGSTOFFE

---

OHNE PETROLATE

---

OHNE PARABENE

---

OHNE SLES

---

DERMATOLOGISCH GETESTET

---

VEGAN

---

OHNE TIERVERSUCHE

---

AUF NICKEL GETESTET UNTER 0,00001%

Die Lefay SPA Kosmetiklinie „Tra Suoni e Colori“ wurde im Einklang mit der Philosophie des Lefay SPA und gemäß der Prinzipien der Naturkosmetik ins Leben gerufen; diese Linie „intelligenter“ Produkte verbindet Natur und Wissenschaft mit einer konkreten und unmittelbaren Wirkung. Die Formulierungen mit hohen Anteilen an Antioxidanzien, Vitaminen, Phytokomplexen und nativem Olivenöl aus biologischem Anbau ermöglichen die Tiefenpflege belasteter Haut und sorgen nach einer Weile garantiert für Ergebnisse. Für eine optimale individuelle Gestaltung gesellen sich in der Behandlungskabine ätherische Öle hinzu, die mit der Haut und deren unterschiedlichen Funktionen gleichsam kommunizieren, diese unterstützen, in Einklang bringen sowie Kraft und Beständigkeit verleihen. Die Produkte sind im Lefay SPA Shop sowie online erhältlich unter: [le fayshop.com](http://le fayshop.com).



# INHALTSVERZEICHNIS

---

1. LEFAY SPA WELT	11	5. WELLNESS UND SCHÖNHEITSPROGRAMME	47
1.1 Wasser und Feuer Welt	12		
1.2 Der Mensch und die Natur	14	6. SPA À LA CARTE	51
1.3 Fitness	18	6.1 Thalasso-Therapie	52
		6.2 Westliche Massagen	53
2. LEFAY SPA BEHANDLUNGEN	23	6.3 Östliche Massagen und Rituale	55
2.1 Energetische Massagen Körper - Gesicht	24		
2.2 Schönheitsbehandlungen Körper - Gesicht	28	7. FÜR PAARE	59
2.3 Düfte des Sees	32	7.1 Private SPA	60
		7.2 Rituale für Paare	62
3. NICHTINVASIVE SCHÖNHEITSMEDIZIN	35		
3.1 Energetische Schönheits-Medizin	36	8. BEAUTY AND HAIR SPA	65
3.2 Regenerative ästhetische Medizin	37	8.1 Beauty und Kosmetik	66
3.3 Gesichts- und Körperbehandlungen mit Schönheitsgeräten	38	8.2 Friseur	66
3.4 ZO Skin Health Restoration by Dr. Obagi	39	8.3 Haarbehandlungen – La Biosthetique Méthode	67
4. MEDICAL	41	9. NÜTZLICHE INFORMATIONEN	69
4.1 Naturmedizin	42		
4.2 Massage und Physiotherapie	43	10. LEFAY SPA AWARDS	70
4.3 Osteopathie	44		
4.4 Gesundheitsuntersuchungen	45		
4.5 Ärztliche Beratungen	45		



# LEFAY SPA WELT

---

Ein exklusiver Tempel des Wohlbefindens, in dem sich Körper und Geist über die Wiederentdeckung authentischer Emotionen und im Einklang mit sich selbst regenerieren.

01.

## WASSER UND FEUER WELT

Lefay SPA 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.

### SCHWIMMBECKEN

- Beheiztes Innen- und Außenschwimmbad
- Genormtes und beheiztes 25-Meter-Sportbecken (April bis Oktober)
- Beheiztes Hydromassage-Becken Fonte Roccolino

### RELAX-ZONEN

- Geräumige Relax-Zonen mit Panorama-Seeblick
- Türkise Grotte mit beheizten Wasserbetten
- Sunset Relax

### SAUNEN

#### Aroma-Sauna

Temperatur 40-42° / Feuchtigkeit 60-70%

Die Aromen dieser Sauna sind ein wertvoller Beitrag für die Atmung und den Abbau von Stress. Diese Sauna ist der mäßig warme Anfangsraum, in dem man sich auf das anschließende Schwitzen in der Caligo- Sauna vorbereitet.

#### Caligo-Sauna

Temperatur 42-45° / Feuchtigkeit 90-98%

Der hohe Feuchtigkeitsgehalt bildet einen aus verschiedenen Temperaturschichten bestehenden Nebel, der 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.

#### Oliven-Baum Sauna

Temperatur 50-60° / Feuchtigkeit 40%

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° / Feuchtigkeit 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.

### BEREICH CHARME D'ORIENT

Dieser Bereich erinnert an die Magie prunkvoller orientalischer Atmosphären. Eine Reise, in der sich Körper, Seele und Geist in den Duftnoten von drei Bereichen verlieren:

#### Hamman

Temperatur 45-48° / Feuchtigkeit 80%

Das Hamman, eine echte Hymne auf die schönsten Paläste des Orients, entführt uns aus der Welt des Alltags, in der alles verstandesmäßig, aufreibend und übereilt ist, und bringt uns zu einem natürlichen Gleichgewicht aus Bewegung und Ruhe, Übung und Entspannung, Wirklichkeit und Fantasie zurück.

#### Lady Sauna

Temperatur 38-42° / Feuchtigkeit 50%

Diese ausschließlich Damen vorbehaltene Sauna hüllt den Körper mit einem zarten Duft ein, der die sommerliche Atmosphäre eines Gartens am See wachruft. Sie regt die Durchblutung an, reinigt die Haut, löst Spannungen und entspannt den Körper.

### Sunset Relax

Ein stimmungsvoller Relax Bereich mit einer großen Auswahl an kostbaren orientalischen Teesorten.

NEW

### ADULTS ONLY SPA

---

Ein neuer Bereich, in dem Sie den tiefsten Frieden wiederentdecken können, während Sie die Ruhe des Sees am Horizont betrachten. Dieser Bereich ist ausschließlich für Gäste ab 16 Jahren reserviert und umfasst:

#### Whirlpool

Gewidmeter Entspannungsbereich mit Phytotherapie

#### Sauna mit Panoramablick

Temperatur 90° / Feuchtigkeit 10%

Eine finnische Sauna mit Blick auf den See, die für eine tiefe Entspannung von Körper und Geist geeignet ist. Die hohe Temperatur regt die Durchblutung an und fördert die optimale Funktion aller Organe sowie die Zellregeneration.

#### Aquamoon

Temperierter Wasserfall.

Wasser, Licht, Energie: eine Erlebnisdusche, die durch Wasserstrahlen und einhüllendes Licht die Sinne weckt.

### WEITERE

---

Der Bach: Dieser Parcours mit kühlem Wasser ist hervorragend für all diejenigen geeignet, die mit schweren Beinen und Durchblutungsstörungen der unteren Gliedmaßen zu kämpfen haben.

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.

#### Ice Pool

Temperatur 12-17°

Das kalte Wasser des Pools schließt die Poren und fördert die Durchblutung der Haut. Das Nervensystem wird angeregt und produziert positive Impulse, die sich förderlich auf den Herzschlag, die Atmung und den Blutkreislauf auswirken.

02.

NEW

## DER MENSCH UND DIE NATUR IN DER STILLE UNTER DEN STERNEN: TRILOGIE IM FREIEN

Die Begegnung mit der Natur ist der erste Schritt zur Reinigung von Geist und Körper. Im Lefay Resort & SPA Lago di Garda erstreckt sich der Tempel des ganzheitlichen Wohlbefindens in dem wunderschönen 11-Hektar großen Park, in den das Resort eingebettet ist. In dieser Landschaft, wo Mensch und Natur zusammenkommen, gibt es drei verschiedene Parcours: den Energetisch-Therapeutischen Garten mit Energie-Stationen, die von den Prinzipien der Klassischen Chinesischen Medizin inspiriert sind; den Lauf- und Sky Fitness-Parcours für Outdoor-Bewegung. Hier werden die Aktivitäten zur Wiederherstellung des körperlichen und energetischen Gleichgewichts, die Teil der Lefay SPA Philosophie sind, inmitten von jahrhundertalten Bäumen und vor einem einzigartigen Panorama durchgeführt.

### ENERGETISCH-THERAPEUTISCHER GARTEN Il Simbolo della Vita

In Übereinstimmung mit den Prinzipien der Klassischen Chinesischen Medizin und der Vorstellung, dass das Wohlbefinden des Einzelnen von einer gesunden Umwelt abhängt, wurden das Energiekonzept und die Theorie der fünf Bewegungen sowohl für das innere als auch für äußere Umfeld von Lefay SPA ergründet. Die Gestaltung des Energetisch-Therapeutischen Gartens, der das Ergebnis der Zusammenarbeit zwischen dem Lefay SPA Method Wissenschaftlichen Komitee und Designern ist, wurde sehr sorgfältig angegangen. Der Energetisch-Therapeutische Garten „Il Simbolo della Vita“, der die verschiedenen Phasen der menschlichen Existenz verfolgt, besteht aus fünf Stationen voller Symbole. Sie haben unterschiedlichen Formen, Farben, Wesen und spezifischen Bewegungs- und Meditationsaktivitäten und besitzen eine klare Bedeutung für den Körper. Ihre Funktion ist, den subtilen

Elementen aus denen wir bestehen, das Bedürfnis zu wecken, die Natur zu erforschen, als Verbündeten wahrzunehmen, sich in ihr zu bewegen und mit ihr zu spielen.



### DER GRÜNE DRACHE

Unruhe, Ungestüm und Ärger werden harmonisiert. 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.

### AKTIVITÄTEN

*Stretching der Meridiane:* Eine Disziplin, die Muskelfasern und Sehnen entspannt, Gelenke gelockert und Energie- sowie mentale Blockaden gelöst.

*Perception walking:* Einem ruhigen Spaziergang durch den Park entsteht durch den einfachen Akt des Gehens eine tiefe Beziehung zur Umgebung. Dabei entdecken wir auf eine neue und bewusste Weise die Sinne wieder, die wir im Alltag nur unbewusst verwenden.

### Empfohlene Massage: **Der Grüne Drache.**

Diese Massage wird mit westlicher Technik durchgeführt und behandelt die Energiebahnen des Frühlings oder der Wiedergeburt, das heißt die Meridiane der Leber und der Gallenblase. Diese entspannt die Muskulatur und den ganzen Körper. Bei der Massage wird Olivenöl verwendet, das mit ein paar Tropfen ätherischen Ölen aus Rosmarin und Minz aromatisiert ist. Für die Farbtherapie wird Grün empfohlen.

MO / DO  
€ 115,00

FR / SO\*  
€ 126,00



### DER ROTE PHÖNIX

Die Sinne werden erweitert, die Freude und Harmonie mit sich selbst und der Natur gefördert. 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 charakterisiert.

## AKTIVITÄTEN

*Qi Gong der fünf Tierformen WU QIN XI:* Es sind Übungen uralter Tradition, deren therapeutische Hauptfunktion darin besteht, die Fünf Organe (Leber, Herz, Milz, Lunge, Nieren) und die damit verbundenen Funktionen und Energiephasen zu aktivieren. Es ist für alle Altersgruppen geeignet und wird zur Prävention und Behandlung von pathologischen Symptomen empfohlen.

*„Mindfulness“ Meditation:* Konzentrieren Sie sich auf das Hier und Jetzt. Bewahren Sie die Ruhe und fühlen die Kraft, die notwendig ist, um kräftezehrende Gedanken zu beseitigen, und somit Raum für positive und angenehme Gedanken zu schaffen. Das Ziel ist es, einen Zustand des tiefen Wohlbefindens zu erreichen, in dem man „sein“ und fühlen kann, dass alles wunderbar und vollkommen ist. Es wird empfohlen, die Aktivität während dem Sonnenaufgang durchzuführen, dem idealen Zeitpunkt für diese Meditation.

### Empfohlene Massage: **Der Rote Phönix.**

Diese Massage wird mit chinesischer Technik durchgeführt und behandelt die Meridiane des Herzens, die Energiebahnen des Sommers oder mittags. Die Massage wirkt entspannend, ganz nach dem Vorbild des Roten Phönixes, der mit neuer Energie aus seiner Asche aufersteht. Bei der Massage wird Olivenöl verwendet, das mit ein paar Tropfen ätherischen Ölen aus Lavendel und Rose aromatisiert ist. Für die Farbtherapie wird Rot empfohlen.

MO / DO  
€ 155,00

FR / SO\*  
€ 170,00



### DER WEIßE TIGER

Hier werden die Besinnung und die Meditation gefördert. Diese Station liegt im Westen des Gartens und verkörpert den Rückzug der Energie, den Herbst und den Sonnenuntergang. Hier herrschen die Farbe Weiss und das Element Metall vor.

## AKTIVITÄTEN

*Yoga:* Ein altes Bewusstseinsystem, mit dem Ziel, all unsere physischen und mentalen Körper zu vereinen, Beeinflussungen zu entfernen und ein größeres Bewusstsein für lebenswichtige, physiologische Prozesse, und generell für unseren Körper zu wecken.

*Atmen gegen Stress:* Die Kenntnis und Kontrolle des Atems zu jedem Zeitpunkt hilft bei der Beseitigung von Giftstoffen; verbessert den Blut- und Lymphabfluss; befreit von Angst und Schrecken; stärkt das Immunsystem; verbessert die Verdauung und reinigt. Es wird empfohlen, die Aktivität während dem Sonnenuntergang durchzuführen, dem idealen Zeitpunkt für diese Meditation.

### Empfohlene Massage: **Der Weiße Tiger**

Diese Massage wird mit westlicher Technik durchgeführt. Der ganze Organismus und vor allem die energetischen Gleichgewichtspunkte des Körpers werden behandelt. Damit soll das Energieniveau des Organismus ausgeglichen, entspannt und erhöht werden. Bei der Massage werden ätherische Öle aus Eukalyptus und Thymian genutzt. Als Farbtherapie werden Weiß oder helle Farben empfohlen.

MO / DO  
€ 115,00

FR / SO\*  
€ 126,00



### DIE SCHWARZE SCHILDKRÖTE

Die während stressiger Periode verschwendete Energie wird neu fokussiert und konzentriert. Diese Station liegt inmitten eines Tals im Norden des Gartens. Sie verkörpert das Ruhen der Energie, den Winter und das Fundament für die Beziehung zu uns selbst. Sie ist durch eine Felshöhle, eine Quelle und Bänke aus Stein gekennzeichnet.

## AKTIVITÄTEN

*Qi Gong:* Eine chinesische Disziplin, die in ihrer Einfachheit lehrt, in uns selbst zu gehen, indem wir kurzzeitig die Türen zur Außenwelt schließen, was uns erlaubt, durch den Körper, den Geist und den Atem, uns wirklich kennenzulernen.

*Bewusstes Ganzkörper Walking:* Neuprogrammierung des gesamten Körpers durch die Erfahrung des Gehens. Ziel ist die Wahrnehmung, das Verständnis und die Erfahrung der weniger bekannten, aber grundlegenden körperlichen Prinzipien, die beim natürlichen Gehen aktiviert werden. Eine fließende, tief verwurzelte, mühelose Form mit einer neuen Art des Gehens entwickelt sich. Jeder einzelne Schritt ist nicht nur eine Entdeckung der Außenwelt, sondern auch der Innennwelt.

**Empfohlene Massage: Die Schwarze Schildkröte.**

Diese Massage nährt den Organismus in der Tiefe, stellt das Gleichgewicht der Energiebahnen, die die Körperstruktur stärken, wieder her, besitzt eine Anti-Aging Wirkung und kräftigt jene Energiefunktionen, auf die sich unser ganzes Leben stützt. Bei der Massage werden verdampfte ätherische Öle aus Wacholder und Zypresse genutzt. Als Farbtherapie werden Schwarz oder dunkle Farben empfohlen.

MO / DO  
€ 115,00

FR / SO\*  
€ 126,00

**DIE MITTE**

Es verbindet auf energische Weise alle Lebensphasen des Menschen. Sie ist die in der Mitte des Energetisch-Therapeutischen Gartens gelegene Station, auf einem Hügel voller gelber Blumen. Die Mitte ist die Verbindung aller Stationen und bietet eine wunderbare Landschaft mit malerischem Blick.

**AKTIVITÄTEN**

*Qi Gong der sechs heilenden Laute:* Liu Zi Jue „Die sechs heilenden Laute“ ist eine alte Form des Qi Gong und besteht aus langsamen, breiten und harmonischen Übungen, die zusammen mit Gesang von sechs spezifischen Lauten während der Ausatmung ausgeführt werden. Die Haltung und Bewegungen „erklingen“ mit der Aussprache der sechs Laute und erhöhen deren Effektivität. Dies gibt Energie und Ruhe und hilft bei der Heilung einiger chronischer Krankheiten.

*Zazen-Meditation:* Um zum wahren Leben zu erwachen und uns zu helfen, Bindungen zu überwinden. Zazen „einfach sitzen“ bedeutet, ohne Ziele oder Erwartungen zu sitzen, ohne etwas zu wollen und zu denken. Die Schwierigkeit liegt genau in diesem Wort: einfach. Zazen bedeutet, Kenntnisse aufzugeben, in Nicht-Wissen einzutreten, sich an alle Dinge zu halten und nicht nur an eines. Der Ausdruck dessen, was wir wirklich sind, die Wiederentdeckung dessen, was wir immer waren.

**Empfohlene Massage: Die Mitte.**

Die Haut wird aufgehellt und die Gesichtsmuskulatur entspannt. Sie beginnt

mit dem Auftragen von ätherischen Ölen aus Zitrone und Melisse auf die Fingerspitzen, wo die Energiebahnen beginnen, die auf die Muskeln von Kopf und Gesicht wirken. Die klassische drainierende Massage wird mit der Stimulierung bestimmter Energiepunkte am Kopf kombiniert, um eine tief entspannende Wirkung zu erzielen. In der Farbtherapie wird hier Gelb empfohlen.

MO / DO  
€ 115,00

FR / SO\*  
€ 126,00

GRUPPENKURSE KOSTENLOS  
PRIVATE TRAINING-STUNDEN

MO / DO  
€ 110,00  
(40 Min.)

FR / SO\*  
€ 121,00  
(40 Min.)

GEFÜHRTER SPAZIERGANG IM ENERGETISCH-  
THERAPEUTISCHEN GARTEN *Il Simbolo della Vita*  
PRIVATE FÜHRUNG

MO / DO  
€ 160,00  
(90 Min.)

FR / SO\*  
€ 176,00  
(90 Min.)

FÜR ZWEI PERSONEN

MO / DO  
€ 190,00

FR / SO\*  
€ 209,00

Um sich im energetischen und therapeutischen Garten zurechtzufinden, empfehlen wir Ihnen die Karte der Outdoor-Wellness-Pfade, die an der SPA-Rezeption erhältlich ist.

**LAUF-PARCOURS****Nel Ritmo dei Passi il Vento e la Collina**

Der Lauf-Parcours ist rund 2 Km lange und 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.

**SKY FITNESS PARCOURS****La Forma e il Colore**

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



03.

## FITNESS

Das rund um die Uhr geöffnete Fitnesscenter bietet einen großen lichtdurchfluteten Fitnessraum mit Blick auf den Gardasee, der mit den neuesten Geräten von Technogym® ausgestattet ist. Hier werden Gruppenfitnesskurse und muskelaufbauende Aktivitäten wie Qi Gong, Stretching und Body Tonic angeboten. Die Personal Trainer von Lefay SPA stehen Ihnen auch für spezifische individuelle Trainingsprogramme zur Verfügung.

### BEWEGUNGSAKTIVITÄTEN

- Gymnastik zum Wachwerden
- The Zuu Training
- Kettlebell
- Übungen für Beine, Bauch und Po
- Flexi Bar
- Total Body Sculpt
- Total Abdominal
- Fitball
- Bender Ball
- Power Pump
- Circuit Training für den Muskelaufbau
- Sky-Fitness-Parcours *La Forma e il Colore*
- Lauf-Parcours: *Nel Ritmo dei Passi il Vento e la Collina* 2 km
- TRX
- Rebounding
- Sky Fitness Circuit
- Barre Workout

GRUPPENKURSE KOSTENLOS  
PRIVATE TRAINING-STUNDEN

**MO / DO**  
**€ 90,00\*\***  
(40 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 99,00\*\***  
(40 Min.)

GEFÜHRTER SPAZIERGANG IM ENERGETISCH-THERAPEUTISCHEN GARTEN

*Il Simbolo della Vita*

PRIVATE FÜHRUNG

**MO / DO**  
**€ 160,00\*\***  
(90 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 176,00\*\***  
(90 Min.)

FÜR ZWEI PERSONEN

**MO / DO**  
**€ 190,00\*\***

**FR / SO\***  
**€ 209,00\*\***

### PERSONAL TRAINER

PRIVATE SITZUNG

**MO / DO**  
**€ 90,00\*\***  
(40 Min. )

**FR / SO\***  
**€ 99,00\*\***  
(40 Min. )

**MO / DO**  
**€ 100,00\*\***  
(50 Min. )

**FR / SO\***  
**€ 110,00\*\***  
(50 Min. )

### WASSERAKTIVITÄTEN

- Acqua Gym
- Water Lefay

GRUPPENKURSE KOSTENLOS  
PRIVATE TRAINING-STUNDEN

**MO / DO**  
**€ 90,00\*\***  
(40 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 99,00\*\***  
(40 Min.)

### HALTUNGSAusGLEICH

- Pilates
- Stretching
- Rückengymnastik

GRUPPENKURSE KOSTENLOS  
PRIVATE TRAINING-STUNDEN

**MO / DO**  
**€ 100,00\*\***  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00\*\***  
(50 Min.)



## GANZHEITLICHE DISZIPLINEN UND ATMUNG

---

- Stretching der Meridiane
- Qi Gong
- Yoga
- Meditation
- Atemübungen zur Stressbewältigung
- Qi Gong der fünf Tierformen
- Qi Gong der sechs heilenden Laute
- Fünf Tibeter

GRUPPENKURSE KOSTENLOS

PRIVATE TRAINING-STUNDEN

**MO / DO****€ 90,00\*\***

(40 Min.)

**FR / SO\*****€ 99,00\*\***

(40 Min.)

## FITNESS FÜR DAS GESICHT

---

FIT &amp; FACE

Gesichtsgymnastik, um die Gesichtsmuskulatur zu trainieren und für ein lebendigeres und jüngeres Aussehen zu sorgen.

**MO / DO****€ 90,00\*\***

(60 Min.)

**FR / SO\*****€ 99,00\*\***

(60 Min.)

## SELF FACEGYM

---

Gesichtsgymnastik, die darauf abzielt, die mimischen Muskeln wieder mit der inneren Energie und dem Geist zu verbinden, indem an bestimmten Punkten des Gesichts Akupressur durchgeführt wird. Sie hilft, das Auftreten von Mimikfalten zu verhindern, die durch muskuläre Überlastungen verursacht werden. Gleichzeitig wird die Lebensenergie regeneriert, so dass ein Gefühl des Wohlbefindens entsteht, das neues Licht auf die Haut bringt.

GRUPPENKURSE KOSTENLOS

PRIVATE TRAINING-STUNDEN

**MO / DO****€ 90,00\*\***

(40 Min.)

**FR / SO\*****€ 99,00\*\***

(40 Min.)





# LEFAY SPA SIGNATURE BEHANDLUNGEN

---

Die Lefay SPA Signature Behandlungen wurden entwickelt, indem die traditionellen Massagetechniken mit der Stimulierung der energetischen Punkte und Meridiane verbunden wurden. Sie werden je nach dem persönlichen psychophysischen Zustand individuell eingesetzt, um ein tiefenwirkendes und langanhaltendes Ergebnis zu erzielen. Das Angebot Signature beinhaltet: energetische Massagen, energetische Schönheitsbehandlungen für Gesicht und Körper und den speziellen Bereich „Die Düfte des Sees“.

01.

## ENERGETISCHE MASSAGEN FÜR KÖRPER UND GESICHT

Die energetischen Massagen sind der Reaktivierung der Energiekanäle gewidmet und werden unter Berücksichtigung der individuellen Erfordernisse entworfen. 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. Diese Methode verstärkt die Wirkung einer traditionellen Massage, da die energetische Stimulation von dem Organismus verarbeitet und „erinnert“ wird. Alle Massagen werden von einer Aromatherapie auf der Basis ätherischer Öle begleitet.

### KÖRPERMASSAGEN



#### ENTSPANNUNG

Scambio nel Vento

Viele unserer täglichen Spannungen sammeln sich in verschiedenen Zonen des Körpers an, vor allem im Bereich des Kopfes, des Nackens und der Schultern. Bei dieser Massage werden westliche Techniken eingesetzt, darunter Kneten und Reiben der Energiepunkte des Organismus. Langsames und mittleres Drücken lockert die Muskelverspannungen und stimuliert die Energiepunkte, somit entspannt sich der gesamte Organismus.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)



#### ANTISTRESS

La Quiete

Die Antistress-Energiemassage führt zu einer tiefen Entspannung und hilft unserer Vitalenergie sich von den Folgen der Stressbelastung zu erholen. Mit langsamen, sanften Grifftechniken und mittlerem Druck werden einige Energiepunkte stimuliert, welche die besondere natürliche Eigenschaft haben, Muskelverspannungen zu lockern und, allgemein gesprochen, Geist, Körper und Seele zu entspannen. Andere Energiepunkte werden jedoch aktiviert, um dem Organismus bis in die tiefsten Schichten neue Kraft zu geben. Durch diese Entspannung haben Sie ein Gefühl der Leichtigkeit, des umfassenden Friedens und Sie spüren die Veränderungen in Ihrem Körper.

**MO / DO**  
**€ 145,00**  
(65 Min. + 5 Min.  
Entspannung)

**FR / SO\***  
**€ 160,00**  
(65 Min. + 5 Min.  
Entspannung)



#### ENTGIFTUNG

La Luce oltre la Nebbia

Nach der Traditionellen Chinesischen Medizin und der Naturheilkunde müssen vor jeder Behandlung die schädlichen Stoffwechselprodukte entfernt werden. Diese dynamische Massage behandelt spezielle Meridiane und Körperpunkte, die bei der Reinigung von Körper und Geist hilfreich sind und bereitet den Organismus somit auf die weiteren Behandlungen vor.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(Nur Körper, 50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(Nur Körper, 50 Min.)

**MO / DO**  
**€ 145,00**  
(Körper und Gesicht mit  
Schröpfbehandlung,  
75 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 160,00**  
(Körper und Gesicht mit  
Schröpfbehandlung,  
75 Min.)



## MUSKELENTSPANNUNG

La Brezza accanto al Confine

Die Stimulierung der Energiepunkte hat eine Wirkung auf die verkrampfte Muskulatur (vor allem im Rückenbereich und die Beinmuskeln). Die dynamischen und bis in die Tiefe wirkenden Handgriffe helfen dabei, verspannte Muskelbereiche zu lockern.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)



## ANTICELLULITE

Respiro Alchemico

Diese dynamische Massage von mittlerer Intensität erhöht den Energiefluss und begünstigt so den Abtransport von Wassereinlagerungen. Auf diese Weise wirkt sie in der Tiefe gegen die Anzeichen von Cellulite.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)



## LYMPHDRAINAGE

Rugiada del Mattino

Regt den Lymphfluss an und fördert die Ausscheidung lymphatischer Stauungen und der überschüssigen Wasseransammlungen, indem einige Punkte aktiviert werden, die die Drainage steigern.

**MO / DO**  
**€ 130,00**  
(65 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 143,00**  
(65 Min.)



## REVITALISIERUNG UND ANTIAGING

Alta Marea

Ziel dieser Behandlung ist es, den Organismus bis in die Tiefe mit Nährstoffen zu versorgen und ihn mit Vitalität gleichsam zu überschwemmen. Die Punkte dieser Behandlung geben dem Körper

die nötige Energie, um optimal zu funktionieren. Diese Massage wird mit westlichen Techniken wie Berühren, Wickeln und Reiben durchgeführt und ist besonders angenehm und entspannend.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)



## VIERHÄNDIGE MASSAGE

Il Volo della Farfalla

Das angenehm leichte Gefühl von vier Händen, die sich gleichzeitig über den Körper bewegen. Diese Behandlung erweckt dank der gezielten Stimulation spezifischer Energiepunkte unseren instinktiven Teil zu neuem Leben. Sie ist insbesondere für Menschen mit stressintensiven Tätigkeiten geeignet, die durch eine kontinuierliche Überprüfung externer Daten charakterisiert werden und für alle diejenigen, die zu einem Lebensstil gezwungen sind, der weit von ihren eigentlichen Bedürfnissen entfernt ist.

**MO / DO**  
**€ 200,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 233,00**  
(50 Min.)



## ERLEBNISMASSAGE

Il Volo dell'Angelo

Das erste Beispiel einer visualisierten Behandlung, bei der verschiedene menschliche Sinne stimuliert werden: der Tastsinn, der Geruchssinn, der Gehörsinn und der Sehsinn, vor allem aber der sechste Sinn, der auch als Feeling oder Emotion bezeichnet wird. Er wird durch die Musik und durch eine Stimme angeregt, die während der gesamten Massage von der Reise eines Engels zwischen Himmel, Erde und Meer als Symbole des Weges im Inneren des Menschen selbst erzählt. Geschickte, perfekt mit den Worten synchronisierte Handgriffe lassen eine Art Reise in das eigene Innere entstehen.

**MO / DO**  
**€ 140,00**  
(45 Min. + 10 Min.  
Entspannung)

**FR / SO\***  
**€ 154,00**  
(45 Min. + 10 Min.  
Entspannung)



## AUSGLEICHENDE TUINA-BEHANDLUNGEN MIT MOXIBUSTION

### I Colori dell'Uomo

Gemäß der klassischen chinesischen Medizin basiert das Wohlbefinden auf dem inneren Gleichgewicht zweier grundlegender Kräfte: dem Yin und dem Yang. Diese unübersetzbaren Begriffe verkörpern zwei entgegengesetzte und komplementäre Kräfte, die sowohl in der Natur als auch im Menschen wirken. Die Massagen stehen in enger Verbindung mit der energetischen Konstitution.

**Weiß:** regelt die Unordnung im Lebensstil. Massage mit einer rhythmischen, reaktivierenden Methode.

**Schwarz:** regelt die Kraft und den Stresspegel im Körper. Intensive, entschiedene Massage.

**Rot:** regelt das energetische Blut, das heißt die Fähigkeit, sich selbst gern zu haben und sich mit sich selbst zu verbünden. Tief reichende, einhüllende Massage.

**Blau:** regelt die Energie des Körpers und wirkt der Müdigkeit entgegen. Dynamische, ausgleichende und stärkende Massage.

**Gelb:** regelt Gefühle wie Angst und Traurigkeit und behandelt die Mitte des Individuums. Einhüllende Massage mit Methoden, die die Energie ins Innere zurückbringen.

**Grün:** regelt die Verdauung und das geistige Nachgrübeln. Dynamische und stimulierende Massage.

**MO / DO**  
**€ 135,00**  
(50 Min.+ 10 Min.)  
Moxibustion)

**FR / SO\***  
**€ 149,00**  
(50 Min.+ 10 Min.)  
Moxibustion)

## KÖRPER- UND KOPFMASSAGEN



### ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER, KOPF UND HALSWIRBELSÄULE

#### Massaggio Dell'Imperatore

Ganzheitliche Massage von Kopf und Körper mit dem Ziel, den inneren Energiefluss zu steigern und die Energie wiederzugewinnen. Die Stimulierung besonderer Körperzonen, die Behandlung der Energiepunkte im Rücken- und Kopfbereich, verbunden mit speziellen Handgriffen mit mittlerem Druck lösen jede Spannung und bewirken eine tiefe Entspannung des Organismus.

**MO / DO**  
**€ 155,00**  
(80 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 171,00**  
(80 Min.)



### SCHLAFLOSIGKEIT

#### L'Abbraccio di Morfeo

Nach der Klassischen Chinesischen Medizin verkörpert die Schlaflosigkeit ein energetisches Missverhältnis, das auf den Kopf konzentriert ist und von verschiedenen Faktoren verursacht wird, zu denen z.B. übermäßige Sorgen, Stress, Alter, körperliche und seelische Traumata zählen. *L'Abbraccio di Morfeo* ist eine einhüllende Massage, deren Ziel darin besteht, das Symptom der Schlaflosigkeit zu behandeln und die unterschiedlichen energetischen Mechanismen wieder auszugleichen, von denen sie verursacht wird.

**MO / DO**  
**€ 140,00**  
(60 Min.+ 10 Min.)  
Entspannung)

**FR / SO\***  
**€ 154,00**  
(60 Min.+ 10 Min.)  
Entspannung)



European Health & SPA Award 2019:  
„Beste Signature Behandlung“



## FÜR DAS GLEICHGEWICHT VON YIN UND YANG

### Massaggio di Giada

In der chinesischen Kultur gilt Jade als das wichtigste und kostbarste Gestein und aufgrund ihrer läuternden und heilsamen Eigenschaften wird Jade auch als Kaiserlicher Stein bezeichnet. Die *Massaggio di Giada* erfolgt im vollkommenen Einklang mit den Eigenschaften dieses Minerals und ist gekennzeichnet durch sanfte und zärtliche Massagegriffe; die Bewegungen der Hände und diejenigen des *Gua Sha*, das aus der traditionellen chinesischen Medizin stammt, wechseln sich in perfektem Zusammenspiel ab und folgen dabei dem Verlauf von Yin und Yang entlang der energetischen Akupunktur-Leitbahnen. Diese auf die obersten Haut- und Muskelschichten angewendete Massage zeichnet sich durch Leichtigkeit und Sanftheit aus; gleichzeitig dringt ihre Wirkung augenblicklich und über die nachfolgenden Tage hinweg bis in die untersten Körperebenen vor.

MO / DO  
**€ 145,00**  
 (75 Min.)

FR / SO\*  
**€ 160,00**  
 (75 Min.)

## KOPF- UND GESICHTSMASSAGEN



### STRAHLENDE HAUT ANTIAGING

#### Derma di Luce

Massage zur Durchblutung der Haut und zur Entspannung der Gesichtsmuskulatur. Sie beginnt mit dem Auftragen ätherischer Öle auf den Fingerspitzen, wo die Energielinien beginnen, welche auf die Kopf- und Gesichtsmuskulatur wirken. Zur klassischen Lymphdrainage kommt die Stimulierung einiger Energiepunkte des Kopfes hinzu für eine tiefenentspannende Wirkung.

MO / DO  
**€ 115,00**  
 (50 Min.)

FR / SO\*  
**€ 127,00**  
 (50 Min.)



European Health & SPA Award 2011: Finalista  
 „Beste Gesichtsbildung“

NEW

### NUTRIRE LA VITA

Eine westliche Massage, die sich mit der gesamten Energie des Körpers befasst. Sie versorgt den gesamten Organismus (Geist - Körper - Seele) mit dem notwendigen "Treibstoff" für das optimale Funktionieren jedes Körperteils. Dadurch wird Energie erzeugt, die die beste Voraussetzung für jede Veränderung und deren Akzeptanz ist. Diese Massage hilft bei Energiemangel, Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Schläfrigkeit und ist ideal für die Erholung nach einer Genesung oder großem Stress.

MO / DO  
**€ 135,00**  
 (50 Min.+ 10 Min.  
 Moxibustion)

FR / SO\*  
**€ 149,00**  
 (50 Min.+ 10 Min.  
 Moxibustion)

02.

## ENERGETISCHE SCHÖNHEITS- BEHANDLUNGEN

Bei diesen Behandlungen werden die Produkte der dermatologischen Lefay SPA Kosmetiklinie *Tra Suoni e Colori* verwendet. Sie reichen von Peelings mit Salz und Olivenöl über die aromatischen Schlamm-Körperwickel von Lefay SPA, *Il Potere del Cielo e della Terra* mit Montmorillonit, bis hin zur energetischen Gesichtsmaske *Il Fremito d'Ali*, die aus speziellen Heilpflanzen hergestellt wird. Jede Behandlung ist energetisch, da sie entlang der Meridiane des Körpers wirkt und die Energiepunkte stimuliert, um verschiedene Unregelmäßigkeiten der Haut zu behandeln.

### KÖRPER-PEELINGS

#### ENERGETISCHER KÖRPER-SCRUB AUF KLEIE- UND OLIVENÖLBASIS MIT BÜRSTBEHANDLUNG

Prima di Vera

Eine vorbereitende Komplettbehandlung, die die entgiftende und regenerierende Wirkung des Peelings auf Kleie- und Olivenölbasis mit dem „energetischen“ Effekt der Bürstbehandlung vereint. Letztere wird entlang der Meridiane und an spezifischen Akupunkturpunkten durchgeführt und ermöglicht es der Lebensenergie, frei durch den gesamten Körper zu fließen. Die Hautbeschaffenheit verbessert sich sofort und die Haut wird wieder rosig, tonisch und vital.

MO / DO  
**€ 100,00**  
(60 Min.)

FR / SO\*  
**€ 110,00**  
(60 Min.)

### REINIGEND

Ricordo

Das Ritual beginnt mit einer reinigenden Behandlung, die mit dem Körper-Peeling *Ricordo* ausgeführt wird. Die Mikro-Kügelchen aus Haselnüssen tragen die abgestorbenen Hautzellen ab, während die Extrakte aus Klette und Lavendel die Haut von Unreinheiten befreien. Es folgt eine Packung mit aromatischem und entgiftendem Schlamm. Den Abschluss bildet eine entspannende Massage, die durch die Stimulierung von energetischen Punkten eine entgiftende Wirkung

MO / DO  
**€ 85,00**  
short (50 Min.)

FR / SO\*  
**€ 94,00**  
short (50 Min.)

MO / DO  
**€ 150,00**  
long (90 Min.)

FR / SO\*  
**€ 165,00**  
long (90 Min.)

### KÖRPERWICKEL

#### AROMATISCHE LEFAY SPA SCHLAMM

Il Potere del Cielo e della Terra

In diesen Ritualen verschmilzt die himmlische Magie der Essenzen mit dem Duft und der irdischen Kraft der Schlämme aus Montmorillonite und Tonerden reich an Mineralien. Die Stimulation der Energiepunkte des Gesichts, entlang der Meridiane der chinesischen Medizin, versetzt die Energie in Bewegung, welche frei zu fließen beginnt, für Entgiftung sorgt und den Organismus unter Einbeziehung der zuständigen Organe regeneriert. Die osmotische Wirkung der Heilschlämme in Verbindung mit der abschließenden und mithilfe der einzigartigen Produkte der Lefay SPA Körperpflegelinie durchgeführten Massage steigert die Ausscheidung von Toxinen und regeneriert die Körpergewebe.

#### STRAFFENDE WICKEL *Incanto*

MO / DO  
**€ 110,00**  
(60 Min.)

FR / SO\*  
**€ 121,00**  
(60 Min.)

#### MODELLIERENDE WICKEL *Carezza*

MO / DO  
**€ 110,00**  
(60 Min.)

FR / SO\*  
**€ 121,00**  
(60 Min.)

ENTWÄSSERENDE WICKEL *Torrente di colori*

MO / DO

€ 110,00

(60 Min.)

FR / SO\*

€ 121,00

(60 Min.)

---

KÖRPERRITUALE

---

## FEUCHTIGKEIT SPENDEND

Luce

Eine einleitende Schälbehandlung mit dem Lefay SPA Körper-Scrub mit Olivenöl und Thermalsalzen und einer Lefay Körper-Packung auf Basis von nativem Olivenöl spendet Feuchtigkeit und regeneriert die Haut. Anschließend folgt eine Akupressur-Massage des Gesichts und der Entspannungspunkte, um den Kopf zu entgiften und den Geist zu befreien, sowie eine Frottierbehandlung mit warmen, feuchten Tüchern. Abschließend wird eine kurze Massage mit der Feuchtigkeitsmilch *Luce* durchgeführt, die reich an Sojaproteinen ist und Echten Eibisch sowie Malve enthält, welche die normale Durchblutung der Haut wiederherstellen. Diese erscheint dadurch weicher und erstaunlich hydriert.

MO / DO

€ 150,00

(90 Min.)

FR / SO\*

€ 165,00

(90 Min.)

## SCHLANK MACHEND

Abbraccio

Die Peelingwirkung des Lefay SPA Körper-Scrubs mit Olivenöl und Thermalsalzen bereitet die Haut auf die Behandlung mit aromatischen, modellierenden Schlamm packungen vor. Während des Einwirkens reaktiviert die Stimulation der Energiepunkte im Gesicht die Durchblutung und verbessert den Sauerstoff- und Energietransport in die Körpergewebe. Zum Abschluss wird eine Schröpfmassage entlang der schlank machenden Energiekanäle durchgeführt, bei der die modellierende und thermoaktive Emulsion *Abbraccio* auf der Grundlage von Efeu, Rotalgen und Kastanienextrakt aufgetragen wird, welche die Körperkonturen verfeinert und den Körper schlank macht und regeneriert.

MO / DO

€ 150,00

(90 Min.)

FR / SO\*

€ 165,00

(90 Min.)

## STRAFFEND

Gioia di Vivere

Die Haut wird mit einer sanften Schälbehandlung mit dem auf Olivenöl basierenden Körper-Scrub vorbereitet, auf die eine Packung mit straffendem aromatisiertem Schlamm folgt. Das Ritual wird mit einer tonifizierenden und straffenden Massage abgerundet, bei der die straffenden Energiepunkte angeregt und die Körpercreme *Gioia di Vivere* auf der Basis von unverseifbaren Olivenölanteilen und Johannisbeeröl aufgetragen wird.

MO / DO

€ 150,00

(90 Min.)

FR / SO\*

€ 165,00

(90 Min.)

---

GESICHTSRITUALE

---

## GESICHTSREINIGUNG

Unico Cielo

Die Poren zu reinigen 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. Haselnuss-Mikrokügelchen sorgen für eine Schälbehandlung der Haut; Kletten- und Lavendelxtakte reinigen die Haut, während kostbares Olivenöl eine tiefgreifende Versorgung garantiert. Hautzellen werden erneuert und der Haut ein sofortiges Wohlgefühl verliehen, wodurch diese wie neu belebt erstrahlt.

MO / DO

€ 140,00

(75 Min.)

FR / SO\*

€ 154,00

(75 Min.)

## GESICHTSREINIGUNG

Unico Cielo Short

Diese Gesichtereinigung ist für all diejenigen geeignet, die keine Komplettbehandlung benötigen oder wenig Zeit haben.

MO / DO

€ 80,00

(45 Min.)

FR / SO\*

€ 88,00

(45 Min.)

Purificante extra \*\*

Ideal für besonders unreine Hauttypen, die einer tiefgreifenden Entgiftung bedürfen, oder für

Gesichtshaut, die seit einer Weile nicht mehr tiefengereinigt wurde.

**MO / DO**  
**€ 25,00**  
(20 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 28,00**  
(20 Min.)

## GESICHTSREINIGUNG

Unico Cielo under 18

Eine Behandlung für fettige Haut, die sich hervorragend zur umfangreichen Bekämpfung von Talgüberschüssen und der daraus resultierenden Bildung von Hautunreinheiten eignet, welche sich häufig zu Akne weiterentwickeln. Die talgregulierenden Eigenschaften von Weinrebe und Klette sorgen für eine reinigende und mattierende Wirkung, welche die Hautoberfläche verfeinert und reinigt.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(60 Min.)

## FEUCHTIGKEIT SPENDEND

Acqua Vitale

Diese Behandlung erfolgt mit einem kostbaren Serum, das hohe Anteile an den Vitaminen E und F sowie Feuchtigkeit spendender Substanzen enthält, die für tiefgreifendes Wohlempfinden der Haut sorgen. Das Ritual der Hautbehandlung, der modellierenden Gesichtsmassage sowie der Akupressur der Energiereflexpunkte erlaubt es, sich einer vollständigen Entspannung hinzugeben, deren Ergebnis eine frischere, jüngere und strahlendere Haut ist.

**MO / DO**  
**€ 140,00**  
(75 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 154,00**  
(75 Min.)

## REINIGEND

Rivivere

Die Reaktivierung der drei grundlegenden Meridiane, die für Entschlackung und Harmonisierung von Körperinnerem und Außenwelt sorgen, sowie die reinigenden und mattierenden Eigenschaften von Aloe und Klette, in Verbindung mit der talgregulierenden Wirkung der Maske entgiften die Haut tiefgreifend, verleihen ihr Strahl- und Spannkraft und vereinheitlichen den Teint.

**MO / DO**  
**€ 140,00**  
(75 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 154,00**  
(75 Min.)

## LINDERND

Colore

Speziell für zarte und empfindliche Haut. Hervorragend nach einem Sonnenbad. Gibt dem Antlitz dank Ringelblume und Panthenol Balance, Feuchtigkeit und Elastizität zurück. Die Maske verfügt über hohe Anteile an Hamamelis und Schleimstoffen aus Algen und spendet der Haut tiefgreifende Feuchtigkeit. Dank der kombinierten Wirkung der modellierenden Gesichtsmassage und der Stimulation der Energiereflexpunkte wird dem Antlitz sein ursprünglicher Glanz zurückgegeben, wodurch der Blick geöffnet wird und das Gesicht im ursprünglichen Zauber erstrahlt.

**MO / DO**  
**€ 140,00**  
(75 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 154,00**  
(75 Min.)

## ERSTE FALTEN

Senza Tempo Donna

Diese Behandlung dient der Vorbeugung vorzeitiger Alterungserscheinungen der Haut, die durch umweltbedingte Stressfaktoren und die Lebensumstände ausgelöst werden. Die warmen Frottierbehandlungen in Verbindung mit der wohltuenden und modellierenden Gesichtsmassage sowie der Akupressur der Energiepunkte ermöglichen es dem Vitamin A, die Haut neu zu strukturieren, und den Buchenknospen, die Zellvitalität zu regenerieren. Olivenöl und Hibiskus-Extrakte sorgen für anhaltende Hydrierung und Weichheit und für eine neue Zartheit und Frische des Gesichts.

**MO / DO**  
**€ 160,00**  
(75 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 176,00**  
(75 Min.)

Senza Tempo Uomo

Für alle Männer, die sich eine gesunde, erholte und reine Haut wünschen. Diese Behandlung setzt sich aus unterschiedlichsten Phasen zusammen und verwendet Produkte der Lefay SPA Kosmetiklinie für Männer. Die anfängliche Reinigung, die Massage und energetisierende Akupressur sowie die abschließende Maske auf der Grundlage von Triglyceriden, aufhellenden Hydroxysäuren und Vitaminen tragen zur Verhinderung der vorzeitigen Hautalterung bei und verleihen Vitalität und Glanz.

**MO / DO**  
**€ 130,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 143,00**  
(60 Min.)

## ANTI-AGING-BEHANDLUNGEN

Hautalterungsprozesse werden größtenteils durch genetische und umweltbedingte Faktoren beeinflusst, was zu morphologischen Veränderungen führt, die sich in Falten, Dyschromien, Erschlaffungserscheinungen und trockener Haut ausdrücken. Diese innovativen Behandlungslösungen werden mithilfe der Produkte aus der Kosmetiklinie Lefay SPA Anti-Age mit Dreifachwirkung durchgeführt, die über hohe Anteile an Hyaluronsäure, regenerierenden Vitaminen, wirkungsstarken Antioxidanzien und kostbaren Wirkstoffen verfügen; diese dringen in die untersten Hautschichten ein und modulieren Oxidationsprozesse, unterstützen die natürlichen Abwehrmechanismen und schützen das genetische Erbe. Die Verwendung dieser Kosmetikprodukte geht Hand in Hand mit manuellen Straffungs- und Entwässerungstechniken sowie dem Einsatz von Hilfsmitteln, die der Belebung der Körpergewebe dienen, darunter das Schröpfen oder die Druckmassage. Diese außerordentlich wirksame Verbindung verleiht der Haut Lebendigkeit, Frische und Spannkraft.

### ANTI-AGING-GESICHTSBEHANDLUNG MIT DREIFACHWIRKUNG

Il Cerchio della Luna

Dynamische Tiefenbehandlung, die auf den Muskeltonus, die Oxidationsprozesse und die natürlichen Abwehrmechanismen der Haut wirkt, wodurch das genetische Erbe geschützt wird. Ganz wie ein echtes Lifting stimuliert das Zusammenspiel aus den verwendeten Produkten der Lefay Anti-Age-Linie mit Dreifachwirkung, die durch genetische Alterung und Umwelteinflüsse verursachte Schäden repariert, und der Vakuumtechnik, in Verbindung mit der Massage von Gesicht, Hals und Dekolleté, den Erneuerungsprozess und strafft die einzelnen Gewebe. Die Verwendung von warmem Lavagestein aktiviert die Wirkkraft der energetischen Magenleitbahn, die im Gesicht ihren Anfang nimmt, was der Haut Glanz verleiht, ganz so als wäre diese der Spiegel der problemlos ablaufenden Körperfunktionen. Das Gesichtsfeld erscheint wohlgeformt, straff und harmonisch, und erstrahlt in neuem Licht.

**MO / DO**  
**€ 190,00**  
(80 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 209,00**  
(80 Min.)

NEW

### LEFAY ANTI-AGEING RITUAL FÜR GESICHT, KOPF UND HALS MINERAL ENERGY

Riflessi di Onde

Inspiriert von den Elementen der alpinen Natur hat Lefay SPA ein Anti-Ageing-Ritual mit einer Kombination von Aktivkomplexen entwickelt, die vor oxidativem Stress schützen, die Gesichtshaut mit Sauerstoff versorgen und ihr Energie verleihen, um Stress und Müdigkeit zu bekämpfen. Bei diesem Ritual werden für das Peeling Olivin-Pulver, das reich an Magnesium ist und eine Anti-Aging-Wirkung hat, und Lefay-Olivenöl verwendet. Die Gesichts- und Nackenmassage wird mit der Technik des Pincements und der Akupressur durchgeführt, um die Gesichtszüge zu entspannen. Die Gua Sha-Technik entleert die Energiekanäle und bringt den Kreislauf in Schwung, dank der restrukturierenden Anti-Age-Maske mit Phytomelatonin-Öl. Die Gesichtsförmung wird neu gestaltet und die Haut erhält ihre natürliche Ausstrahlung zurück.

**MO / DO**  
**€ 190,00**  
(90 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 209,00**  
(90 Min.)

### AUGENRÄNDER

Aurora di Luce

Diese innovative Behandlung verbindet die Stimulation energetischer Punkte und den Einsatz des *I Beauty* Gerätes mit der Anwendung des kostbaren und hyaluronsäurereichen Serums, mit Vitaminkomplexen und Hibiskus, um Ausdrucksfalten vollständig zu glätten. Die Anti-Aging Maske für Augenränder lindert und entkrampft die Haut und bereitet diese auf die entwässernde und belebende Massage vor, welche mit dem innovativen elektronischen System Digital Eye Concept Massage durchgeführt wird. Die Augenränder erscheinen im Handumdrehen wie neu belebt und gewinnen ihre ursprüngliche Frische zurück.

**MO / DO**  
**€ 140,00**  
(45 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 154,00**  
(45 Min.)



European Health & SPA Award 2018:  
„Beste Signature Behandlung“

03.

## DIE DÜFTE DES SEES

Alles, was uns gut tut, ist in der Natur um uns zu finden. Die Hautkosmetik Lefay SPA vereint in sich für das Gebiet typische Düfte und Essenzen: Das extra native Olivenöl, der Lavendel, die Zitrusfrüchte und die Trauben aus den Weinbergen an den Ufern des Gardasees. Ein einzigartiges Sinneserlebnis, um die Wohltaten der Natur neu zu entdecken.

### RITUAL „ODE AN DAS GESICHT“, MIT SEEDÜFTEN Il Tempo e l'Emozione

Gleich einer Ode an unsere Gegend ist dieses Ritual eine Alchimie zwischen dem See und der Vegetation, die ihn umgibt. Eine Reise der Sinne durch die ortstypischen Düfte: kleine Säckchen aus Lavendel und Salbei beschern dem Gesicht sanfte Empfindungen, das aufgrund eines Körper-Scrubs mit hautregenerierender Minze gänzlich wie neu belebt erscheint. Gefolgt von einer Maske aus Minzessenz und begleitet von einer wohligen Beinmassage. Den Abschluss bilden betörende Düfte und Emotionen, die nicht so schnell verklingen.

**MO / DO**  
**€ 190,00**  
(1 Std. 40 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 209,00**  
(1 Std. 40 Min.)



### ENTGIFTENDES UND REGENERIERENDES KÖRPERRITUAL MIT VULKANSTEINEN La Vita nei Sensi

Diese sinnliche Reise beginnt mit einem Körper-Scrub auf Kleiebasis und einer Lefay Olivenöl-Packung, um die Haut zu regenerieren, zu

energetisieren und ihr Sanftheit zu verleihen. Es folgt eine Massage mit warmem Lavagestein entlang der Leitbahnen und Energiepunkte des Körpers, die für neues Gleichgewicht sorgt und entspannt. Zitronen-, Rosen- und Rosmarinessenz, Orange und Lavendel umschmeicheln die Sinne und sorgen für Unbeschwertheit des Herzens und des Verstandes.

**MO / DO**  
**€ 260,00**  
(2 Stdn. 30 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 286,00**  
(2 Stdn. 30 Min.)



European Health & SPA Award 2014:  
„Beste SPA Behandlung in Italien“

### WIEDERAUFLEBEN VON HÄNDEN UND FÜSSEN Il Passo e la Carezza

Dieses Ritual ist der Pflege von Händen und Füßen gewidmet, den beiden Körperbereichen, die seit jeher unseren Kontakt zur Mutter Erde, zu den Menschen und den Dingen verkörpern, die uns umgeben. Es beginnt mit einem angenehmen Fußbad aus kleinen Zitronenscheiben und Seifensplittern, das mit Minzessenz angereichert wird, und von einer sanften Fingerdruckmassage im Gesicht und am Kopf begleitet wird, in Kombination mit aromatischen und entspannenden Lavendelnoten. Anschließend wird eine Schälbehandlung mit Salzen und Granatapfel- und Feigenextrakten durchgeführt und zum Schluss eine Feuchtigkeitspackung und eine Entspannungsmassage der Hand- und Fußreflexzonen mit kostbarem Traubenkernöl.

**MO / DO**  
**€ 170,00**  
(1 Std. 30 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 187,00**  
(1 Std. 30 Min.)



### KÖRPER-SCRUB MIT SALZ UND KAPERN, MIT PACKUNG AUS NATIVEM OLIVENÖL EXTRA LEFAY

---

Diese Scrub-Massage wird mit natürlichen ortstypischen Produkten durchgeführt, wie zum Beispiel Kapern, mit ihren oxidationshemmenden Eigenschaften, nativem Olivenöl extra Lefay und Salz. Diese synergetischen Inhaltsstoffe werden sanft in den Körper einmassiert und besitzen eine glättende und nährnde Wirkung: die im Salz enthaltenen Spurenelemente regenerieren den Körper, während die weich machenden Eigenschaften des Öls mit seinem hohen Anteil an Polyphenolen eine restrukturierende Wirkung auf die Haut ausüben.

**MO / DO**  
**€ 110,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 121,00**  
(50 Min.)



### LEFAY-MASSAGE Gocce di Lago

---

Aromatherapie-Massage, die die Anti-Aging-Wirkung des kostbaren Olivenöls von Lefay auf der Haut mit den typischen Aromen des Gardasees wie Zitrone und Lavendel vereint.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(50 Min.)



### KOPFMASSAGE La Finestra del Cielo

---

Eine einhüllende Massage mit nativem Olivenöl extra Lefay, die durch eine Stimulation der Energiepunkte die Kopf- und Halsmuskulatur lockert und eine tief reichende Entspannung herbeiführt. Das Olivenöl nährt das Haar, den „Faden der Seele“, bis in die Tiefe und schenkt ihm ein gesundes und strahlendes Aussehen.

**MO / DO**  
**€ 75,00**  
(25 Min.+ 5 Min.  
Entspannung)

**FR / SO\***  
**€ 83,00**  
(25 Min.+ 5 Min.  
Entspannung)

### ENTSPANNENDE UND FEUCHTIGKEITSSPENDENDE GESICHTSBEHANDLUNG MIT LAVENDEL

---

Die modellierende, tonifizierende und drainierende Wirkung auf das Gesicht wird über Handgriffe entlang der gesamten Gesichtsmuskulatur erzielt, und vom weichmachenden und straffenden Effekt des Olivenöls und der beruhigenden Wirkung der Lavendelessenz abgerundet. Zum Abschluss wird eine Anti-aging Maske aufgebracht.

**MO / DO**  
**€ 95,00**  
(45 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 105,00**  
(45 Min.)



# NICHTINVASIVE SCHÖNHEITSMEDIZIN

---

## DIE NATÜRLICHE RICHTUNG DER SCHÖNHEIT

Mithilfe von Techniken und Instrumenten durchgeführte Behandlungen, die eigens dafür konzipiert wurden, um Unregelmäßigkeiten der Haut zu lindern, ohne auf invasive Therapien angewiesen zu sein. Diese Herangehensweise sorgt für Verjüngung und garantiert nach einer Weile unumstößliche, sichere und harmonische Ergebnisse.

Dazu gehören innovative Behandlungen aus der energetischen Schönheitsmedizin von Lefay SPA, die auf der Verwendung ästhetischer Akupunktur Anwendungen basieren.

01.

## ENERGETISCHE SCHÖNHEITS- MEDIZIN

Die chinesische Schönheitsmedizin (Mei Rong) geht auf die Jahre zwischen 475 und 221 v. Chr. zurück, auf die sogenannte Zeit der Streitenden Reiche, die um die Vorherrschaft im Alten China kämpften. Es handelt sich dabei um eine geschichtliche Zeit, in der die ausschließlich den Konkubinen des Kaisers vorbehaltenen Schönheitsakupunktur als eine wertvolle Behandlung angesehen wurde, die der Erhaltung einer guten Gesundheit und der Verlangsamung des Alterungsprozesses diente. Im Huang Di Nei Jing, dem wichtigsten, auf das 1.-2. Jh. v. Chr. zurückgehenden Text der Klassischen Chinesischen Medizin werden die von der Alterung verursachten Auswirkungen auf die Haut und den Körper beschrieben. In diesem Werk werden Akupunktur, Moxibustion, Massagen und Qi Gong als die wichtigsten Techniken zur Verlangsamung der Alterserscheinungen genannt.

### GESICHT



#### FACE-LIFTING-AKUPUNKTUR UND GESICHTSMASSAGE MIT GUA SHA

Farfalla di Seta

Okzident und Orient vereinen sich in einer nicht-invasiven und nicht-toxischen Lifting-Performance. Die Behandlung beginnt mit der Akupunktur, die auf die Verlangsamung der Faltenbildung und die Stimulierung der Energiepunkte des Gesichts abzielt, durch die die Haut elastisch, strahlend und seidenweich wird. Anschließend wird eine Drainage und Modellier-Massage durchgeführt, die die Lymphansammlungen beseitigt und die mimischen Muskeln von Gesicht und Hals neu modelliert. Die Ergebnisse sind bereits nach der ersten Behandlung sichtbar.

**MO / DO**  
**€ 220,00**  
(80 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 242,00**  
(80 Min.)



European Health & SPA Award 2016:  
„Beste Signature Behandlung“

### KÖRPER



#### ANTICELLULITE

(Akupunktur mit Elektrolipolyse und energetischer  
Körpermassage)  
Il Fluire del Ruscello

Innovative holistische Behandlung zur Beseitigung von Schönheitsfehlern, die im Oberschenkel- und Bauchbereich gehäuft auftreten. Dieses Programm besteht aus drei Phasen:

- Medizinische Diagnose und Verschreibung der personalisierten Phytotherapie nach den Erkenntnissen der klassischen chinesischen Medizin und deren Durchführung (Verabreichung eines Kräutertees), um die Ursachen des Schönheitsfehlers zu finden und ihnen entgegenzuwirken;
- Akupunktur zur Stimulation der mit den Organen assoziierten Punkte, für die ein energetisches Missverhältnis vorliegt. Die Nadeln werden in den Bereichen mit besonders stark ausgeprägter Wasserretention oder Cellulite angebracht und entlang der Akupunkturkanäle verteilt. Anschließend verwendet man Mikroelektroden, die über bestimmte Frequenzen und elektrische Intensitäten geregelt werden;
- Massage mit Drainage- und Anti-Cellulite-Wirkung unter Einsatz des Gua Sha, einer typisch chinesischen Methode, mit der die Bereiche entlang der Kanäle und die Akupunkturpunkte in den von Ansammlungen betroffenen Bereichen mit Hilfe spezieller Manipulationstechniken angeregt werden.

**MO / DO**  
**€ 230,00**  
(90 Min: 10 Min. ärztliche  
Diagnose - 30 Min.  
Elektro-Akupunktur - 50  
Min. Massage)

**FR / SO\***  
**€ 253,00**  
(90 Min: 10 Min. ärztliche  
Diagnose - 30 Min.  
Elektro-Akupunktur - 50  
Min. Massage)



European Health & SPA Award 2016:  
„Beste Signature Behandlung“

02.

## REGENERATIVE ÄSTHETISCHE MEDIZIN



### KRYOTHERAPIE (Total body)

Die Sitzung besteht darin, 3 bis 5 Minuten lang in einer Kältekammer mit Temperaturen von -85° bis -95° C zu sitzen. Die kurzzeitige Abkühlung fördert positive Reaktionen des Körpers, indem sie die Kreislauf und den Lymphfluss in Schwung bringt und die "innere Substanz" stärkt, die in der klassischen chinesischen Medizin als "Yin" bezeichnet wird. Die Behandlung ist geeignet, um Schmerzen und Entzündungen in Muskeln und Gelenken zu lindern und die Körperzusammensetzung durch Beschleunigung des Grundumsatzes zu verbessern. Die so stimulierte Haut wird auf natürliche Weise mehr Kollagen produzieren, das zu einer glatteren und strahlenderen Haut führt.

1 SITZUNG

**MO / DO**  
**€ 60,00**

(3-5 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 66,00**

(3-5 Min.)

3 SITZUNGEN

**€ 165,00**

5 SITZUNGEN

**€ 275,00**

### NANOVI™ BEHANDLUNG ZUR ZELLREGENERATION (Total body)

NanoVi™ ist eine Technologie, die die Zellaktivität erhöht, indem sie die normalen Regenerationsfunktionen des Körpers ankurbelt, um durch oxidativen Stress verursachte Schäden zu reparieren. Das Immunsystem wird aktiviert und gestärkt, wodurch die Produktion neuer Energie maximiert und die Erholung von Stress und Krankheit beschleunigt wird.

1 SITZUNG

**MO / DO**  
**€ 60,00**

(15 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 66,00**

(15 Min.)

3 SITZUNGEN

**€ 165,00**

5 SITZUNGEN

**€ 275,00**

03.

## GESICHTS- UND KÖRPER- BEHANDLUNGEN MIT SCHÖNHEITS- GERÄTEN

### KÖRPER

#### SKINTONIC

Verbessert die Durchblutung und Sauerstoffversorgung und belebt

Besonders wirksam gegen tonische und verhärtete Cellulite. Durch Neumodellierung und Tonifizierung der Körperkonturen werden Durchblutung und Sauerstoffversorgung des Gewebes verbessert. Kombiniert Ansaug- und Massagewirkung einer Lymphdrainage, was Schwellungen der Beine lindert.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(45 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(45 Min.)

3 SITZUNGEN

**€ 250,00**

#### VELASMOOTH PRO

Remodelliert, verringert lokalisiertes Körperfett und Cellulite

Dieses innovative System fördert den Stoffwechsel, die Lipolyse und die Lymphdrainage, was adipöse Cellulite verringert. Dank der revolutionären Elos-Technik, die Infrarotlicht, Funkwellen, Ansaugwirkung und händische Stimulation kombiniert, erhöht sich die Kollagenproduktion und verringert sich der Umfang des behandelten Bereichs, was zu vollständig neumodellierter und gestraffter Haut führt.

**MO / DO**  
**€ 150,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 165,00**  
(50 Min.)

3 SITZUNGEN

**€ 400,00**

### GESICHT

#### SAUERSTOFFTHERAPIE

Intraceuticals

Sie verkörpert einen neuen Meilenstein für die Behandlung der Haut. Diese Methode beruht auf dem Prinzip des örtlich wirkenden, hyperbaren Sauerstoffs in Kombination mit Kosmetika der letzten Generation, die auf Hyaluronsäure, Antioxidantien, grünem Tee, echter Aloe und den Vitaminen A, C und E basieren. Die Methode ist schmerzfrei und besitzt keine Kontraindikationen. Die wohltuenden Auswirkungen sind sofort sichtbar, da der hyperbare Sauerstoff den Transport der Wirkstoffe in die tiefer reichenden Hautschichten ermöglicht.

#### Rejuvenate

Gezielte Behandlung für feine Linien und Falten, verbessert kleinere Fehler und den Feuchtigkeitshaushalt im Allgemeinen.

**MO / DO**  
**€ 200,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 222,00**  
(60 Min.)

3 SITZUNGEN

**€ 480,00**

#### SKINTONIC

Sauerstoffversorgung, Drainage und Tonifizierung

Dank der Kombination aus Ansaugwirkung, Sauerstoffversorgung sowie belebender und entwässernder Massage der Muskeln sowie der Gesichts- und Halsfalten entspannt Skintonic die Augenränder und sorgt für eine straffende Lifting-Wirkung.

**MO / DO**  
**€ 90,00**  
(45 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 99,00**  
(45 Min.)

04.

## ZO SKIN HEALTH RESTORATION BY DR. ZEIN OBAGI

### DIE BEHANDLUNGEN VON DR. ZEIN OBAGI FÜR DIE GESUNDHEIT DER HAUT

Die Prinzipien des Programms zur Wiederherstellung gesunder Haut nach Dr. Obagi finden insbesondere bei Hauttypen Anwendung, die unter Alterungserscheinungen, abnormalem Hautgewebe und akneähnlichen Problemen leiden oder durch Sonneneinstrahlung verursachte Schäden aufweisen. Dr. Zein Obagi ist der medizinisch-wissenschaftliche Leiter von ZO Skin Health Inc. und ist weltweit bekannt dafür, innovative Behandlungen, Protokolle und Produkte für die Hautpflege zu entwickeln. Seine Methode strebt danach, die Hautgesundheit wiederherzustellen und die wichtigsten Unregelmäßigkeiten der Gesichtshaut zu korrigieren. ZO-Produkte sind Kosmezeutika, die sich durch ihre pharmakologische Qualität und Wirksamkeit auszeichnen. Sie setzen hochmoderne Nanotechnologien sowie fortschrittliche Freisetzungssysteme und Wirkstoffe ein.

### AUFHELLENDE BEHANDLUNG

Für reife Haut mit Dyschromien

Bei Hautdyschromien handelt es sich um Veränderungen der Haut, die aufgrund einer Häufung des Pigments Melanin auftreten und zu unschöner Fleckenbildung im Gesicht und anderer, besonders exponierter Hautbereiche führen. Diese aufhellende Behandlung verbessert die Erscheinung der Haut, sorgt dank Salicyl-, Milch- und Zitronensäure für einen strahlenden Teint und eine ebene Textur. Leistungsstarke Antioxidantien und Koenzyme hemmen die Melaninproduktion und regen die Produktion gesunder Zellen an.

**MO / DO**  
**€ 170,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 187,00**  
(60 Min.)

### ULTRA-FEUCHTIGKEITSBEHANDLUNG OSSENTIAL

Für trockene und reife Haut

Diese Behandlung beginnt mit einer hydrierenden Reinigung sowie einem Mikropeeling, das oberflächliche Unreinheiten entfernt. Eine Kombination aus Brombeer-, Lakritz- und Bärentraubenextrakt mit Milch- und Kojisäure bereiten die Haut auf das Peeling vor, das Glanz, Reinheit und Hautbild verbessert und gleichzeitig feine Fältchen reduziert. Hervorragend geeignet für trockene und reifere Hauttypen, deren natürliche Feuchtigkeitsreserven durch Hautalterung und Faktoren wie Umwelteinflüsse, Stoffwechsellerscheinungen und Lebensumstände geschwunden sind. Dank des Einsatzes von Enzymen zur Reparatur von DNA und natürlichem Melanin wirkt die Haut sichtbar heller und kompakter und wird gekräftigt und geschützt.

**MO / DO**  
**€ 170,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 187,00**  
(60 Min.)

### BEHANDLUNG FÜR UNREINE HAUT

Für fettige Haut oder Haut mit Akne

Fettige Haut hat eine größere Dicke als normale Haut, erscheint ölig und ist durch erweiterte Poren, Pickel und Mitesser charakterisiert, die in chronische, als Akne bezeichnete Entzündungen ausarten können. Durch den Einsatz von Produkten auf AHA- und Salicylsäurebasis wird die übermäßige Talgproduktion auf ein Minimum reduziert, was zu einer Verkleinerung der Poren führt. Die Haut sieht sofort reiner und gesünder aus und die übermäßige Talgproduktion wird gestoppt. Außerdem reduziert der Einsatz von Antioxidantien, natürlichem Melanin, Zinkoxid und Titandioxid die Aknenarben.

**MO / DO**  
**€ 170,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 187,00**  
(60 Min.)



# MEDICAL

---

Medizinische Fachberatungen und Therapien aus den Anwendungsgebieten der westlichen Medizin, der natürlichen Medizin, der Osteopathie und der Physiotherapie. Das Angebot umfasst zudem eine breite Auswahl an spezifischen Untersuchungen, welche dazu dienen, mögliche Gebrechen des Organismus zu erkennen.

01.

# NATURMEDIZIN

## ÄRZTLICHE ENERGETISCHE UNTERSUCHUNG

Ein Text aus dem 17. Jahrhundert beschrieb die Untersuchungstechnik als das „Lied der 10 Fragen“, da der Energetik-Arzt sich mit ihr über einige Merkmale des Organismus informiert, die von den Träumen bis hin zur Verdauung reichen. Auf diese Weise versucht er, geringfügige Veränderungen in der Energie des Organismus wahrzunehmen, lange bevor sich diese in eine Pathologie verwandeln. Außerdem betrachtet der Arzt die Farbe der Haut, lauscht dem Ton der Stimme, erkundigt sich nach den bevorzugten Geschmacksrichtungen und tastet den Radialispuls. Diese Abfolge ermöglicht ihm, die energetische Diagnose zu stellen, auf deren Grundlage die spezifischen Behandlungen für die festgestellte Veränderung angewandt werden.

**MO / DO**  
**€ 95,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 105,00**  
(60 Min.)

## 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 wird das energetische Gleichgewicht des Körpers und damit ein Zustand des Wohlbefindens wieder hergestellt.

**MO / DO**  
**€ 140,00**  
Untersuchung und  
Akupunktursitzung  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 154,00**  
Untersuchung und  
Akupunktursitzung  
(60 Min.)

**MO / DO**  
**€ 110,00**  
Akupunktursitzung  
(40 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 121,00**  
Akupunktursitzung  
(40 Min.)

## MOXIBUSTION

Die Moxibustion ist eine chinesische Therapiemethode, deren Name sich vom Begriff Moxa 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.

**MO / DO**  
**€ 45,00**  
(20 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 50,00**  
(20 Min.)

## SCHRÖPFBEHANDLUNG

Diese seit der Antike durchgeführte Therapiemethode basiert auf der Anwendung von Schröpfköpfen auf Akupunkturpunkte, wodurch eine Ansaugwirkung hervorgerufen wird, um überschüssige Flüssigkeiten zu entfernen und den Energiefluss des Körpers wieder anzuregen. Dieser Therapieansatz wird auch als „stimulierende Reflextherapie“ bezeichnet, da er auf die sogenannten Reflexzonen wirkt, den Energiefluss verbessert und Blockaden auflöst. Er dient außerdem der Behandlung von Atemwegserkrankungen, Herz-Kreislauf-Problemen, Verdauungsbeschwerden, Knochen- und Gelenkerkrankungen sowie von Migräne.

**MO / DO**  
**€ 45,00**  
(20 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 50,00**  
(20 Min.)

## FACE-LIFTING-AKUPUNKTUR

Eine sanfte, ungiftige und schmerzfreie Methode, die die Theorie der Chinesischen Medizin nutzt, um Alterungserscheinungen im Gesicht entgegen zu wirken. Die Fibroblasten der tiefen Hautschicht werden durch die Behandlung zur Collagen-Produktion angeregt und die Mikrozirkulation wird stimuliert. Bereits nach der ersten Anwendung erscheint die Haut gestrafft und geglättet, die Poren verfeinert, das Gesicht strahlender – wie nach einem langen und gesundem Schlaf.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(30 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(30 Min.)

## ENERGETISCHE ERNÄHRUNGSBERATUNG

Diese spezifische Ernährungsberatung zielt auf eine Veränderung der Essgewohnheiten ab. Dies geschieht durch die Erläuterung der Nährwerte der verschiedenen Nahrungsmittel und der psychologischen Abläufe, die unsere Einstellung zum Essen bestimmen. Sie ist speziell für übergewichtige Personen geeignet, aber auch für all diejenigen, die sich bewusst für eine schmackhafte, leichte, entgiftende und gesunde Ernährungsweise entschieden haben. Nach Feststellung Ihres Energiestatus stellt unser Arzt eine individuelle kalorienarme Diät zusammen.

MO / DO  
€ 95,00\*\*

FR / SO\*  
€ 105,00\*\*

## PHYTOTHERAPEUTISCHE BERATUNG

Auf der Grundlage der vom Arzt durchgeführten energetischen Analyse der Konstitution und der Symptome des Individuums, wird ein spezifischer Kräutertee verschrieben. Die verwendeten Heilpflanzen stammen aus westlichem Anbaugebieten und werden sowohl in Abhängigkeit von den ihnen innewohnenden Eigenschaften ausgewählt (wie zum Beispiel Birkenblätter wegen ihrer entwässernden und entzündungshemmenden Eigenschaften), als auch im Hinblick auf die energetischen Aspekte.

MO / DO  
€ 90,00\*\*

FR / SO\*  
€ 99,00\*\*

02.

## MASSAGE UND PHYSIOTHERAPIE

Bei dieser physiotherapeutischen Praxis werden Massagetechniken eingesetzt, um die physiologischen Funktionen bestimmter Körperbereiche zu verbessern. Die verschiedenen Behandlungen werden durchgeführt, um Muskel- oder Gelenkschmerzen zu lindern, Verspannungen zu lösen, Müdigkeit zu beseitigen, das Gewebvolumen zu erhöhen und das psychische Wohlbefinden zu verbessern.

## STATISCHE HALTUNGSEINSCHÄTZUNG

MO / DO  
€ 90,00\*\*

FR / SO\*  
€ 99,00\*\*

## MASSOPHYSIOTHERAPIE-BEHANDLUNG

Fördert die Durchblutung, verbessert die Aufnahme von Sauerstoff und Nährstoffen und dient der Entschlackung. Die Behandlung hat eine entkrampfende Wirkung auf die Muskeln und lindert Muskelschmerzen, Rücken- und Nackenschmerzen.

MO / DO  
€ 105,00\*\*

FR / SO\*  
€ 116,00\*\*

## HALTUNGSVERBESSERENDE MASSAGE DER MUSKELSTRÄNGE

Diese Massage ist besonders wirksam bei der Behandlung von Muskelsteifheit und Muskelverkrampfungen, auch bei chronischem Verlauf. Sie führt zu einer besseren Körperhaltung und einer Schmerzlinderung bei den Gelenkmuskeln.

MO / DO  
€ 100,00\*\*

FR / SO\*  
€ 110,00\*\*

03.

## OSTEOPATHIE

Oberstes Ziel dieser Therapie ist die Förderung der Gesundheit durch Linderung der Schmerzen, die größere Beweglichkeit der Gelenke, die Behandlung körperlicher Beschwerden und die Beseitigung von Blockierungen zur Anregung des Nervensystems. Es ist eine Form der Alternativmedizin, die manuell ausgeführt wird und der Wiederherstellung des allgemeinen Gleichgewichts des Körpers dient, seinen Funktionen und dem allgemeinen Wohlbefinden. Die Osteopathie betrachtet den Menschen als Ganzes, als ein Gesamtsystem von Muskulatur, Skelett und inneren Organen, die mit den Nervenbahnen entlang der Wirbelsäule verbunden sind. Jeder Teil des Menschen (einschließlich der Psyche) hängt vom anderen ab und nur wenn jedes dieser Teile richtig funktioniert, funktioniert auch der Organismus als Ganzes.

die häufig die Ursache der überaus lästigen Schmerzen in Nacken- und Schulterregion sind. Zur Entspannung der Muskulatur wird zum Schluss eine angenehme spannungslösende Massage durchgeführt, um auch die letzten Spannungen zu lösen.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(45 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(45 Min.)

### OSTEOPATHISCHE BEHANDLUNG

Die Osteopathie setzt verschiedene Behandlungskonzepte ein, bei denen manuell bestimmte Körperzonen behandelt werden, um Funktionsstörungen zu beseitigen.

**MO / DO**  
**€ 115,00\*\***

**FR / SO\***  
**€ 127,00\*\***

### CRANIO-SACRAL-BEHANDLUNG

Es ist eine Technik, bei der die Behandlung mit den bloßen Händen ausgeführt wird. Sie beruht auf der Fähigkeit zur Selbstregulation unseres Körpers und betrifft den cranosacralen Bereich.

**MO / DO**  
**€ 130,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 143,00**  
(50 Min.)

### OSTEOPATHISCHE BERATUNG

Beratungsgespräch mit Diagnose und Empfehlungen zur Behandlung von eingeschränkter Beweglichkeit und Störungen von Stoffwechsel und Durchblutung.

**MO / DO**  
**€ 55,00\*\***

**FR / SO\***  
**€ 61,00\*\***

### OSTEOPATHISCHE HALSWIRBELSÄULENMASSEGE

Eine Behandlung für Personen, die sich seit längerer Zeit bestehender lästiger Muskelverspannungen der Halswirbelsäule entledigen, jedoch nicht auf eine angenehme Massage verzichten möchten. Bei der Sitzung wird in erster Linie die Wiederherstellung einer ausgeglichenen Körperhaltung angestrebt, gefolgt von einer faszialen Spannungslösung der Halsmuskeln und einer osteopathischen Korrektur der von Dysfunktion betroffenen Wirbel,

04.

## GESUNDHEITS- UNTERSUCHUNGEN

### CHECK-UP AUF LEBENSMITTELUNVERTRÄGLICHKEITEN

#### Test ImuPro

Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass ein Zusammenhang zwischen Lebensmittelunverträglichkeiten und Übergewicht sowie zwischen Hauterkrankungen und Verdauungsstörungen besteht. Dieser Test wird mit dem sogenannten ELISA-Verfahren durchgeführt. Dabei kann die Überempfindlichkeit gegen 90 oder 180 Lebensmittel nachgewiesen und ein individuelles Ernährungsprofil erstellt werden. Der Test wird bei Übergewicht, Atemnot, Schlafapnoe und auch vor dem Beginn einer verantwortungsbewussten Schlankheitskur empfohlen. Um den Test durchzuführen, wird eine Probe mit Kapillarblut entnommen.

ImuPro Basic 90 € 185,00

ImuPro Basic 90 (Vegetarier) € 185,00

ImuPro Basic 180 € 245,00

### CHECK-UP BEI SCHLAFLOSIGKEIT

#### Hormonprofil „Buonanotte“

Bei diesem Check-up wird die abendliche Melatonin-Konzentration bestimmt. Melatonin ist ein wichtiges Neurohormon, das den Tag-Nacht-Rhythmus des Körpers steuert. Dieser Test wird bei Einschlafproblemen, Schlaflosigkeit, starkem körperlichen und seelischen Stress und Angstzuständen empfohlen. Um den Test durchzuführen, wird eine Speichelprobe entnommen.

€ 105,00

### DARM-CHECK-UP

#### Microflora-Test

Unter Dysbiose versteht man einen Zustand veränderter Ökologie der Mikroflora, die in der Mundhöhle und im Magen-Darm-Trakt zu finden sein kann. In Fällen von Dysbiose können Organismen mit geringer intrinsischer Virulenz, wie Bakterien, Hefen und Protozoen, Krankheiten auslösen, indem sie sich durch Veränderungen des Ernährungs- oder Immunstatus manifestieren.

€ 195,00

05.

## ÄRZTLICHE BERATUNGEN

### ALLGEMEINE PSYCHOSOMATISCHE BERATUNG

Warum entstehen Krankheiten und wie werden sie geheilt? Wenn wir an einer Erkrankung leiden, kommt es vor, dass wir nicht klar denken können und die Kontrolle über unsere Gefühle verlieren. Dadurch werden wir anfälliger für Angst und innere Zweifel. Die Krankheit aus körperlicher Sicht zu betrachten, kann Klarheit verschaffen und dem Kranken dabei helfen, eine logische und natürliche Einstellung zur Krankheit zu finden und sie zu überstehen. Das Beratungsgespräch wird von einem Facharzt für Psychotherapie durchgeführt.

MO / DO

€ 195,00

(60 Min.)

FR / SO\*

€ 215,00

(60 Min.)

### PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

Ein Gespräch, bei dem der Psychotherapeut mit dem Gast über die eigene körperliche und seelische Verfassung spricht, die sich in emotionalen Erlebnissen, wichtigen persönlichen Ereignissen im eigenen Leben sowie in Träumen und Charakterzügen zeigt. Durch eine Sichtweise, welche die chinesische Medizin mit der Tiefenpsychologie verbindet, kann das diagnostische Verständnis vom Gesundheitszustand einer Person erweitert werden, was dementsprechend zu einem geeigneten therapeutischen Ansatz führt.

MO / DO

€ 100,00

(50 Min.)

FR / SO\*

€ 110,00

(50 Min.)

\*Feiertage eingeschlossen. Für weitere Informationen sehen Sie Nützliche Informationen

\*\* Die Preise können je nach Länge der verlangten Unterrichtsstunden variieren.



# WELLNESS - UND SCHÖNHEITSPROGRAMME

---

Lefay hat spezielle Wellness- und Schönheitsprogramme ins Leben gerufen, die Sie mit Ihrem Aufenthalt kombinieren können. Diese Programme verbinden energetische Massagen und Behandlungen der Lefay SPA mit nicht-invasiven, westlichen Schönheitstechnologien.

---

## GESICHT

---

### BEAUTY REJUVENATE

---

Anti-Aging-Programm für das Gesicht, das Alterungsanzeichen vorbeugt und Massagetechniken mit Behandlungen verbindet, die unter Einsatz westlicher, nichtinvasiver Schönheitstechnologien durchgeführt werden.

- 1 Gesichtereinigung Lefay SPA *Unico Cielo*
- 1 Intraceuticals Rejuvenate Sauerstofftherapie
- 1 *Gua Sha* Gesicht Massage

**€ 390,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

### BEAUTY ANTI AGE

---

Fortschrittliches Anti-Aging-Programm gegen Alterungsanzeichen, welches die Produkte der Lefay SPA Anti-Aging-Kosmetiklinie mit spezifischen Massagetechniken verbindet, die unter Einsatz von ästhetischen Geräten und Hochtechnologie erfolgen.

- 1 Gesichtereinigung Lefay SPA *Unico Cielo*
- 1 Anti-Ageing-Gesichtsbehandlung Lefay SPA mit Dreifachwirkung *Il Cerchio della Luna*
- 1 Intraceuticals Rejuvenate Sauerstofftherapie
- 1 Skintonic

**€ 530,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

---

## KÖRPER

---

### STRAFFEN

---

Hochwirksamer Behandlungsablauf für einen belebten und entwässerten Körper.

- 1 Velasmooth Pro
- 1 Gua Sha Beine Massage
- 1 Straffendes Körperitual Lefay SPA *Gioia di vivere*

**€ 350,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

### SCHLANKER MACHEN

---

Behandlungsablauf, der technisch fortgeschrittene Geräte und Massagetechniken verbindet, um den Körper wieder in Form zu bringen.

- 1 Körperpackung mit spezifisch-aromatischem Lefay SPA Phyto-Schlamm
- 1 Velasmooth Pro
- 1 Energetische Lefay SPA Entgiftungsmassage *La Luce oltre la Nebbia* (mit Schröpfbehandlung)

**€ 345,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

### ENTGIFTUNG

---

Wellness-Programm zur Entgiftung.

- 1 Körper-Peeling mit Lefay SPA Olivenöl und Thermalsalzen
- 1 Energetische Entgiftung-Massage *La Luce Oltre la Nebbia*
- 1 Bad im Salzsee *La Luna nel Lago*
- 1 Massage mit warmem, aromatisiertem Fango

**€ 275,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

### SPEZIELL FÜR IHN

---

Ein Wellness- und Schönheitsprogramm, das speziell für Männer zusammengestellt wurde.

- 1 Körper-Peeling mit Lefay SPA Olivenöl und Thermalsalzen
- 1 Energetische Muskelentspannungsmassage *La Brezza accanto al Confine*
- 1 Energetisches Lefay Gesichtsritual für Ihn *Senza Tempo Uomo*
- 1 Maniküre
- 1 Schönheitspediküre

**€ 380,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

## DIE LEICHTIGKEIT DES SEINS

---

Indem wir unseren Organismus stärken, erhöhen wir unsere Abwehrkräfte und stärken unser Immunsystem. Die Aufrechterhaltung eines dauerhaften guten Gesundheitszustands ermöglicht es Ihnen, sich immer wohl zu fühlen und einen körperlichen, mentalen und geistigen Wohlbefinden zu bewahren.

- Ärztliche energetische Untersuchung
- Spezifische Phytotherapie *Nutrire la Vita*
- 1 Lefay SPA energetische Gesichtsmassage *Derma di Luce*
- 1 Lefay SPA energetische Körpermassage *Nutrire la Vita*
- 1 Kryotherapie-Sitzung
- 1 Aktivität zur Wiederherstellung des körperlichen und energetischen Gleichgewichts (Qi Gong)

**€ 420,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

## OSTEOPATHIE

---

Ziel der Behandlung ist eine bessere Gesundheit durch Linderung der Schmerzen, eine größere Beweglichkeit der Gelenke, eine Behandlung der körperlichen Störungen und die Beseitigung von Blockaden für eine bessere Leitung der Nervenbahnen.

- 1 Osteopathische Beratung
- 1 Osteopathische Manipulationsbehandlung
- 1 Cranio-sacrale Behandlung
- 1 Osteopathische Nackenmassage

**€ 355,00** (Aufenthalt nicht inbegriffen)

Wir empfehlen Ihnen, diese Programme bei der Reservierung Ihres Aufenthaltes zu buchen, um sich ihre Verfügbarkeit zu sichern.



# SPA À LA CARTE

---

Dieses breite Angebot umfasst Thalasso-Gesichts- und Körperbehandlungen, westliche und orientalische Massagen und Rituale aus verschiedenen Traditionen.

01.

## 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.

### PACKUNG MIT MEERESALGEN

Straffend, entgiftend und schlank machend

Ein wahres Wundermittel für den Organismus: Die Algen, die reich an Vitaminen, Spurenelementen und Mineralsalzen sind, haben dank der Ganzkörperpackung eine straffende, schlankmachende und entgiftende Wirkung und tragen zum Kampf gegen Cellulite bei, da Flüssigkeiten aus dem Gewebe abtransportiert werden. Die Behandlung wird mit einer kurzen Massage abgeschlossen.

**MO / DO**  
**€ 110,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 130,00**  
(60 Min.)

### LA LUNA NEL LAGO

Salzsee

Die hohe Temperatur dieses herrlichen Salzsees, die 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 Spannungswirkung aus. Dauer 30 Minuten, im Wechsel zwischen Bädern und Entspannung. Empfohlen in Kombination mit allen Thalasso-Therapie Behandlungen.

**MO / DO**  
**€ 30,00**  
pro Person (Einlass bis zu sechs Personen)

**FR / SO\***  
**€ 35,00**  
pro Person (Einlass bis zu sechs Personen)

**MO / DO**  
**€ 80,00**  
für Paare (exklusive Benutzung)

**FR / SO\***  
**€ 88,00**  
für Paare (exklusive Benutzung)

### AQUARELLE ALLE ALGHE MARINE

Reinigende dynamisierende Gesichtsbehandlung

Tiefenbehandlung für besonders unreine und unter Akne leidende Hauttypen. Eine intensive „Thalasso-Behandlung“ des Gesichts, um die Vitalfunktionen der Haut zu reinigen, zu dynamisieren und ins Gleichgewicht zu bringen. Ideal für all jene, die ihr Gesicht bereits seit geraumer Zeit keiner Tiefenreinigung mehr unterzogen haben oder aufgrund ihrer besonders unreinen Haut einer tiefgreifenden Entgiftung und Reinigung bedürfen.

**MO / DO**  
**€ 150,00**  
(90 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 165,00**  
(90 Min.)

NEW

### SULLE RIVE DEL MARE

Einführung in die Meereswelt

Dieses entspannende und entgiftende Ritual zur Remineralisierung beginnt mit einem Bad im Salzsee *La Luna nel Lago*, mit einer Temperatur von ca. 36°-38°C. Dadurch kann der Körper die Spurenelemente und Mineralien des im Wasser gelösten Meersalzes aufnehmen, was eine entwässernde, entgiftende und entspannende Wirkung hat. Danach folgt eine Meeresalgenpackung, die reich an Vitaminen, Spurenelementen und Mineralsalzen ist und eine straffende, schlankmachende und reinigende Wirkung hat. Das Ritual endet mit einer tiefenwirksamen und reinigenden „Thalasso-Gesichtsbehandlung“, die die Vitalfunktionen der Haut anregt und wieder ins Gleichgewicht bringt. Dieses Ritual ist für eine tiefgreifende Entschlackung und Regeneration von Körper und Gesicht konzipiert.

**MO / DO**  
**€ 260,00**  
(2 Stdn. 50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 286,00**  
(2 Stdn. 50 Min.)

02.

## WESTLICHE MASSAGEN



### LEFAY-WILLKOMMENSMASSAGE

Entspannt die Rückenmuskulatur und schenkt tief reichendes Wohlbefinden, dank reiner ätherischer Lavendel- und Zitronenöle, die zu den typischen Aromen des Gardasees gehören.

**MO / DO**  
**€ 45,00**  
(20 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 50,00**  
(20 Min.)



### ENTKRAMPFENDE NACKEN-RÜCKEN-MASSAGE

Entspannt die Muskulatur, fördert eine Wiederherstellung der korrekten Haltung der Wirbelsäule und schenkt eine sofortige Linderung.

**MO / DO**  
**€ 75,00**  
(30 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 83,00**  
(30 Min.)



### KALIFORNISCHE MASSAGE

Eine entspannende und beruhigende Massage, die dank der sanften und fließenden Massagetechniken den Kopf befreit und zu körperlichem und geistigem Wohlbefinden führt. Die richtige Massage für alle, die einen Moment purer Entspannung genießen möchten oder eine sanfte und einhüllende Massage suchen. Ideal für sehr gestresste und müde Gäste.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(50 Min.)



### BINDEGEWEBSMASSAGE

Regt die Durchblutung an und verbessert den Ernährungszustand des Gewebes. Macht die Haut wieder elastisch und kompakt, und schenkt dem Körper ein Gefühl von Leichtigkeit.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(50 Min.)



### FUßREFLEXZONENMASSAGE

Die Fußsohlen sind der Spiegel des gesamten menschlichen Körpers. Mit tiefem und zartem Druck versuchen wir, das Gleichgewicht im Körper wiederherzustellen, indem wir die Füße im Einklang mit unserem psychophysischen Zustand massieren. Dabei gehen wir von einem ganzheitlichen Konzept aus, das darauf abzielt, das Bewusstsein zu stärken und die Ressourcen zu wecken, die jeder von uns in sich trägt.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(50 Min.)



### FUßMASSAGE KIDS

Eine kurze, angenehme und besonders entspannende Behandlung für Kinder, mit einem positiven Effekt auf die Durchblutung und kleinere Muskelverspannungen.

**MO / DO**  
**€ 45,00**  
(20 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 50,00**  
(20 Min.)



### DEEP TISSUE

Diese Massagetechnik zielt auf die Behandlung der Tiefenmuskulatur des myofaszialen Systems ab. Sie ist in der Lage auf Strukturen einzuwirken, die mit anderen Methoden nur schwer behandelbar sind.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)



### 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 Schönheitsbehandlungen für den Körper.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(50 Min.)

### MASSAGE MIT WARMER AROMATISIERTER FANGO-HEILERDE

Besonders angenehm durch Anwendung von warmer Fango-Heilerde aus dem Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*. Dank ihres hohen Anteils an Ölen, Tonerden, Sulfaten und Montmorillonit besitzt sie eine entgiftende und anti-oxidative Osmosewirkung.

**MO / DO**  
**€ 120,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 132,00**  
(60 Min.)

### CANDLE MASSAGE

Diese entspannende Massage wird mit warmen Duftkerzenölen durchgeführt. Sie löst Spannungen und schenkt dem Körper neue, angenehme Emotionen.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(45 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(45 Min.)

### MODELLIERENDE ANTI-AGING-GESICHTSMASKE

Straffende, revitalisierende Wirkung und Drainagewirkung, die durch eine Behandlung aller Gesichtsmuskeln und der Haut mit verschiedenen Techniken erreicht wird. Strafft das Bindegewebe und fördert die Produktion von Kollagen, macht die Hautstruktur kompakter und verleiht müder Haut neues Leben.

Die Verwendung des Anti-Aging-Biokosmetiköls von Lefay SPA beschleunigt die Regeneration der Haut.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(40 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 110,00**  
(40 Min.)



### BEHANDLUNGEN FÜR WERDENDE MÜTTER

Spezifische Behandlungen für Frauen, sowohl für die Schwangerschaft (nach dem 4. Monat) als auch für die Stillzeit. Sie erlauben es, schnell wieder in Form zu kommen und schenken eine mit Feuchtigkeit und Nährstoffen versorgte, elastische Haut.

Massage mit Lefay Olivenöl – mit Feuchtigkeit- und Drainageeffekt

**MO / DO**  
**€ 90,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 99,00**  
(50 Min.)

Beine Massage *Gambe Leggere*

**MO / DO**  
**€ 50,00**  
(30 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 55,00**  
(30 Min.)



### FUßMASSAGE FÜR SCHWANGERE

Dolce Attesa

Diese sanfte Massage der Fußsohlen zur Stimulation der Lymphdrainage verbessert außerdem die Durchblutung und wirkt entspannend auf das Nervensystem.

**MO / DO**  
**€ 80,00**  
(30 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 88,00**  
(30 Min.)

03.

## ÖSTLICHE MASSAGEN UND RITUALE



### NEI GONG TUINA 推拿

Die Tui Na (tūi steht für Schieben und ná steht für Greifen) ist eine sehr alte chinesische Massagetechnik, die bis auf die Ming-Dynastie (400 vor Christus) zurückgeht. Sie bringt das Yin und Yang wieder ins Gleichgewicht, öffnet blockierte Leitbahnen und stärkt das Immunsystem. Sanft, energisch, fortdauernd und mit Tiefenwirkung, so kann diese Massage beschrieben werden; ihre Wirkung ergänzt sich perfekt mit der Akupunktur, der Moxibustion und dem Schröpfen. Sie ist ideal zur Wiederherstellung des emotionalen Gleichgewichts und zur Behandlung von Symptomen wie Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Darmerkrankungen, Dyspepsie, Lendenschmerzen, Halswirbelsäule und Schulterblattperiartthritis.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)



### GUA SHA GESICHT

Eine innovative Gesichtsmassage, die auf den Grundsätzen der holistischen Kosmetik basiert. Gua Sha ist eine Technik aus der traditionellen chinesischen Medizin, die vor allem in Asien verbreitet ist. Mit spezifischen Instrumenten aus Jade und Horn wird wiederholt über die Gesichtshaut gestrichen, damit überschüssige Flüssigkeiten aus den Energiekanälen abfließen können und die Durchblutung aktiviert wird. Diese Technik wird mit einer straffenden Massage mit Olivenöl kombiniert. Die Gesichtszüge werden neu geformt, die Haut erhält ihre natürliche Ausstrahlung zurück und man empfindet ein

angenehmes Gefühl tiefer Entspannung.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)



### GUA SHA BEINE

Chinesische Massage „Gua Sha“ mit Drainage- und Anti-Cellulite-Wirkung. Dabei werden die Zonen der Kanäle und Akupunktur-Punkte mit speziellen Techniken stimuliert, wobei insbesondere die Beine und Gesäßmuskeln behandelt werden. Dank der entwässernden Wirkung der Massage fühlen sich die Beine sofort leichter an, die Silhouette wird neu modelliert und die Haut belebt.

**MO / DO**  
**€ 115,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 127,00**  
(50 Min.)

### SHIATSU

Diese Behandlung nutzt eine Technik, die auf einem gleichmässigen, konstanten und senkrecht ausgeführten Druck beruht. Ihr Ziel ist das Erwecken der vitalen Energie und der Selbstheilungskräfte. Shiatsu kann körperlichen und emotionalen Schmerz behandeln (wie zum Beispiel Ängste und Mutlosigkeit) und verschafft ein unmittelbares Gefühl von Wohlbefinden, Ausgeglichenheit und Harmonie mit sich selbst.

**MO / DO**  
**€ 125,00**  
(65 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 138,00**  
(65 Min.)

### ASHIATSU

Diese alte Massagetechnik sieht eine Druckausübung durch die Füße vor, und folgt dabei dem Fluss der Meridiane Yin (der Erde) und Yang (des Himmels). Sie verteilt die lokal vorhandenen Spannungen, indem sie den Fluss des Qi ausgleicht und die Gelenke löst. Außerdem fördert sie eine Streckung der Wirbelsäule und verbessert die Haltung. Diese Behandlung steigert das körperliche, geistige und gefühlsmäßige Bewusstsein.

**MO / DO**  
**€ 120,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 132,00**  
(60 Min.)



### TIBETANISCHE RÜCKENMASSAGE

Die kombinierte Wirkung aus entspannenden Handgriffen, einer Behandlung mit einem warmen, nassen Schwamm und dem Schröpfen schenkt dem Rücken Wohlbefinden und Entspannung. Der Klang der tibetischen Glocken erweckt auch inaktive Körperbereiche zu neuem Leben, die ihre Elastizität und die Fähigkeit verloren haben, sich mit dem restlichen Organismus in Einklang zu bringen.

**MO / DO**  
**€ 110,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 121,00**  
(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.

**MO / DO**  
**€ 125,00**  
(50 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 138,00**  
(50 Min.)



### STONE THERAPY

Sie wird mit warmen Vulkansteinen durchgeführt, die die Wärme zurückhalten und sie dann langsam abgeben. Diese für Muskel-, Rheuma und Rückenschmerzen geeignete Behandlung verbessert die Beweglichkeit von Muskeln und Gelenken. Sie wirkt sich besonders positiv auf die Stimmung und das geistige Wohlbefinden aus.

**MO / DO**  
**€ 150,00**  
(80 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 165,00**  
(80 Min.)

### THAI

Bei dieser Massage wird durch Einsatz der Handfläche und des Daumens Druck auf die Energielinien ausgeübt. In Kombination mit dem passiven Stretching aller Gliedmaßen bewirkt sie

eine Verbesserung der Durchblutung und macht den Körper elastischer.

**MO / DO**  
**€ 135,00**  
(60 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 149,00**  
(60 Min.)

### AYURVEDA

Alte indische Disziplin, die zur natürlichen Heilung des Individuums eingesetzt wird, sowie zur Harmonisierung der drei *Dosha*: VATA, die Bewegung, PITTA, der Stoffwechsel, KAPHA, die Struktur.



### SHIRODARA MIT KOPFMASSAGE

Ein kontinuierlicher Öl-Stirnguss in Kombination mit einer Entspannungsmassage an Kopf und Hals lässt alle Spannungen verschwinden.

**MO / DO**  
**€ 100,00**  
(40 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 130,00**  
(40 Min.)



### SHIRO-DARA MIT SNEHANA

Einölen des Körpers mit harmonischen, streichelnden Bewegungen, um die Energie des Körpers auszugleichen. Das Sesamöl wird mit der Massage kombiniert, um die als "AMA" bezeichneten Giftstoffe auszuschleiden. Die Behandlung wird fortgesetzt, indem ein kontinuierlich warmer Öl-Strom über die Stirn gegossen wird. Wenn Stress und Anspannung von Körper und Geist abfallen, werden die Wahrnehmungsfähigkeiten verbessert, die Kopfhaut wird revitalisiert und die Gesichtshaut regeneriert.

**MO / DO**  
**€ 190,00**  
(80 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 209,00**  
(80 Min.)



### ABHYANGA

Diese energetisierende Massage zeichnet sich durch harmonische Bewegungen aus, die Wärme generieren, um die Ausscheidung der als AMA

bezeichneten Giftstoffe zu bewirken. Der Rücken wird entlastet und gestärkt. Kopf und Hals werden so behandelt, dass sich eine lockernde, entspannende Wirkung einstellt.

**MO / DO**  
**€ 145,00**  
(80 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 160,00**  
(80 Min.)

### POLYNESISCHES RITUAL\*\*

Eine Reise inmitten von polynesischen Düften. Die erste Etappe ist Taha'a, die Vanilleinsel, mit einer Gommage auf der Basis von Kokosnussschalenfasern, weißem Sand, Vanille und Meersalz. Weiter geht es schließlich nach Manihi, wo der Körper im Bagno delle Lagune (Lagunenbad) gereinigt und mit Flüssigkeit versorgt wird. Anschließend geht es nach Bora Bora, wo sich der Körper bei einer entspannenden Massage dem Rhythmus der Tuiponos hingibt. Das Ritual zieht weiter nach Raiatea, der heiligen Insel, wo der Körper mit dem heiligen Öl Poliniens in höhere Sphären gehoben wird.

**MO / DO**  
**€ 280,00**  
(2 Stdn. 15 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 308,00**  
(2 Stdn. 15 Min.)

### HAMMAM-RITUAL\*\*

Dieses Lefay SPA reinigende Ritual für Gesicht und Körper entstammt den alten Traditionen des Nahen Ostens und wird im Ovid Private SPA durchgeführt. Es beginnt mit einem Dampfbad (Calidarium), mit dem die Haut auf die Schälbehandlung mit schwarzer Seife und dem als „Kesse“ bezeichneten Handschuh vorbereitet wird.

Auf sie folgt eine Rasul-Packung und eine abschließende Entspannungsmassage mit reiner Sheabutter. Alle Phasen des Körperrituals werden von einer Phase für das Gesicht begleitet, unter Einsatz von natürlichen Produkten mit schwarzer Seife, Arganöl, Eselmilch und Rosenessenz, für ein Endergebnis im Zeichen von höchstmöglichem Relax und strahlender Haut.

**MO / DO**  
**€ 280,00**  
Long-Version,  
(2 Stdn. 30 Min.- für  
Gesicht und Körper)

**FR / SO\***  
**€ 308,00**  
Long-Version,  
(2 Stdn. 30 Min.- für  
Gesicht und Körper)

**MO / DO**  
**€ 230,00**  
Short-Version,  
(2 Stdn.- für den  
Körper)

**FR / SO\***  
**€ 253,00**  
Short-Version,  
(2 Stdn.- für den  
Körper)

### SHEABUTTER UND ARGANÖL - RITUAL\*\*

Dieses Ritual ist besonders für trockene Haut geeignet. Es hat eine nährnde und feuchtigkeitsspendende Wirkung und macht Ihre Haut glatt und weich, dank der außergewöhnlichen antioxidativen, weich machenden, feuchtigkeitsspendenden und straffenden Eigenschaften des Arganöls.

**MO / DO**  
**€ 150,00**  
(75 Min.)

**FR / SO\***  
**€ 165,00**  
(75 Min.)



# FÜR PAARE

---

Lefay SPA Paar-Rituale erfolgen im Inneren der exklusiven Private SPA und inspirieren sich an der griechischen Mythologie, um sich in der Welt von Lefay SPA auf einer sinnlichen Reise für Zwei wiederzufinden.

01.

## PRIVATE SPA

Die beiden herrlichen, an der griechischen 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. In den Private SPA können außerdem individuell gestaltete Paar-Programme entworfen werden (Informationen erhalten Sie an der SPA Rezeption).

### OID, PHILEMON UND BAUCIS

Sie ist am Mythos von Philemon und 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.

#### LEFAY WILLKOMMENS-RITUAL:

#### DIE GROTTE DER GÖTTER

Die aus Stein gebaute Dampfgrotte verströmt mediterrane Düfte. Zusätzlich zu den reinigenden Wirkungen auf den Körper wirkt sie wohltuend auf die Atemwege und belebend auf das Gewebe.

#### GLÄTTENDE SALZ- UND KAPERNBEHANDLUNG MIT OLIVENÖL

Eine vorbereitende Peeling- und Restrukturierungsbehandlung mit natürlichen lokalen Produkten, wie Kapern mit antioxidativen Eigenschaften, Natives Olivenöl Extra Lefay, Salz und den sanften Düften des Lavendels, die den Geist

entspannen. Als Resultat ist die Haut weich und samtartig.

#### TRAUBENKERNÖL-MASSAGE

Eine einhüllende Massage mit aromatischem Traubenkernöl und warmen Kräuterbündeln; sie entspannt den Körper und beruhigt den Geist.

#### MOMENT DER ENTSPANNUNG MIT OVID

Um dieses Paar-Ritual noch angenehmer zu machen, wird es von einem alkoholfreien Cocktail mit Obst und Düften der Saison und hausgemachten Keksen begleitet.

MO / DO

€ 530,00

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 2 Std. 30 Min.)

FR / SO\*

€ 583,00

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 2 Std. 30 Min.)

Die Private SPA Ovid, Philemon und Baucis wird auch in der Short -Version angeboten (Grotte der Götter, Traubenkernöl- Massage und Moment der Entspannung mit Ovid Verkostung).

MO / DO

€ 380,00

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 1 Std. 30 Min.)

FR / SO\*

€ 418,00

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 1 Std. 30 Min.)

---

## DAPHNE, APOLLO UND EROS

---

Sie ist durch die 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.

### LEFAY WILLKOMMENS-RITUAL:

---

### GÖTTLICHER GLANZ FÜR SIE UND FÜR 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, zusammen mit dem Einsatz von Bambusstäben an bestimmten Körperbereichen, die sich wie Wellen im Wasser ausbreiten, versetzen Körper und Geist in einen Zustand absoluter Entspannung.

---

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

---

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

#### MO / DO

**€ 530,00**

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 2 Stdn. 30 Min.)

#### FR / SO\*

**€ 583,00**

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 2 Stdn. 30 Min.)

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

#### MO / DO

**€ 380,00**

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 1 Std. 30 Min.)

#### FR / SO\*

**€ 418,00**

pro Paar

(Gesamtdauer des Programms 1 Std. 30 Min.)

02.

## 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.

**MO / DO****€ 200,00**

pro Paar (45 Min.)

**FR / SO\*****€ 220,00**

pro Paar (45 Min.)

### HAWAI-RITUAL

Eine wohltuende Reise für alle Sinne, bei der Sie die typisch hawaiianischen Düfte genießen können. Das Körper-Peeling wird mit zerkleinerten Kokosnüssen und Vanilleöl durchgeführt und bereitet die Haut auf eine sinnliche Massage entlang der Körpermeridiane vor, bei der warme Muscheln der Insel eingesetzt werden. Um dieses Programm noch angenehmer zu gestalten, wird die abschließende Entspannungsphase von einem Cocktail aus exotischen Früchten abgerundet.

**MO / DO****€ 400,00**

pro Paar

(1 Std. 50 Min.)

**FR / SO\*****€ 440,00**

pro Paar

(1 Std. 50 Min.)

### HAMMAM-RITUAL

Dieses Lefay SPA reinigende Ritual für Gesicht und Körper entstammt den alten Traditionen des Nahen Ostens und wird im Ovid Private SPA durchgeführt. Es beginnt mit einem Dampfbad (Calidarium), mit dem die Haut auf die Schälbehandlung mit schwarzer Seife und dem als „Kesse“ bezeichneten Handschuh vorbereitet wird. Auf sie folgt eine Rasul-Packung und eine abschließende Entspannungsmassage mit reiner Sheabutter. Alle Phasen des Körperrituals werden von einer Phase für das Gesicht begleitet, unter Einsatz von natürlichen Produkten mit schwarzer Seife, Arganöl, Eselmilch und Rosenessenz, für ein Endergebnis im Zeichen von höchstmöglichem Relax und strahlender Haut.

**MO / DO****€ 530,00**

pro Paar

Long-Version

(2 Stdn. 30 Min.- für

Gesicht und Körper)

**FR / SO\*****€ 583,00**

pro Paar

Long-Version

(2 Stdn. 30 Min.- für

Gesicht und Körper)

**MO / DO****€ 420,00**

Long-Version

(2 Stdn.- für den

Körper)

**FR / SO\*****€ 462,00**

pro Paar

(2 Stdn.- für den

Körper)

## POLYNESISCHES RITUAL

---

Eine Reise inmitten von polynesischen Düften. Die erste Etappe ist Taha'a, die Vanilleinsel, mit einer Gommage auf der Basis von Kokosnussschalenfasern, weißem Sand, Vanille und Meersalz. Weiter geht es schließlich nach Manihi, wo der Körper im Bagno delle Lagune (Lagunenbad) gereinigt und mit Flüssigkeit versorgt wird. Anschließend geht es nach Bora Bora, wo sich der Körper bei einer entspannenden Massage dem Rhythmus der Tuiponos hingibt. Das Ritual zieht weiter nach Raiatea, der heiligen Insel, wo der Körper mit dem heiligen Öl Polinesiens in höhere Sphären gehoben wird.

**MO / DO**

**€ 530,00**

pro Paar

(2 Stdn. 15 Min.)

**FR / SO\***

**€ 583,00**

pro Paar

(2 Stdn. 15 Min.)



## RITUAL MIT DEN DÜFTEN DES SEES

---

Geben Sie sich in dem atmosphärischen „Private SPA Daphne“, das die Farben des Sees und der umgebenden Vegetation widerspiegelt, einem sinnlichen Ritual zu zweit hin. Das Ritual beginnt in einer romantischen Atmosphäre mit einem Bad im See der Nymphen, dem edles ätherisches Lavendel- und Zitronenöl hinzugegeben wird. Im Anschluss daran folgt eine Gesichts- und Körpermassage mit den kosmetischen und organischen Ölen von Lefay und dem typischen Duft von Olivenöl, Zitrusfrüchten und Trauben aus den hiesigen Weinbergen. Genießen Sie einen zauberhaften Moment zu zweit - zwei Seelen im perfekten Einklang und versunken in der Essenz der Natur.

**MO / DO**

**€ 420,00**

pro Paar

(1 Std. 45 Min.)

**FR / SO\***

**€ 462,00**

pro Paar

(1 Std. 45 Min.)



# BEAUTY AND HAIR SPA

---

Professionelle ästhetische Schönheits- und  
Pflegetreatments für das Haar.

01.

## BEAUTY

DEPILATION LADY UND GENTLEMAN

MANIKÜRE

MO / DO	FR / SO*
€ 60,00	€ 66,00

ÄSTHETISCHE PEDIKÜRE

MO / DO	FR / SO*
€ 65,00	€ 72,00

KURATIVE PEDIKÜRE

MO / DO	FR / SO*
€ 75,00	€ 83,00

LEFAY SPA MANIKÜRE

MO / DO	FR / SO*
€ 120,00	€ 132,00

LEFAY SPA PEDIKÜRE

MO / DO	FR / SO*
€ 120,00	€ 132,00

AUFTRAG VON SEMI-PERMANENTEM NAGELLACK

MO / DO	FR / SO*
von € 25,00	von € 28,00

NAGELAUFHELLUNG

MO / DO	FR / SO*
€ 20,00	€ 22,00

AUGENBRAUENFÄRBEN

MO / DO	FR / SO*
€ 30,00	€ 33,00

WIMPERNFÄRBEN

MO / DO	FR / SO*
€ 50,00	€ 55,00

WIMPERNWELLE

MO / DO	FR / SO*
€ 100,00	€ 110,00

TAGES-MAKE-UP

MO / DO	FR / SO*
€ 80,00	€ 88,00

ABEND-MAKE-UP

MO / DO	FR / SO*
€ 90,00	€ 99,00

02.

## FRISEUR

FÖNEN

MO / DO	FR / SO*
von € 45,00 bis € 65,00	von € 50,00 bis € 72,00

HAARSCHNITT DAMEN

MO / DO	FR / SO*
€ 55,00	€ 61,00

HAARSCHNITT HERREN

MO / DO	FR / SO*
€ 45,00	€ 50,00

FÄRBEN

MO / DO	FR / SO*
€ 75,00	€ 83,00

STRÄHNEN (AUFHELLUNG)

MO / DO	FR / SO*
von € 95,00 bis € 125,00	von € 105,00 bis € 138,00

GLOSS (GLANZBEHANDLUNG)

MO / DO	FR / SO*
€ 55,00	€ 61,00

03.

## HAARBEHANDLUNGEN - LA BIOSTHETIQUE MÉTHODE

### MÉTHODE NORMALISANTE

Synergetische Behandlung für stark fettende Kopfhaut

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 20,00</b>	<b>€ 22,00</b>

### MÉTHODE PELLICULES

Synergetische Behandlung gegen Schuppen

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 20,00</b>	<b>€ 22,00</b>

### MÉTHODE RÉGÉNÉRANTE

Synergetische Zusatzbehandlung gegen Haarausfall

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 20,00</b>	<b>€ 22,00</b>

### EPICELAN CLARIFIANT

Sanftes Peeling der Kopfhaut

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 30,00</b>	<b>€ 33,00</b>

### ISOBIOS

Entgiftende Sauna-Behandlung zur Entfernung der Toxine aus der Kopfhaut

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 40,00</b>	<b>€ 44,00</b>

### AMPULLEN-BEHANDLUNG

Bei unterschiedlichen Kopfhautproblemen

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 16,00</b>	<b>€ 18,00</b>

### INTENSIVMASKE

Restrukturierende Intensiv-Maske für beschädigtes Haar

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 20,00</b>	<b>€ 22,00</b>

### PFLEGENDE MASKE MIT ÖLEN

Feuchtigkeits-/Nährstoffbehandlung für leicht geschädigtes Haar.

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 20,00</b> (10 Min.)	<b>€ 22,00</b> (10 Min.)

### PEELING

Detox-Behandlung für die Kopfhaut

<b>MO / DO</b>	<b>FR / SO*</b>
<b>€ 30,00</b> (20 Min.)	<b>€ 33,00</b> (20 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 241887 jederzeit gerne zur Verfügung. Sollte es notwendig sein die Reservierung einer Behandlung zu annullieren bitten wir Sie uns dies mindestens 24 Stunden vorher mitzuteilen im Falle von Arrangements und Programmen bis spätestens 72 Stunden vorher. Andernfalls werden Ihnen die Behandlungen, Arrangements oder Programme in Rechnung gestellt.

## PREISE

Jedes vorgeschlagene Programm und jede Behandlung ist mit einem doppelten Preis versehen: Der erste, mit MO / DO gekennzeichnete Preis gilt, wenn die Aktivität an einem Tag zwischen Montag und Donnerstag durchgeführt wird; der zweite, mit FR / SO gekennzeichnete Preis gilt, wenn die Aktivität an einem Tag zwischen Freitag und Sonntag oder an einem Feiertag durchgeführt wird.

## WAS SIE MITBRINGEN SOLLTEN

Bei Ihrem Check-in erhalten Sie eine SPA-Tasche mit einem Bademantel und Badeschlappen. 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 des 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. Alle Gäste, besonders diejenigen 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

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 SPA AWARDS

---

---

## 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“

---

## 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“ für „I Colori dell'Uomo“

Italian SPA Awards: „BEST DESTINATION SPA IN ITALY“

---

## 2018

---

SLH Awards: SHORTLISTED FINALIST „MOST SENSATIONAL SPA“

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

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

World Luxury SPA Awards: „BEST UNIQUE SPA EXPERIENCE“ IN SOUTHERN EUROPE UND „BEST LUXURY DESTINATION SPA“ IN ITALY

European Health & SPA Award: „BEST SPA DESTINATION“

European Health & SPA Award: „BEST SIGNATURE TREATMENT“ für „Il Cerchio della Luna“

Traveller's World Awards: „FIRST PLACE IN THE TOP 10 SPAS IN THE WORLD“

---

## 2017

---

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

Small Luxury Hotels Awards:  
„MOST SENSATIONAL SPA"

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

European Health & SPA Award:  
„BEST DESTINATION SPA"

Prime Traveller Awards:  
„BEST WELLNESS CLINIC"

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

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

---

## 2016

---

European Health & SPA Award:  
„BEST SIGNATURE TREATMENT"  
für „*Farfalla di Seta*" und „*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"

Condè Nast Johansens Excellence Awards:  
„BEST SPA FACILITIES"

---

## 2015

---

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

Spa Traveller Awards:  
„BEST SPA RESORT (MORE THAN 50 ROOMS)"  
UND "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" UND „WORLD'S BEST 100"

European Health & SPA Award:  
„BEST SPA TREATMENT IN ITALY" für „*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" UND "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" UND „BEST LUXURY  
WELLNESS SPA"

---

## 2012

---

Spafinder Readers' Choice Awards:  
„BEST ECO-SPA", „BEST ACCOMMODATIONS"  
UND "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" UND FINALIST IN DER KATEGORIE  
„BEST FACIAL TREATMENT" FÜR „*Lefay SPA Derma di Luce*"

---

## 2010

---

Gala SPA Award:  
„INNOVATIVE SPA CONCEPT"

Italian SPA Award:  
„ECO-SPA"

2022

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

Reservierungen: +39 0365 241800  
[res.garda@lefyresorts.com](mailto:res.garda@lefyresorts.com)

Lefay SPA: +39 0365 241887  
[spa.garda@lefyresorts.com](mailto:spa.garda@lefyresorts.com)

[lefyresorts.com](http://lefyresorts.com)  
[lefyshop.com](http://lefyshop.com)

[lefayresorts.com](http://lefayresorts.com)