



SPEZIFISCHE GESUND-
HEITSPROGRAMME

ANTISTRESS

03.

SPEZIFISCHE GESUNDHEITS- PROGRAMME

Das Wissenschaftliche Komitee hat sechs spezielle Programme mit unterschiedlichen Zielsetzungen ausgearbeitet: Gewichtsabnahme, Stressabbau, Verbesserung der körperlichen Verfassung, Reduzierung der Zeichen der Zeit, Entgiftung, Verbesserung der Schlafqualität.

Der menschliche Körper bildet eine Gesamtheit von Energieflüssen in beständiger Aktivität und dem dauernden Versuch, das Gleichgewicht zwischen den äußeren Reizen und den inneren Emotionen zu finden. Wir versuchen stets, diesen Zustand zu erreichen, um gesund zu bleiben und uns wohl zu fühlen. Das *Recupero dell'Energia Originale* hat zum Ziel, den Organismus neu zu programmieren, damit so die nötigen Ressourcen wieder stimuliert werden, die uns helfen, dieses Ausbalancieren der Kräfte wiederherzustellen. Die Wirksamkeit der Behandlungen wird durch die Messung der Herzfrequenz nach mathematischen Modellen überwacht, die die Änderungen des Zustands des Nervensystems als Stressindikator berechnen.

- 3 Aktivitäten zur Wiederherstellung des körperlichen und energetischen Gleichgewichts (Qi Gong)
- 2 Sitzungen mit Atemübungen
- 1 Geführter Spaziergang im energetisch-therapeutischen Garten
- Zutritt zur Lefay SPA Welt
- Abschließendes Gespräch mit ANS*-Überwachung

€ 2.290,00 (Übernachungskosten nicht inbegriffen)

* Autonomes Nervensystem | ** Fakultativ und im Preis nicht inbegriffen

ANTISTRESS

Recupero dell'Energia Originale ab 5 Nächte

- Einführung in das Programm
- Energetische Erst-Untersuchung mit ANS*-Überwachung
- Medizinische Zwischenbilanz
- Anti-Aging-Check (Oxidativer Stress und Anti-Aging)**
- Frühstück, Mittagessen und Abendessen
kalorienarmes Lefay SPA Menu (5 Tage)
- Personalisierte Phytotherapie
- 1 Lefay SPA Massage *La Finestra del Cielo*
- 2 spezifische Akupunktursitzungen
- 1 Moxibustion
- 2 spezifische Antistress-Tuina-Massagen *L'Essenza*
- 2 Energetische Lefay SPA Antistress Körper Massage *La Quiete*
- 1 Energetische Lefay SPA Fußreflexzonen-Massagen
- 1 Bad im Salzsee *La Luna nel Lago*