



SPA À LA CARTE

SPA À LA CARTE

Un'ampia offerta che comprende massaggi occidentali, trattamenti e rituali delle diverse tradizioni orientali tra cui l'Ayurveda e trattamenti viso e corpo di talassoterapia.

01.

TALASSOTERAPIA

Terapia antichissima, le cui origini risalgono ai greci. Sfrutta l'azione sinergica delle preziose sostanze contenute nelle alghe e nei derivati marini, tra cui minerali ed oligoelementi, per regalare al corpo bellezza, forma e nuova energia.

IMPACCHI CORPO E BAGNI

IMPACCO CON ALGHE MARINE

Un vero toccasana per l'organismo: ricchissime di vitamine, oligoelementi e sali minerali, grazie all'impacco su tutto il corpo, le alghe hanno un effetto tonificante, snellente e detossinante e aiutano a combattere la cellulite drenando i tessuti. Il trattamento si conclude con un breve massaggio.

€ 110,00 (60 min.)

BAGNO AL SALE E ALGHE MARINE

Bagno effettuato nella vasca idromassaggio Florida dove l'azione sinergica del sale marino e delle alghe, abbinata all'azione dei vari programmi di massaggio della vasca, permette un'azione efficace nelle varie zone del corpo da trattare. Migliora la circolazione e dona un effetto snellente, drenante e rilassante.

€ 60,00 (20 min.)

LAGO SALINO

La Luna nel Lago

L'elevata temperatura, di circa 36°- 38°C, permette al corpo di assorbire gli oligoelementi e i minerali del sale marino disciolto nell'acqua. Ha l'effetto drenante, disintossicante e rilassante. Durata 30 min. da alternarsi tra bagno e relax. Consigliato con tutti i trattamenti di talassoterapia.

€ 30,00 a persona (fino a 6 persone)

€ 80,00 a coppia (uso esclusivo)

TRATTAMENTI CORPO E VISO

GEL MINERALG - DRENANTE DETOX

Per alleggerire la silhouette e ritrovare la leggerezza nelle gambe.

€ 100,00 (60 min.)

COMPOSTO MINERALG - RIDUCENTE

Un composto a base di alghe, Calcio Marino ed essenza di Pino per affinare la silhouette agendo sugli accumuli di adipe.

€ 100,00 (60 min.)

TRATTAMENTO RIDUCENTE TONIFICANTE

Addome - Cosce

Per le persone che desiderano eliminare i pannicoli adiposi, affinare la silhouette e avere un ventre piatto.

€ 100,00 (60 min.)

PURIFICANTE / DINAMIZZANTE

Aquarelle alle alghe marine

Trattamento profondo per pelli molto impure o acneiche. Un vero trattamento di "Talasso del viso" per purificare, dinamizzare e riequilibrare le funzioni vitali della pelle. Ottimo per coloro che non eseguendo una pulizia del viso da tempo o avendo una pelle particolarmente impura necessitano di una detossinazione e pulizia più profonda.

€ 150,00 (90 min.)

02.

MASSAGGI OCCIDENTALI



BENVENUTO LEFAY

Massaggio alla schiena volto a rilassare la muscolatura del dorso. Dona una profonda sensazione di benessere grazie agli oli essenziali purissimi di Lavanda e Limone, aromi tipici del Lago di Garda.

€ 45,00 (20 min.)



CERVICO DORSALE DECONTRATTURANTE

Rilassa la muscolatura e dona un immediato sollievo a tutte le zone contratte della schiena.

€ 75,00 (30 min.)



CALIFORNIANO

Massaggio riposante e calmante che, grazie ai movimenti dolci e fluidi, leggeri o più profondi, libera la mente dai pensieri e dona benessere psicofisico. Dedicato a chi cerca un momento di vero relax, a chi vuole ricevere un massaggio avvolgente e delicato. Favorisce un rilassamento che giova soprattutto alle persone stressate e sovraffaticate.

€ 100,00 (50 min.)



CONNETTIVALE

Riattiva la circolazione e migliora il trofismo dei tessuti grazie alle manovre di scollamento profondo del tessuto connettivo. La pelle torna elastica e compatta ed il corpo ritrova leggerezza.

€ 100,00 (50 min.)



RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Sui piedi troviamo riflesso l'intero corpo umano. Con delle pressioni profonde e leggere, cerchiamo di ristabilire un equilibrio all'interno del corpo, massaggiando i piedi con modalità corrispondenti al nostro stato psico-fisico e quindi partendo da una visione olistica volta all'aumento della consapevolezza e al risveglio delle risorse che ognuno di noi ha dentro di sé.

€ 100,00 (50 min.)



CRANIO-SACRALE OLISTICO

Attraverso il trattamento del cranio, dei muscoli del collo, del trapezio, dei paravertebrali e del sacro, il massaggio scioglie i dolori e le tensioni della colonna vertebrale, riallineandola ad una corretta postura. Stimola la sfera emozionale favorendo l'equilibrio tra il conscio e l'inconscio, armonizzando il sistema nervoso ed ormonale con un effetto rilassante.

€ 110,00 (50 min.)

€ 140,00 (75 min.)



TRATTAMENTO PLANTARE RILASSANTE KIDS

Un breve e piacevole trattamento per bambini, molto rilassante, con benefici sulla circolazione e sulle piccole tensioni muscolari.

€ 45,00 (20 min.)



DEEP TISSUE

Tecnica di massaggio finalizzata al trattamento della muscolatura profonda del sistema mio-fasciale, in grado di agire su strutture difficilmente trattabili con altre metodologie.

€ 115,00 (50 min.)



EMOLINFATICO

Migliora la circolazione del sangue ed ha una spiccata azione drenante. È ideale per rimodellare la silhouette e donare leggerezza al corpo. Ideale l'abbinamento con i trattamenti di estetica corpo.

€ 100,00 (50 min.)

CON FANGO CALDO AROMATICO

Particolarmente piacevole perché realizzato con i fanghi caldi Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*. Ricchi di Oli, Argille, Solfati e Marillonite svolgono un'azione osmotica detossinante ed antiossidante.

€ 120,00 (60 min.)

CANDLE MASSAGE

Massaggio rilassante effettuato con gli oli caldi delle candele profumate. Scioglie le tensioni, dona al corpo nuove e piacevoli sensazioni.

€ 100,00 (45 min.)

MASSAGGIO MODELLANTE VISO

Azione modellante, tonificante e drenante ottenuta attraverso l'abbinamento di manovre eseguite lungo l'impianto di tutti i muscoli pellicciai del viso. Dinamizza le fibre elastiche e stimola la produzione di collagene, rafforza la compattezza e ridona vita alle pelli stanche. L'utilizzo dell'Olio Cosmetico organico Anti-età Lefay SPA accelera la rigenerazione della pelle.

€ 100,00 (40 min.)



TRATTAMENTI PRE MAMAN

Specifici sia per le donne in dolce attesa (dopo il 4° mese) sia durante il periodo dell'allattamento. Permettono di ritrovare velocemente la forma, idratando la pelle in profondità e rendendola più elastica.

Massaggio idratante e drenante all'Olio Extravergine d'Oliva Lefay

€ 90,00 (50 min.)

Massaggio *Gambe Leggere*

€ 50,00 (30 min.)



TRATTAMENTO PLANTARE RILASSANTE

Dolce Attesa

Dolce massaggio plantare mirato alla stimolazione del drenaggio linfatico, migliora e favorisce la circolazione sanguigna ed ha un effetto rilassante sul sistema nervoso.

€ 80,00 (30 min.)

03.

MASSAGGI E RITUALI ORIENTALI



NEI GONG TUINA 推拿

Il Tui Na (tūi significa premere e ná, afferrare) è un'antichissima tecnica di massaggio cinese che risale alla dinastia Ming (400 a.C.). Agisce riequilibrando lo Yin e lo Yang dissolvendo i blocchi energetici e rafforzando il sistema immunitario. Dolce, energico, continuo e profondo, sono gli aggettivi che ben descrivono questo massaggio; la sua azione si integra perfettamente con l'agopuntura, la moxibustione e la coppettazione. Ideale nel riequilibrare la sfera emozionale e nel trattare sintomi come cefalea, insonnia, dispepsie, dolori lombari, cervicalgie e periartriti scapolo-omerali.

€ 115,00 (50 min.)



GUA SHA VISO

Un innovativo massaggio viso creato secondo i principi della bellezza olistica. Il *Gua Sha* è un'antica pratica della Medicina Cinese diffusa principalmente in Asia. Specifici strumenti di giada o corno vengono ripetutamente passati sulla pelle del viso per drenare i canali energetici e attivare la circolazione del sangue. Questa tecnica è associata ad un massaggio ad azione tonificante eseguito con Olio d'Oliva. L'ovale del viso viene ridisegnato, la pelle ritrova la sua innata luminosità e si avverte una piacevole sensazione di profondo rilassamento.

€ 115,00 (50 min.)



GUA SHA GAMBE

Massaggio ad azione drenante e anticellulite eseguito mediante il *Gua Sha*, tecnica cinese che stimola le zone dei canali e degli agopunti di accumulo secondo manipolazioni specifiche, concentrandosi in particolare sulle zone di gambe e glutei. Immediatamente le gambe avvertono una piacevole sensazione di leggerezza, grazie all'azione drenante delle manualità, che rimodellano la silhouette e tonificano la pelle.

€ 115,00 (50 min.)

SHIATSU

In questo trattamento si utilizza una tecnica basata sulla pressione perpendicolare, mantenuta costante e volta a risvegliare la forza vitale e la capacità di auto guarigione presente in ognuno di noi. Lo Shiatsu può alleviare condizioni di dolore fisico e psicologico (come angoscia, sconforto ecc.). Dona un immediato benessere e induce uno stato di completo rilassamento, infine permette all'organismo di ritrovare l'equilibrio e l'armonia con se stesso e con l'ambiente circostante.

€ 125,00 (65 min.)

ASHIATSU

Antica tecnica di massaggio che sfrutta la pressione dei piedi, seguendo il flusso dei meridiani Yin (della Terra) e Yang (del Cielo). Distribuisce le tensioni localizzate, riequilibrando il flusso del Qi e liberando le articolazioni; aiuta ad allungare la colonna vertebrale e migliora la postura. Aumenta la consapevolezza fisica, mentale ed emozionale.

€ 120,00 (60 min.)



DORSALE TIBETANO

L'azione combinata di manovre rilassanti, spugnature calde e coppettazione conferisce benessere e relax alla schiena. Il suono delle campane tibetane risveglia le zone corporee più silenziose che hanno perso l'elasticità e la capacità di essere in armonia con l'intero organismo.

€ 110,00 (50 min.)



LOMI LOMI

Massaggio dell'antica tradizione hawaiana, effettuato attraverso movimenti definiti Hula, manipolazioni lunghe, quasi sfioramenti, che alternano ritmo e intensità come una danza. Molto gradevole e rilassante, allevia lo stress accrescendo l'energia del corpo.

€ 125,00 (50 min.)



STONE THERAPY

Si effettua con pietre vulcaniche calde che trattengono il calore, rilasciandolo lentamente. Indicato per dolori muscolari, reumatici e mal di schiena. Migliora la mobilità dei muscoli e delle articolazioni. È molto benefico per l'umore e il benessere dello spirito.

€ 150,00 (80 min.)

THAI

Massaggio che esercita pressioni sulle linee energetiche attraverso l'uso del palmo della mano e del pollice. Abbinato allo stretching passivo di tutti gli arti, migliora la circolazione e rende il corpo più elastico.

€ 135,00 (60 min.)

AYURVEDA

Dalla radice sanscrita *Ayur* che significa "vita" e *Veda* che significa "scienza", antica disciplina indiana praticata per curare l'individuo in modo naturale e armonizzare i tre *Dosha*: VATA il movimento, PITTA il metabolismo, KAPHA la struttura.



SNEHANA

Oleazione del corpo con movimenti armonici e avvolgenti per riequilibrare l'energia del corpo. Gli oli caldi apportano calore oltre ad idratare la cute.

€ 100,00 (45 min.)



SHIRO-DARA CON MASSAGGIO TESTA

La colata d'olio di sesamo sulla fronte, unita al massaggio distensivo su testa e collo, lascerà svanire ogni tensione.

€ 90,00 (30 min.)



ABHYANGA

Massaggio energizzante caratterizzato da movimenti armonici che creano calore per eliminare le tossine dette AMA. La schiena è alleggerita e tonificata. Un massaggio finale alla testa e al collo distende e rilassa.

€ 145,00 (80 min.)

RITUALE POLINESIANO

Un viaggio tra i profumi polinesiani. La prima tappa è Taha'a, l'Isola Vaniglia, con un gommage a base di fibre di Guscio di Cocco, Sabbia Bianca, Vaniglia e Sale Marino. Si passa poi a Manihi, dove il corpo viene purificato e idratato nel Bagno delle Lagune. Il viaggio prosegue a Bora Bora, dove il corpo si abbandona al ritmo dei Tuiponos con un massaggio rilassante. Il rituale si conclude a Raiatea, l'isola sacra, dove il corpo viene sublimato con l'Olio Sacro Polinesia.

€ 280,00 (2 ore, 15 min.)

RITUALE DELL'HAMMAM

Nella Private SPA Ovidio, dall'antica tradizione mediorientale, una rivisitazione Lefay SPA del rituale di purificazione per viso e corpo. Si inizia con un bagno di vapore (calidarium) per preparare la pelle all'esfoliazione con il sapone nero e il guanto Kassa, segue l'impacco con Rassoul, per finire con un'oleazione rilassante al Burro di Karitè puro. Ogni fase del rituale al corpo verrà accompagnata da quella al viso con prodotti naturali a base di sapone nero, Olio d'Argan, Latte d'Asina ed Essenza di Rosa per un risultato finale di massimo relax e splendore per la pelle.

€ 280,00 versione long, per viso e corpo
(2 ore, 30 min.)

€ 230,00 versione short, solo per il corpo
(2 ore)

RITUALE AL BURRO DI KARITÈ CON OLIO D'ARGAN

Particolarmente indicato per le pelli secche, ha un effetto idratante e nutriente, lascia la pelle liscia e morbida. Questo trattamento si avvale delle eccezionali proprietà dell'Olio d'Argan e Burro di Karitè: antiossidante, emolliente, idratante e fortemente elasticizzante.

€ 150,00 (75 min.)

* I Rituali possono essere eseguiti in coppia nelle Private SPA Lefay.