

Harper's

BAZAAR

ИЮЛЬ 2013

156

БЛЕСТЯЩИХ
ИДЕЙ

ЧАСЫ
И БРИЛЛИАНТЫ

Гвинет
Пэлтроу

ИЕЕ
СЕКРЕТЫ
КРАСОТЫ

SPA

НА МОРЕ,
В ГОРОДЕ
И ДОМА



16+

4 606895 000031 13007

ОЗЕРО ЗДОРОВЬЯ

Наслаждаясь изумительными видами итальянского озера Гарда, Рузанна йжембетова испытала на себе чудеса китайской медицины.



ТЕРРАСА ВОЗЛЕ БАССЕЙНА

Оказавшись в Италии на холмистом побережье знаменитого озера Гарда, я поняла, почему многие голливудские звезды приобретают здесь недвижимость. Сказать, что местные пейзажи красивы, а воздух свеж, – не сказать ничего. Лучшего расположения для спа-отеля, где можно не только расслабиться, но и, к примеру, избавиться от бессонницы, не придумать. Так что владельцы Lefay Resort & Spa (семья Леали) сделали безошибочный выбор!

Спа-центр предлагает целый комплекс научно обоснованных программ Lefay Spa Method, направленных на нормализацию сна, снижение

веса и даже коррекцию осанки, а также антистрессовую терапию. Все они разработаны именитым доктором Маурицио Коррадином, который лично консультирует каждого гостя и назначает процедуры. Коррадин сочетает методики современной западной медицины и древней китайской: «Сначала мы обязательно изучаем организм в целом. Ведь бывает, что с позиций традиционной медицины человек считается здоровым, но после обследования по китайским методикам мы обнаруживаем у него энергетический дисбаланс, который часто и является причиной нарушения сна, стресса и даже головных и поясничных болей. Восстановление

баланса в таком случае и будет панацеей». Для этого здесь применяют как иглоукалывание, так и менее известные методы – например, моксотерапию (воздействие разогретыми полынными сигарами на определенные точки с целью восстановить ток энергии). Тем же, кто не готов к экспериментам или панически боится иголок, легкую форму стресса предлагают устранить с помощью более привычного массажа и сауны (паровой, ароматической, скандинавской, оливковой).

Если у вас проблемы с суставами, обязательно загляните в соляной грот с поэтичным названием La Luna nel Lago: теплая вода, насыщенная полез-



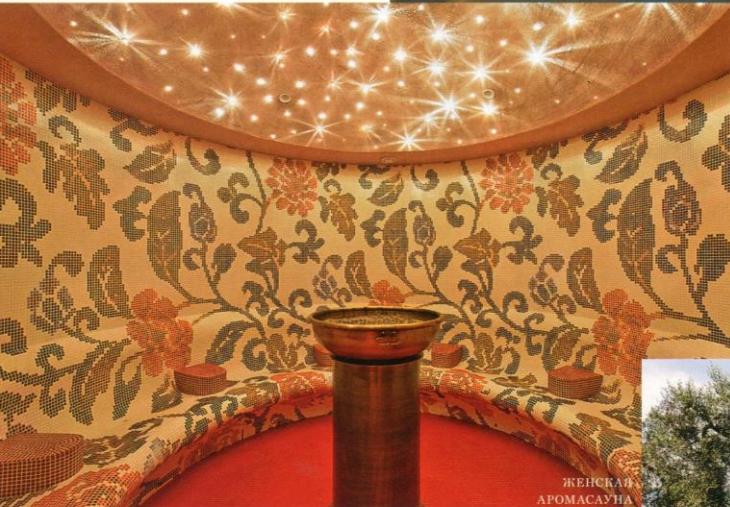
НАУЧНЫЙ ПОДХОД Доктор Маурицио Коррадин – специалист в области хирургии, спортивной медицины, иглорефлексотерапии, фитотерапии, диетологии.

БОНУС

Для закрепления оздоровительного эффекта я привезла домой именной чай, собранный для меня из трав по индивидуальному рецепту. Свой чай здесь полагается каждому гостю.



ЗОНА БАССЕЙНА



ЖЕНСКАЯ АРОМАСАУНА

УЖЕ НА ПЕРВОМ СЕАНСЕ
Я ПОЧУВСТВОВАЛА РАССЛАБЛЕНИЕ
НЕ ТОЛЬКО В МЫШЦАХ, НО И В МЫСЛЯХ.



ОКРЕСТИСТИ
ВБЛИЗИ ОТЕЛЯ

СРЕДСТВА

В Lefay Spa работают на средствах собственной одноименной косметической марки. Их можно приобрести в спа-бутике на территории отеля.



Скраб *Unico Cielo*
и крем для кожи
вокруг глаз
Verdeblu.
Все *Lefay Spa*.



ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Рестораны *Lefay Resort & Spa* специализируются на средиземноморской кухне.

мой пульс и осмотрев язык, он пришел к выводу, что мой внутренний источник жизненной энергии находится в ослабленном, приглушенном состоянии. И это может быть причиной нарушения сна! Выяснил, что я не испытываю страха перед иголками, Коррадин назначил курс акупунктурных процедур (которые делал собственноручно) и моксотерапию. Уже на первом сеансе я почувствовала расслабление не только в мышцах, но и в мыслях. И такого эффекта мне еще не удавалось достичь ни на одном антистресс-массаже!