

# AEROFLOT ЯНВАРЬ 2014 WORLD



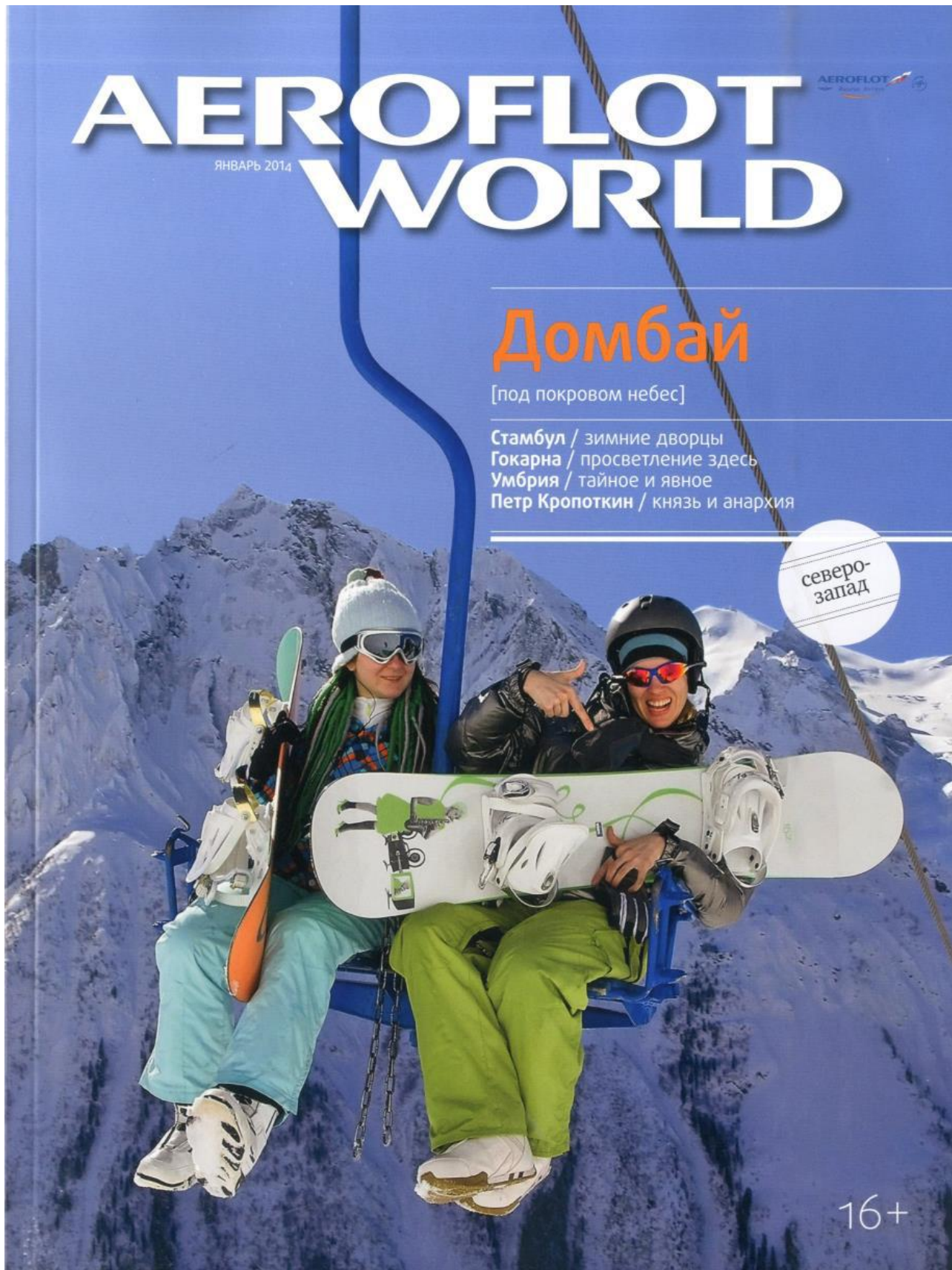
## Домбай

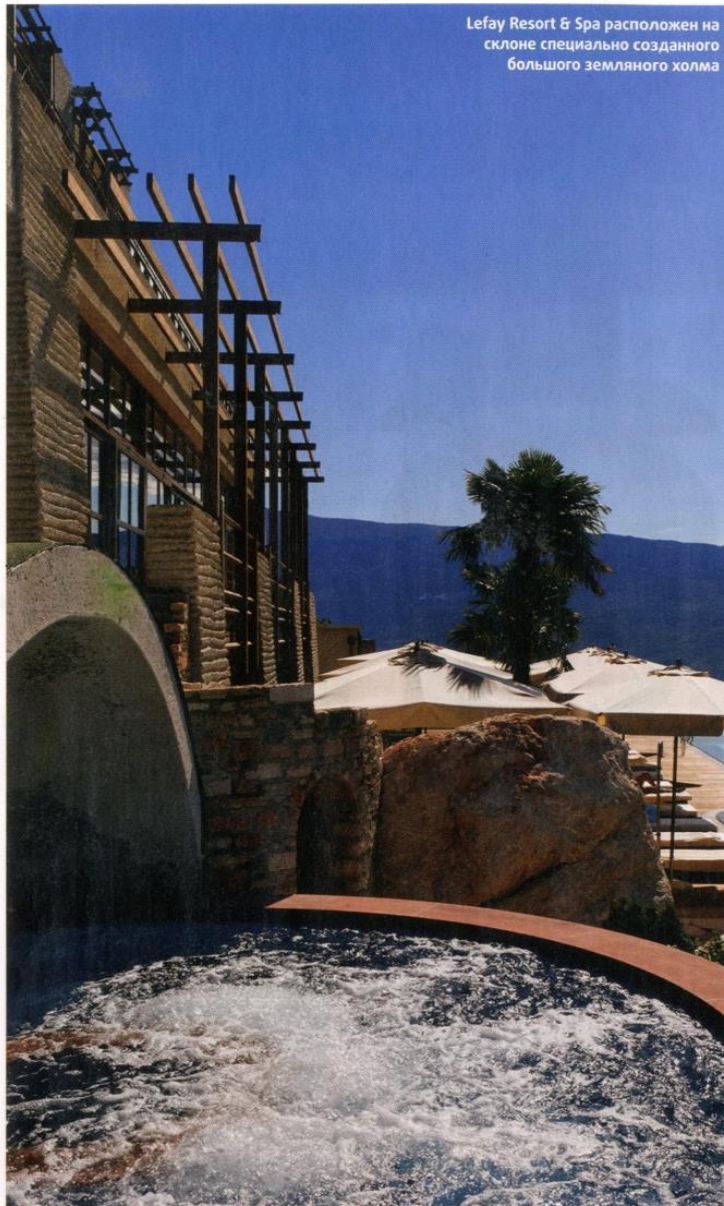
[под покровом небес]

Стамбул / зимние дворцы  
Гокарна / просветление здесь  
Умбрия / тайное и явное  
Петр Кропоткин / князь и анархия

северо-  
запад

16+





Lefay Resort & Spa расположен на склоне специально созданного большого земляного холма



Основной ингредиент фирменной натуральной косметики Lefay Spa — оливковое масло

## У озера

*Здоровыми и счастливыми хотят быть все, но как? Секрет откроют в пятизвездочном Lefay Resort & Spa, что у озера Гарда: специально для гостей курорта медицинские светила разработали особую методичку.*

ТЕКСТ • МАРГАРИТА МАЗУРОВА

**Н**ачать жить правильно, в согласии с самим собой и окружающим миром, можно хоть с этого месяца: в отличие от других курортов севера Италии, этот открыт круглый год. Lefay Resort & Spa — это 11 га природного парка с оливковыми и лимонными садами и потрясающим видом на самое большое озеро Италии, это изумительная здоровая еда и современные просторные номера с отделкой из итальянского мрамора и древесины грецкого ореха. Но все-таки основной плюс отеля, то, ради чего сюда съезжаются люди со всех концов света, — это великолепный спа и фирменный спа-метод Lefay, помогающие восстановить жизненную энергию и достичь гармонии души и тела.

Даже те, для кого самые помпезные спа-комплексы мира как дом родной и кого трудно в этом смысле чем-нибудь удивить, от Lefay Spa будут под впечатлением. 3000 кв. м на трех этажах здания занимает эта «фабрика по производству здоровых людей». Проще сказать, чего здесь нет, чем перечислить все, что есть. К услугам гостей — 21 процедурная комната и три тематических зоны спа-царства. Разнообразные спортплощадки и всевозможные оздоровительные маршруты в парке — в отделении «В тиши под звездами: трилогия воздуха». В зоне «Природа и фитнес» кроме большого

спортзала с новейшим оборудованием для тренировок есть фитнес-зал для групповых и индивидуальных занятий. А «Мир воды и огня» — это бассейны с морской водой, гроты — в них так хорошо расслабиться! — и маленькие искусственные озера. Здесь же и сауны: с самыми разными температурными режимами, обычные финские, изысканные ароматические, оливковые (что с панелями из оливковой древесины), парные, туманные. Есть и специальная сауна для женщин — с особо мягким цветочным паром.

Спа-меню курорта предлагает столь широкий выбор, что нетрудно растеряться: процедуры фито-, физио-, рефлекс- и кинезиотерапии, различные массажные методики, ритуалы аюрведы. Но ломать голову над тем, что же выбрать, не придется — это сделает доктор Маурицио Коррадин. Гуру восточной медицины, иглоукалывания и мануальной терапии, он — член научного комитета, разработавшего спа-метод Lefay, который объединил древние практики классической китайской медицины с современными западными разработками. Побеседовав с вами, посмотрев на цвет кончика языка (он, оказывается, говорит о многом!) и проверив пульс (в процессе доктор чуть ли не насквозь видит не только сердце, но и другие внутренние органы!), синьор Коррадин вынесет свой вердикт. Поняв, к какому именно из пяти видов стихий — вода, земля, огонь, металл или дерево — вы относитесь, он разработает индивидуальную программу оздоровления. Ее цель — повысить циркуляцию энергии QI, проще говоря, восстановить жизненную силу, что достигается правильным сочетанием спа-процедур, массажей, спортивных тренировок и занятий на свежем воздухе.

Благодаря столь серьезному подходу, некоторые гости Lefay Resort



В туманной сауне влажностью 98 % формируется многослойное облако разных температур, снимающее напряжение



Мебель в номерах курорта сделана по заказу из натуральных тканей и местных природных материалов



В озере с соленой водой La Luna nel Lago расслабляется тело и выводятся токсины

& Spa умудряются улучшить состояние здоровья, перестать нервничать по пустякам и примириться с несовершенством окружающей действительности всего за два дня пребывания. Но рассчитывающим на стойкий эффект придется задержаться здесь подольше, тем более если предстоит решить несколько проблем одновременно. Максимально восстановиться и буквально начать все сначала помогут пять базовых программ курорта: по похудению, по омоложению лица и тела, по корректировке осанки и нормализации сна, а также фитнес-программа. Если суметь пройти их все, можно считать себя заново рожденным. ● [www.lefayresorts.com](http://www.lefayresorts.com)

## инфо

Один из секретов успеха программы — оптимизм и радушие персонала. Владельцы курорта семья Леали, PR-директор Анна Мальвези, доктора и спа-эстетисты общаются с вами так, как будто всю жизнь ждали этого момента.

В ресторане La Grande Limonaia вкусно и полезно: низкокалорийные и традиционные итальянские блюда тают во рту.

В итоговом отчете о состоянии здоровья, который получает каждый гость, указаны рекомендации по диете и специальные упражнения, позволяющие вести здоровый образ жизни.

Покидая курорт, не забудьте захватить с собой «свой» травяной чай! Подобранный фитотерапевтом специально для вас, он усилит и продлит эффект от процедур.