

Bekennen Sie

Farbe!

Der Trend für Mode,
Beauty und Design

Kleider im Stil
von Brigitte Bardot

- **GEWINNEN SIE:**
VERWÖHNFERIEN IM
WALDHAUS FLIMS
- Husmann/Tschaeni
das Künstler-Duo startet durch
- Mia Wasikowska
Hollywoods neuer Star
- **Kostümpreis 2010**
Theater Luzern
Die Finalisten des Wettbewerbs

Spa-Spezial
Die 5 schönsten
Wellness-Oasen
in Europa

SPA- SPEZIAL

die schönsten wochenend-oasen



Die Schweiz, Italien, Frankreich und Spanien: Bolero stellt Ihnen die spannendsten Spas Europas vor. Vom Tophotel in Barcelona bis zur «Ile aux Oiseaux» in Bordeaux (Foto) mit der exklusiven Martin-Margiela-Suite. Perfekt, um sich mit einer Freundin oder dem Liebsten eine Auszeit zu nehmen und neue Kraft zu tanken.



Gargnano, Gardasee | Der Weg zur inneren Balance Im Lefay Resort & Spa wird mit eigenem Gesundheitskonzept und in wunderschöner Landschaft entspannt.

TEXT: TINA BREMER

Einen Helikopterlandeplatz gibt es nicht. Obwohl die Besitzer des Lefay Resorts, Familie Leali, auch Gründer der Fluggesellschaft Air Dolomiti sind. Mittlerweile hat man sich jedoch von dem emissionsreichen Geschäft verabschiedet und eine 180-Grad-Wende absolviert. Das Lefay Resort & Spa an der Zitronenküste des Gardasees ist das erste von drei geplanten Destination Spas und Vorzeigeprojekt für den italienischen Tourismus.

Sechs Kilometer winden sich die Serpentina den Berg hinauf, bevor das Tor des Lefay Resorts erreicht ist. Nur Hotelgäste erhalten Zutritt, Schaulustige und der Alltag müssen draussen bleiben. «In Italien gibt es nicht viele 5-Sterne-Hotels und wenige sind auf Wellness ausgerichtet», erzählt die Direktorin Cinzia Zanella. «Weil wir ein Destination Spa sind, war es uns wichtig, dass unsere Gäste ihre Ruhe haben und nicht durch Tagesbesucher gestört werden.» Fast können einem die Abgewiesenen leid tun. Denn der Blick auf den Gardasee und die kleinen Dörfer, die wie Puppenhaus-Ansammlungen in der Landschaft stehen, ist von hier oben traumhaft schön.

Noch bemerkenswerter als die Lage ist das Hotel selbst. «Das Hotel operiert sehr umweltbewusst», sagt Zanella. «Die Bäder und Saunen werden mit Solarenergie und Holzschnitzeln geheizt, der Garten wird mit Regenwasser bewässert.» Das naturnahe Konzept zieht sich auch durch die 90 Suiten, die allesamt zum See ausgerichtet sind. Das Parkett wurde aus einheimischem



Dr. Maurizio Corradin leitet das Spa des Lefay Resorts. Der Chirurg hat in Mailand und Rom gelehrt und ein Buch über traditionelle chinesische Medizin herausgegeben.

Olivenbaumholz gefertigt, die Möbel aus Nussbaum, die Badezimmer sind mit rotem Marmor aus Verona ausgestattet. Statt einer Klimaanlage regelt unterschiedlich temperiertes Wasser, das durch Boden und Decke fließt, die Temperatur.

Um zu den Zimmern zu gelangen, führen alle Wege durch das Spa. Das Herzstück des Lefay Resorts ist die Rezeption, von der man auch zu den Saunen, Dampf- und Schwimmbädern sowie zum Salzpools gelangt. Ziel der von Dr. Maurizio Corradin entwickelten «Lefay Spa Method» ist es, dem Körper verloren gegangene Energie zurückzugeben. Wer Glück hat, wird vom Dottore persönlich behandelt. Zunächst wird ein Check-up-Gespräch geführt, um herauszufinden, was den Körper aus dem Gleichgewicht gebracht hat. Anschliessend arbeitet Corradin mittels eines Baukasten-

systems ein Programm aus, das aus Massagen, Bädern und der richtigen Ernährung besteht. So soll die innere Balance wieder hergestellt werden.

Im Gegensatz zu einer traditionellen Massage konzentriert sich die Methode von Corradin, die eine Verbindung von westlicher und chinesischer Medizin ist, auf die Meridiane des Körpers. Sind die Energielinien blockiert, reagiert der Körper mit Verspannungen und Stress. Langsam arbeitet Corradin sich an Hals und Nacken entlang, drückt sanft mit den Fingerspitzen dort, wo die stärksten Verspannungen sitzen. Die Berührungen sind leicht und zwischendurch meldet sich leiser Zweifel, ob durch das Stimulieren der Energiepunkte tatsächlich die Muskeln gelockert werden können. Aber spätestens am nächsten Tag, wenn man sich so ausgeruht fühlt wie schon lange nicht mehr, wird die Frage hinfällig.

Lefay Resort: Fantastische Aussicht auf den Gardasee, Zimmerpreise sind inklusive Halbpension. Das Restaurant serviert ausgezeichnete mediterrane Gerichte, wer auf die Figur achtet, kann von den leichten Menüs der «Lefay Vital Gourmet»-Küche schlemmen. DZ inkl. Halbpension ab Euro 390.–. Lefay Resort, Via Angelo Feltrinelli, 118, Gargnano, Italien, Tel. +39 0365 241800, www.lefayresorts.com

Behandlungen: z.B. «Scambio nel vento», entspannende Massage (50 Minuten) Euro 120.–; «Derma di Luce», energetische Gesichtsmassage (50 Minuten) Euro 120.–

Anreise: Mit dem Zug von Zürich in 5 Stunden nach Desenzano, von da aus ca. eine Stunde mit dem Bus nach Gargnano. Das Hotel kann einen Transfer organisieren.