



## LEFAY SPA

Lefay SPA fonde i principi della Medicina Classica Cinese con la ricerca scientifica occidentale per raggiungere il completo benessere individuale.

Fin dalle sue origini, **la Medicina Classica Cinese** si è concentrata su quel fenomeno che è definito stress e che rappresenta una delle maggiori cause di disagi e malattie.

Dal mondo occidentale Lefay SPA Method utilizza i risultati della **ricerca scientifica**, usufruendo delle conoscenze che quest'ultima ci propone riguardo lo stress, l'infiammazione, la nutrizione, il processo di invecchiamento e l'aspetto emozionale.

Sin dal principio, l'obiettivo di Lefay SPA Method è stato mirato al totale riequilibrio di corpo, mente e spirito attraverso la ricerca della **salute nella consapevolezza**.

Questo significa occuparsi di sé stessi in modo responsabile, naturale e sano ogni giorno.

Il nostro obiettivo è fornire ai nostri Ospiti gli strumenti per **abbracciare il cambiamento** e accompagnarli in un percorso in cui imparare ad ascoltare e ascoltarsi, per trovare la propria direzione.

### IL COMITATO SCIENTIFICO LEFAY SPA

La filosofia Lefay SPA è stata ideata dal Comitato Scientifico Lefay SPA Method, costituito da un Team di medici specializzati nelle diverse discipline olistiche a livello internazionale:

**Dott. Carlo Barbieri:** Presidente del Comitato Scientifico Lefay SPA Method e membro del British Acupuncture Council.

**Dott. Stefania Doria:** Medico Psichiatra, Psicoterapeuta e Agopuntore, tiene molto all'approccio mirato alla persona prima che al paziente.

**Dott. Andrea Armellini:** Esperto in radioestesia, geobiologia, geopatie e medicina vibrazionale. È uno dei massimi esperti di fitoterapia.

**Gabriele Filippini:** Insegnante di Qi Gong e Nei Gong Tuina, ha studiato con alcuni dei più grandi maestri cinesi. È membro del Comitato Scientifico di Regione Lombardia.



## LE STRUTTURE

Le SPA Lefay sono il cuore pulsante di ogni Resort, coerentemente con il concetto di benessere olistico, che può essere vissuto in ogni momento del soggiorno dell'Ospite. Entrambe ricoprono superfici di oltre 4.000 mq e si articolano in diverse aree: il **Mondo Acqua e Fuoco**, che offre piscine e idromassaggi interni ed esterni riscaldati, nonché saune e bagni di vapore di diverse tipologie con aree relax dedicate; un'area per il **fitness e le attività di riequilibrio fisico-energetico** e un'ampia area di **stanze trattamenti**, progettate a seconda delle diverse tecniche specifiche utilizzate.

## PERCORSI ENERGETICI TERAPEUTICI

Il percorso energetico terapeutico è parte integrante della vacanza benessere Lefay SPA. Si fonda sul **concetto di energia** (il Qi), che si muove ciclicamente tra i due poli Yin e Yang. Nel corso degli anni si è evoluto nella teoria "delle cinque fasi o movimenti", che a seconda della stagione o della parte della giornata, dominano una sull'altra in un ciclo continuo e infinito garantendo **l'equilibrio del mondo e della vita**.

Essendo tutto ciò che esiste riferibile a queste cinque fasi, esse possono essere collegate alle stagioni, ai colori, alle direzioni, alle parti e alle componenti del corpo umano.

I Percorsi Energetici Terapeutici sono stati realizzati secondo tali principi e si compongono così di cinque aree denominate **Drago Verde** (il rinnovo della natura, la primavera - per persone con tensioni muscolari ed emotive), **Fenice Rossa** (il culmine dell'energia, l'estate - per persone che vivono momenti di agitazione), **Tigre Bianca** ( il luogo metaforico della raccolta - per chi vive spesso in uno stato di malinconia o stanchezza), **Tartaruga Nera** (la stazione del rapporto con sè stessi - per chi ha difficoltà a dormire o vive in uno stato di blocco e paura) e **Il Centro** (la stagione di passaggio - luogo dedicato a chi spesso rimugina), che collega energeticamente tutte le altre aree.

La permanenza all'interno di queste aree aiuterà l'Ospite a sentire di che tipo di energia ha bisogno per riequilibrarsi e ad individuare il percorso personale più idoneo, con trattamenti e attività di riequilibrio fisico-energetico specifici.



### Outdoor

A Lefay Resort & SPA Lago di Garda, il percorso energetico-terapeutico è stato creato all'interno di un parco naturale di 11 ettari, tra piante secolari di fronte a un panorama unico.

### Indoor

A Lefay Resort & SPA Dolomiti, il percorso è stato invece realizzato nel Mondo delle Saune, progettate secondo tali principi e articolate in aree ricche di analogie e simbolismi.

## OFFERTA BENESSERE

### I Programmi Salute Lefay SPA

A Lefay Resort & SPA Lago di Garda la filosofia Lefay SPA Method si riflette perfettamente nei **Programmi Salute** "I Flussi dell'Energia", pensati per fornire agli Ospiti strumenti per **abbracciare il cambiamento**. Personalizzati secondo le necessità individuali per raggiungere un completo benessere psicofisico e perseguire **diversi obiettivi**.

- "Recupero dell'energia Originale", Diminuzione Dello Stress
- "Il Sentiero di Hypnos", Cura Dell'insonnia
- "Il Chiaro e lo Scuro", Aumento Delle Difese Immunitarie
- "Purezza ed Equilibrio", Depurazione Dell'organismo
- "Armonia del Corpo", Dimagrimento
- "Leggerezza e Plasticità", Sportivo
- "Luminosità dello Spirito", Riduzione Dei Segni Del Tempo
- "La Via da Seguire", Longevità
- NEW: "Lascia Che Sia"



### Oltre 60 Trattamenti Signature

I trattamenti Lefay SPA Signature sono stati creati associando le tradizionali tecniche di massaggio alla **stimolazione di punti e meridiani energetici** e sono **personalizzati in funzione dello stato psicofisico individuale**, per un risultato profondo e duraturo nel tempo. L'offerta Signature comprende: massaggi energetici, trattamenti di estetica energetica viso e corpo e la speciale sezione dei trattamenti effettuati con gli aromi del territorio.

### **Massaggi Energetici Corpo – Viso**

Lavorano sui “punti e meridiani” che attivano la funzione “energetica” assicurando profondità e durata nel trattamento. In questo modo viene trasmesso all’organismo anche un “messaggio energetico” che il corpo ricorderà e rielaborerà nel tempo.

### **Rituali di Estetica Energetica Corpo – Viso**

Effettuati utilizzando i prodotti Lefay della linea cosmetica “Tra Suoni e Colori”. Ogni trattamento agisce lungo i meridiani del corpo, stimolando punti energetici in grado di trattare i vari inestetismi.

### **Trattamenti e Rituali del Territorio**

Uniscono la sapienza e la purezza della natura alle proprietà terapeutiche dei preziosi prodotti ottenuti dalla vegetazione locale.

### **Medicina Estetica Non Invasiva**

La Medicina Estetica Cinese (Mei Rong) affonda le sue radici nel 475-221 a.C.. Si tratta di un momento storico in cui l’agopuntura estetica, riservata alle sole concubine imperiali, era considerata preziosa per conservare una buona salute e rallentare il processo di invecchiamento. I trattamenti di questa sezione si basano sull’utilizzo dell’agopuntura in chiave estetica. Un approccio al ringiovanimento che garantisce risultati nel tempo efficaci, sicuri e armonici.



## Medical

Consulenze mediche specialistiche e terapie negli ambiti della medicina occidentale, della medicina naturale, dell'osteopatia e della massofisioterapia.

## SPA à la Carte

Un'ampia offerta che comprende massaggi occidentali, insieme a trattamenti e rituali delle diverse tradizioni orientali.

## Per la Coppia

Rituali dedicati alla coppia all'interno delle esclusive Private SPA, caratterizzate da ambientazioni e percorsi benessere da condividere insieme, per assaporare la piacevolezza dei trattamenti nel più assoluto relax.

## ALIMENTARSI IN SALUTE

I Menù Lefay SPA sono stati creati in collaborazione con il Comitato Scientifico Lefay SPA e combinano i **principi nutrizionali della Medicina Classica Cinese** con quelli della **sapienza occidentale**.

I piatti sono stati studiati appositamente per i programmi salute, per **essere meno impegnativi dal punto di vista metabolico e per disintossicare l'organismo**. Offrono combinazioni gustose ma facilmente digeribili, prive di latticini e glutine, prediligendo **ingredienti prebiotici** che favoriscono il naturale benessere della flora intestinale.

I dolcificanti scelti hanno un apporto calorico molto limitato, **non modificano la glicemia** e pertanto sono ben tollerati dall'organismo.

A Lefay SPA Dolomiti, i piatti sono stati elaborati seguendo la stagionalità e la **relazione tra Yin/Yang** e offrono una perfetta combinazione di carboidrati, grassi e proteine.



## LINEA COSMETICA LEFAY SPA "TRA SUONI E COLORI"

La linea di cosmesi dermatologica Lefay SPA "Tra Suoni e Colori" permette alla cute di ritrovare l'innata luminosità. I prodotti sono ricchi dei diversi colori della natura rappresentati dalle più ben note, preziose e ben sperimentate piante medicinali, e creati nel rispetto degli standard previsti dalle più importanti certificazioni ambientali internazionali quali Vegan Ica, LAV e Cosmos Organic (per la linea Oli Cosmetici).

### Linea Viso - Corpo

Le formulazioni ad alta concentrazione di antiossidanti, vitamine, fitocomplessi e olio extravergine d'oliva biologico curano il disequilibrio della pelle.

### Linea Anti-Age Tripla Azione

Una linea che cura gli strati più profondi della pelle e garantisce risultati nel tempo, per un effetto lifting naturale che dona all'ovale del viso un aspetto più giovane e luminoso.

### Linea Anti-Age Mineral Energy Complex

Linea composta da un siero e una crema viso che in sinergia agiscono in profondità per combattere l'invecchiamento della pelle. I prodotti contengono Manganese, Zinco e Magnesio, oligominerali della longevità e catalizzatori della detossinazione e della rigenerazione.

### Linea Oli Cosmetici Certificati Cosmos Organic

Uniscono le proprietà dell'olio extra vergine d'oliva biologico Lefay ai più preziosi oli essenziali presenti in natura: Rosa, Limone e Lavanda per il viso; Cedro, Olive e Rosmarino per il corpo.

### Linea Uomo

Creata secondo le esigenze specifiche della pelle maschile, propone formulazioni mirate e specifiche per trattamenti energizzanti, purificanti e lenitivi, ricchi di fito-estratti di straordinaria efficacia.



### Linea Bagno

A base di olio d'oliva biologico, idrolati di fiori, proteine dei cereali e vitamine, questi prodotti detergono la pelle, rendendola elastica, morbida e idratata. Le loro fragranze regalano un effetto sensoriale rinfrescante.

Tutti i prodotti sono disponibili all'interno dello shop Lefay SPA e sul sito [le fayshop.com](http://le fayshop.com).

#### Contatti Stampa:

Mirella Prandelli, Lefay Resorts & Residences

Group PR & Communication Director

Tel: + 39 0365 441748

[m.prandelli@le fayresorts.com](mailto:m.prandelli@le fayresorts.com)

LEFAY RESORTS SRL

Via Santigaro, 4 - 25010 San Felice del Benaco (BS) - Italia

T. +39 0365 441760 - F. +39 0365 441719

E. [corporate@le fayresorts.com](mailto:corporate@le fayresorts.com) - W. [le fayresorts.com](http://le fayresorts.com)