
PARCOURS
BIEN-ÊTRE ET
BEAUTÉ



PARCOURS BIEN-ÊTRE ET BEAUTÉ

Lefay a mis en place des parcours bien-être et beauté spéciaux pour compléter votre séjour, qui conjuguent les massages et les traitements énergétiques Lefay SPA avec les traitements occidentaux et orientaux.

BEAUTÉ HOMME ET FEMME

Parcours beauté basé sur une conception totalement globale, dans laquelle le rééquilibrage du système nerveux, l'alimentation de l'âme et la relaxation profonde apportent une nouvelle luminosité à la peau, lissant les rides et rendant le corps plus tonique.

POUR ELLE:

- 1 Traitement HydraFacial MD + Booster
- 1 Oxygénothérapie Intraceuticals
- 1 Gommage corporel au sel des Alpes et à l'huile de marron d'Inde
- 1 Massage énergétique corps revitalisant et antiâge Lefay SPA *Alta Marea*
- 1 Réflexologie plantaire énergétique Lefay SPA
- 1 Hydro-aromathérapie énergétique aux huiles essentielles
- 1 Enveloppement aux plantes drainant Lefay SPA

€ 740.00 (séjour non inclus)

POUR LUI:

- 1 Rituel de beauté du visage pour l'homme *Senza Tempo Uomo*
- 1 Gommage corporel au sel des Alpes et à l'huile de marron d'Inde
- 1 Massage énergétique corps décontracturant Lefay SPA *La Brezza accanto al Confine*
- 1 Hydro-aromathérapie énergétique aux huiles essentielles
- 1 Enveloppement aux plantes drainant Lefay SPA

€ 380.00 (séjour non inclus)

PURIFIANT

Idéal pour éliminer les toxines accumulées pendant les périodes de stress et rétablir une meilleure fonctionnalité des organes chargés de leur élimination, en reculant notre âge biologique et en aidant le corps à se débarrasser des accumulations toxiques.

- 1 Gommage corporel au sel des Alpes et à l'huile de marron d'Inde
- 1 Rituel visage *Unico Cielo*
- 1 Réflexologie plantaire énergétique Lefay SPA
- 1 Enveloppement aux plantes drainant Lefay SPA
- 2 Massages énergétiques détoxifiants Lefay SPA *La Luce oltre la Nebbia* avec ventouses
- 1 Massage énergétique drainant Lefay SPA *Rugiada del Mattino*

- 1 Hydro-aromathérapie énergétique aux huiles essentielles
- 1 Lac salé

€ 780.00 (séjour non inclus)

OSTÉOPATHIE

L'objectif du parcours est la santé, par le biais de la réduction de la douleur, de l'amélioration de la fonction articulaire, du traitement des dysfonctionnements physiologiques et de la suppression des obstacles à une transmission nerveuse optimale.

- Consultation ostéopathique
- 1 Traitement avec des manipulations ostéopathiques
- 2 Traitements cranéo-sacraux
- 1 Massage cervical ostéopathique

€ 460.00 (séjour non inclus)

AYURVEDA

Issu de l'ancienne discipline indienne, un parcours visant à ramener l'individu vers un rééquilibrage naturel des trois Doshas.

- Traitement osmotique ayurvédique
- Shiro-dara avec abhyanga

€ 250.00 (séjour non inclus)

LES SENTEURS DE LA FORÊT

Les traitements et les rituels du territoire combinent la sagesse et la pureté de la nature alpine avec les propriétés thérapeutiques des produits précieux obtenus à partir de la végétation des forêts, de l'eau, des minéraux, des boues et des plantes.

- 1 Massage Lefay *L'Infa del Bosco*
- 1 Gommage du corps à la farine de châtaigne, au sel des Alpes et au beurre de montagne
- 1 Hydro-aromathérapie aux senteurs de la forêt
- 1 Soin visage anti-âge aux fleurs des Alpes

€ 300.00 (séjour non inclus)

Nous vous conseillons de demander les parcours au moment de la réservation de votre séjour, pour être certain de leur disponibilité.

NEW

CARDIO FITNESS

- 1 Vertical walk
- 1 Circuit Training
- 1 Walk-Running
- 1 Massage énergétique corps décontracturant Lefay
- 1 Massage sportif post-activité

€ 400,00 (séjour non inclus)

NEW

STRENGTH AND SPORT

- 1 Fit ball Workout
- 1 Séance de Total Body
- 1 Séance de Elastics
- 1 Massage sportif post-activité
- 1 Massage énergétique corps détoxifiant Lefay SPA *La Luce oltre la Nebbia* avec ventouses

€ 400,00 (séjour non inclus)

NEW

MIND & BODY

- 1 Séance de Yoga
- 1 Étirement des Méridiens
- 1 Séance de Qi Gong
- 1 Massage énergétique corps relaxant *Scambio nel Vento*
- 1 Massage énergétique revitalisant et anti-âge *Alta Marea*

€ 400,00 (séjour non inclus)

SPORTIF INTENSE

Les différents traitements et les activités sportives et physiques énergétiques de ce programme ont pour but de relaxer les muscles tendus, de revitaliser et de tonifier ceux atoniques, de corriger les altérations de la posture et de ramener le corps au bien-être global, avec des résultats d'amélioration également du point de vue esthétique.

- 1 Massage énergétique corps décontracturant Lefay SPA *La Brezza accanto al Confine*
- 1 Massage sportif post-activité
- 1 Massage *Deep Tissue*
- 2 Thérapies de boue apaisante Lefay SPA (arnica et hypericum)
- 1 Traitement manipulatif ostéopathique
- 2 Séances avec un entraîneur personnel (40 min.)

€ 680,00 (séjour non inclus)