



DOLOMITI



OÙ L' ESPRIT ET LE CORPS
SE RÉGÈNÈRENT
EN REDÉCOUVRANT
LES ÉMOTIONS
LES PLUS AUTHENTIQUES



LEFAY SPA DOLOMITI

Un temple où vous pouvez régénérer vos sens et votre âme: avec ses plus de 5000 m² de surface, Lefay SPA Dolomiti est l'un des plus grands SPA des Alpes. L'innovation, le naturel et une méthode unique sont les principes d'un lieu où l'Orient et l'Occident se réunissent pour redécouvrir l'harmonie intérieure. Il y a un sentiment de bien-être total partout: dans le contact avec la nature, dans la lumière qui imprègne chaque ambiance et dans l'atmosphère suggestive qui entoure le tout.

L'offre de Lefay SPA Dolomiti se distingue par les parcours énergétiques-thérapeutiques, les traitements Signature, les rituels territoriaux et les sentiers de la Tortue Noire. Les soins du Lefay SPA sont réalisés avec les produits de la ligne cosmétique dermatologique Lefay SPA «Tra Suoni e Colori», enrichie de nouveaux éléments extraits de la nature des lieux: la pureté alpine s'allie aux propriétés thérapeutiques des produits précieux de ses forêts, des eaux, des minéraux, de la boue et des plantes.

BEING ORGANIC AND ECOLOGICAL SPA: LEVEL EXCELLENCE



Lefay SPA Dolomiti a obtenu la nouvelle et prestigieuse certification "Being Organic and Ecological SPA" Niveau d'excellence d'Ecocert. Ecocert, l'organisme français reconnu mondialement pour la certification des produits cosmétiques, a introduit «Being Organic and Ecological SPA» pour les établissements de bien-être qui se distinguent dans le domaine de la durabilité et assurent à leurs invités un lieu de détente, en associant l'expérience du bien-être naturel à un grand engagement en faveur de l'écologie de la planète et de ses ressources. L'exclusif temple du bien-être Lefay SPA, en plus d'avoir confirmé le respect des 50 critères strictes prévus pour pouvoir atteindre le niveau de base de la certification, a obtenu le niveau Excellence grâce à son concept innovant de bien-être global, qui se distingue à trois égards fondamentaux:

l'unicité des soins et des parcours énergétiques thérapeutiques et l'engagement en faveur de la formation et du développement professionnel du personnel;

le confort exceptionnel des cabines SPA, qui offrent aux invités une expérience incomparable de relaxation;

les mesures mises en place pour une gestion durable de l'installation.





LIGNE COSMÉTIQUE LEFAY SPA « TRA SUONI E COLORI »

SANS COLORANTS

SANS CONSERVATEUR AJOUTÉ

SANS DÉRIVÉS DU PÉTROLE

SANS PARABÈNES

SANS SLES

TESTÉE DERMATOLOGIQUEMENT

VÉGÉTALIEN

PAS D'EXPÉRIMENTATION ANIMALE

TESTÉE AU NICKEL MOINS DE 0,00001 %

La ligne cosmétique Lefay SPA «Tra Suoni e Colori» a été créée selon les principes de la nutricosmétique; une ligne de produits «intelligents» qui associe nature et science avec un effet visible et immédiat. Les formulations à haute concentration en antioxydants, en vitamines, en phyto-complexes et en huile d'olive extra-vierge biologique contribuent à traiter le déséquilibre de la peau en profondeur et garantissent des résultats dans le temps. Pour un produit plus personnalisé, des huiles essentielles sont également ajoutées en cabine, lesquelles parlent à la peau et à ses différentes fonctions, en les soutenant, en les harmonisant et en leur apportant force et stabilité. Les produits peuvent être achetés dans la boutique Lefay SPA et en ligne sur le Site Internet le fayshop.com.



TABLE DES MATIÈRES

1. MONDE EAU ET FEU	11	5. MASSOTHÉRAPIE ET PHYSIOTHÉRAPIE - OSTÉOPATHIE	51
1.1 Piscines et Espaces de détente	12	5.1 Massothérapie et Physiothérapie	52
1.2 Saunas et Parcours	13	5.2 Ostéopathie	53
1.3 Fitness	14		
2. PARCOURS ÉNERGÉTIQUES THÉRAPEUTIQUES LA MÉTHODE LEFAY SPA	17	6. SPA À LA CARTE	55
Le Dragon Vert	20	6.1 Massages Occidentaux	56
Le Phénix Rouge	22	6.2 Massages et Rituels Orientaux	59
Le Tigre Blanc	24	7. POUR LE COUPLE	63
La Tortue Noire	26	7.1 SPAS privés	64
Le Centre	28	7.2 Rituels de couple	67
3. SOINS LEFAY SPA	31	8. BEAUTY AND HAIR SPA	69
3.1 Massages énergétiques corps - visage	33	8.1 Services esthétiques	70
3.2 Soins d'esthétique énergétique corps - visage	36	8.2 Coiffeur	70
3.3 Les senteurs de la forêt	40	8.3 Traitements pour les soins capillaires - la Méthode Biosthetique	71
3.4 Les sentiers de la Tortue Noire	42		
4. MÉDECINE ESTHÉTIQUE NON INVASIVE	45	9. PARCOURS BIEN-ÊTRE ET BEAUTÉ	73
4.1 Traitements pour le visage avec des équipements de haute technologie	46	10. INFORMATIONS UTILES	79
4.2 Traitements corporels avec des équipements de haute technologie	48		
4.3 ZO Skin Health Restoration By Dr. Zein Obagi	49		



MONDE EAU ET FEU

Un temple exclusif du bien-être, où l'Orient et
l'Occident fusionnent entre le naturel et l'innovation.

01.

PISCINES ET ESPACES DE DÉTENTE

Un univers d'éléments dans lequel se déploient différents espaces: la piscine sportive intérieure, entièrement revêtue de tonalite, s'inspire des ruisseaux de montagne et des reflets brillants créés par l'eau et les roches de granit clair ; tandis que les piscines intérieure et extérieure se fondent dans le paysage entre ciel et terre. L'espace aquatique est complété par un grand bain à remous rappelant les thermes antiques, épicerie du parcours énergétique de la Méthode Lefay SPA. Ici, au milieu des formes de l'eau, du feu et de la glace, les saunas vous emmènent dans un voyage à l'intérieur de vous-même. Enfin, la dimension minérale se trouve dans le lac salé et dans la grotte de sel.

ESPACE DE DÉTENTE

- Espace de détente piscine intérieure et extérieure (panoramique)
- Espace de détente réservé à la zone des traitements (panoramique)
- Le Centre (panoramique)
- Dragon Vert
- Phénix Rouge
- Tigre Blanc
- Tortue Noire

PISCINES ET AUTRES SERVICES

- Intérieure et extérieure - température 33-34° C - pour les familles
- Piscine sportive - température 27-29° C - pour les adultes (à partir de 16 ans)
- Hydromassage avec de l'eau enrichie en sels de magnésium - température 34-35° C - pour les adultes (à partir de 16 ans)
- Lac salé chauffé - température 36-38 ° C - uniquement sur réservation
- Piscine de glace - température 10° -14° C
- Parcours Kneipp
- Chute de glace

Toutes les piscines utilisent un système de chloration naturelle basé sur la technologie de l'électrolyse, qui garantit un assainissement optimal de l'eau dans le respect total de l'environnement.

02.

SAUNAS ET PARCOURS

Lefay SPA Dolomiti propose neuf saunas avec différents niveaux de température et d'humidité: outre le grand Sauna familial, dédié au bien-être de la famille, cinq circuits spécifiques ont été créés en collaboration avec le Comité Scientifique et selon les principes de la Méthode Lefay SPA: cinq zones avec différents niveaux de température/ humidité et des phytothérapies dédiées, visant à rééquilibrer l'état énergétique individuel. Depuis le Centre, l'endroit qui relie énergétiquement toutes les autres zones, on transite vers le Dragon Vert, le Phénix Rouge, le Tigre Blanc et la Tortue Noire, les étapes d'un monde d'analogies et de symbolisme où l'on peut retrouver l'équilibre énergétique.

SAUNA FAMILIAL

BAIN VAPEUR - 13 m² Température 40-42° / Humidité 95%

DRAGON VERT

Saunas secs à température et humidité moyennes:

- Sauna des arômes (Orange)
Température 50° / Humidité 40%
- Sauna des essences (Romarin)
Température 60° / Humidité 40%
- Lady Sauna
Température 50° / Humidité 45-50%
- Chute d'eau tempérée
- Espace de détente avec phytothérapie dédiée

PHÉNIX ROUGE

Saunas secs à température élevée et faible taux d'humidité:

- Sauna finlandais panoramique
Température 90° / Humidité 10%
- Sauna finlandais
Température 70° / Humidité 20%
- Bassin d'eau froide
- Douches émotionnelles
- Parcours Kneipp
- Chute de glace
- Espace de détente avec phytothérapie dédiée

TIGRE BLANC

Un grand espace divisé en trois zones avec des saunas humides avec un pourcentage élevé de vapeur:

- Tepidarium
Température 38° / Humidité 70%
- Calidarium moyen
Température 42° / Humidité 95%
- Calidarium élevé
Température 48° / Humidité 95%
- Douches émotionnelles
- Espace de détente avec phytothérapie dédiée

TORTUE NOIRE

- LAC SALÉ: température élevée d'environ 36°- 38°C permet au corps d'absorber les oligoéléments et les minéraux du sel alpin dissous dans l'eau. Il a un effet drainant, détoxifiant et relaxant.

- GROTTES DE SEL: un effet bénéfique, grâce à l'action combinée de la chaleur, de l'humidité de l'air et du sel. Régénère les voies respiratoires et la peau.

LUN / JEU

€ 50,00

(40 min.)

par personne (max. 6 personnes)

VEN / DIM*

€ 55,00

(40 min.)

par personne (max. 6 personnes)

LUN / JEU

€ 90,00

(40 min.)

par couple

VEN / DIM*

€ 99,00

(40 min.)

par couple

- Espace de détente avec phytothérapie dédiée

03.

FITNESS

Se sentir bien, c'est aussi se sentir en forme grâce à une activité physique ciblée. Le centre de fitness, qui donne directement sur le jardin, se compose d'une grande salle de sport dotée d'équipements Technogym® de pointe pour les activités cardio et l'entraînement avec des machines, ainsi que des salles pour les activités de respiration, de méditation et de rééquilibrage physique et énergétique.

ACTIVITÉS DE MOUVEMENT

- Réveil musculaire
- Elastics
- Gag
- Pre-Ski
- Total Body Sculpt
- Total Abdominal
- Fitball
- Mobility
- Perception Walk
- Entraînement en circuit visant à renforcer les muscles
- Balade en forêt

COURS COLLECTIFS GRATUITS
SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 90,00** (40 min.)	€ 99,00** (40 min.)

ENTRAÎNEUR PERSONNEL

SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 90,00** (40 min.)	€ 99,00** (40 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00** (50 min.)	€ 110,00** (50 min.)

ACTIVITÉS DANS LE SAUNA

- Sauna-stretching
- Aufguss

COURS COLLECTIFS GRATUITS

RÉÉQUILIBRAGE POSTURAL

- Pilates
- Stretching
- Gymnastique posturale

COURS COLLECTIFS GRATUITS
SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00** (50 min.)	€ 110,00** (50 min.)

ACTIVITÉS DE RESPIRATION

- Étirements des Méridiens
- Qi Gong
- Yoga
- Méditation Zazen

COURS COLLECTIFS GRATUITS
SÉANCES PRIVÉES

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 90,00** (40 min.)	€ 99,00** (40 min.)





PARCOURS ÉNERGÉTIQUES THÉRAPEUTIQUES LEFAY SPA METHOD

Le Monde des Saunas, qui occupe une superficie de plus de 1700 m², a été réalisé avec la collaboration du Comité Scientifique de la Méthode Lefay SPA, selon les principes de la Médecine Chinoise Classique, l'une des approches diagnostiques et thérapeutiques les plus anciennes au monde.

火
LE PHÉNIX
ROUGE

土
LE CENTRE

水
LA TORTUE
NOIRE

金
LE TIGRE
BLANC

木
LE DRAGON
VERT

L'idée sur laquelle se fonde ce programme est le concept d'énergie (le Qi), qui se déplace de façon cyclique entre les deux pôles Yin et Yang. Au fil des ans, on a évolué vers la théorie des cinq phases ou mouvements, qui, selon la saison ou la partie de la journée, dominant l'un(e) sur l'autre dans un cycle continu et infini, garantissant l'équilibre du monde et de la vie. Puisque tout ce qui existe peut être ramené à ces cinq phases, celles-ci peuvent être associées aux saisons, aux couleurs, aux directions, aux parties et aux composants du corps humain. Le monde thérapeutique énergétique Lefay SPA Method a été mise en place selon ces principes et se compose de cinq zones appelées Dragon Vert, Phénix Rouge, Tigre Blanc, Tortue Noire et Le Centre, lequel relie énergétiquement tous les autres espaces: ces zones se distinguent par des niveaux de température et d'humidité différents, ainsi que par des phytothérapies dédiées.

Le fait de rester à l'intérieur de ces espaces contribuera à nous faire sentir dans un monde d'analogies et de symbolismes, ainsi que du type d'énergie dont nous avons besoin pour nous rééquilibrer. Ils représentent la corrélation de notre organisme avec les éléments, les saisons et les étapes particulières de notre existence: chaque saison est associée à un organe et aux caractéristiques personnelles de chacun(e) d'entre nous. Sur la base de l'ensemble de ces éléments, le Comité Scientifique de la Méthode Lefay SPA a créé des parcours énergétiques thérapeutiques innovants, personnalisés en fonction de l'état énergétique de la personne.



LE DRAGON VERT

BOIS

En termes énergétiques, il représente le renouveau de la nature, le printemps, l'aube. Les matériaux utilisés sont des bois jeunes aux couleurs claires; la lumière est douce avec les couleurs pastel des pousses.

BIOSAUNA

ZONE AUX ARÔMES ET AUX ESSENCES À MOYENNE TEMPÉRATURE

ORGANE ÉNERGÉTIQUE

FOIE

PHYTOTHÉRAPIE

PISSENLIT
ET HERBES AMÈRES

AROMATHÉRAPIE

ROMARIN
ORANGE

PARCOURS DU DRAGON VERT

Il équilibre l'agitation, l'impétuosité et la colère.

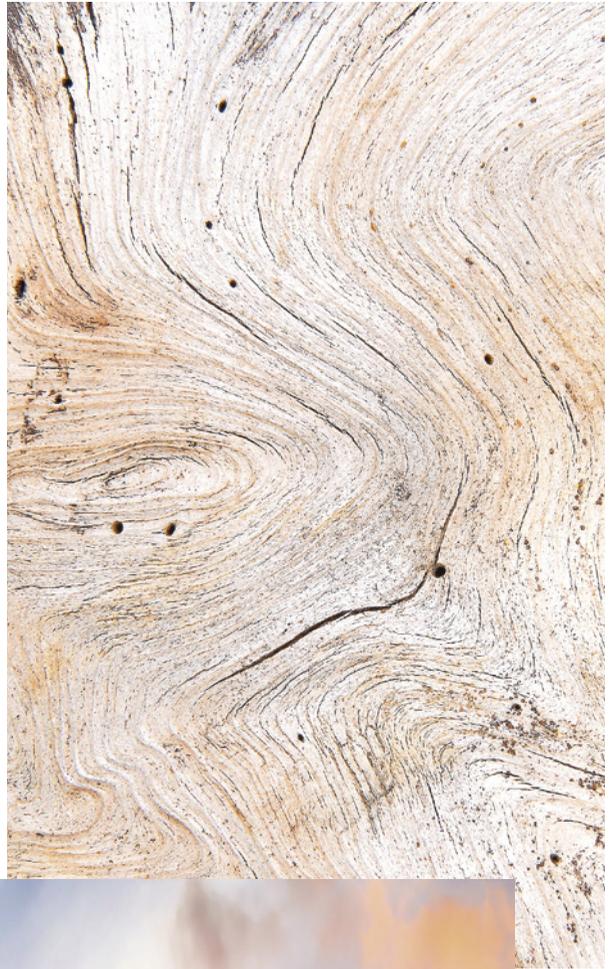
Au printemps, l'énergie devient plus «légère et lumineuse» (Yang) et celle «lourde et matérielle» (Yin) disparaît. Le flux d'énergie monte vers l'abdomen et la poitrine. Si ces transactions énergétiques sont obstruées, des symptômes tels que l'irritabilité, la nervosité, la somnolence matinale et les réveils fréquents apparaissent.



SÉQUENCE RECOMMANDÉE

- Sauna des arômes (15 min.), cascade émotionnelle, phytothérapie, relaxation (15 min.). Répétez la séquence en commençant par le Sauna des essences (12 min.)
- 1 Massage du Dragon Vert (50 min.)
Effectué avec la technique occidentale, il traite les lignes énergétiques du printemps ou de l'aube, ainsi que les méridiens du foie et de la vésicule biliaire. Il a un effet relaxant sur les muscles et plus généralement, sur l'ensemble de l'organisme. De l'huile d'olive aromatisée avec quelques gouttes d'huiles essentielles de romarin et d'orange est utilisée pendant le massage, tandis que la chromothérapie suggère le vert.
- 1 massage énergétique pour le visage du Centre (50 min.)
- 1 activité d'Étirement des Méridiens (40 min.)
- Phytothérapie dédiée

€ 260,00



火

LE PHÉNIX ROUGE

FEU

En termes d'énergie, c'est l'été, à midi, le moment où l'énergie atteint son apogée. Ici, l'environnement laisse libre cours à la vue panoramique et les matériaux utilisés sont des bois rougeâtres et ceux qui rappellent les nuances du sable. Les couleurs ont des nuances d'orange et de rose.

ESPACE SAUNA FINLANDAIS

ZONE SÈCHE À HAUTE TEMPÉRATURE
IDENTIFIÉE AVEC LE YANG À SON APOGÉE

BASSIN FROID REPRÉSENTANT LE YIN À
SON APOGÉE

ORGANE ÉNERGÉTIQUE

COEUR

PHYTOTHÉRAPIE

LAVANDE
PASSIFLORE

AROMATHÉRAPIE

LAVANDE
VERVEINE

PARCOURS DU PHÉNIX ROUGE

Il développe les sens et stimule la joie et l'harmonie avec la nature.

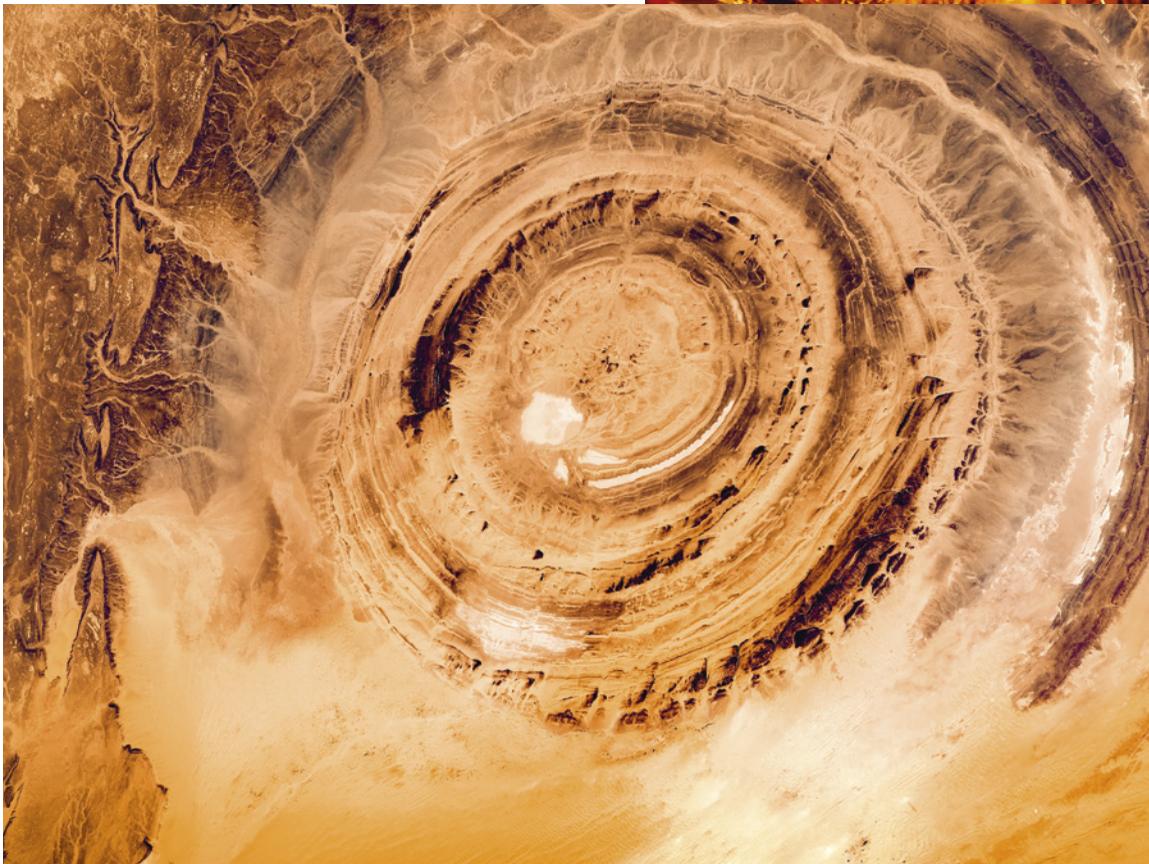
En été, l'énergie «légère et lumineuse» (Yang) est à son apogée: c'est précisément à ce moment là, dans la transformation continue de l'énergie, qu'apparaît l'énergie «lourde» (Yin), l'énergie de la nuit. Le flux de l'énergie se déplace de la poitrine vers la surface du corps. Si ces transactions énergétiques n'ont pas lieu, des symptômes tels que l'agitation, les palpitations et les troubles du sommeil apparaissent.



SÉQUENCE RECOMMANDÉE

- Sauna finlandais (12 min.), bassin de glace, phytothérapie, relaxation (15 min.). Continuez avec le sauna finlandais panoramique (12 min.), le bassin de glace, la douche émotionnelle, la phytothérapie et la relaxation (15 min.) le parcours Kneipp,
- 1 Massage Phénix Rouge (50 min.)
Effectué avec une technique orientale, il traite les lignes énergétiques de l'été ou du midi, ainsi que les méridiens du coeur. Il a un effet relaxant, comme le Phénix Rouge, qui renaît de ses cendres avec une énergie renouvelée. Dans le massage, on utilise de l'huile d'olive aromatisée avec quelques gouttes d'huiles essentielles de lavande ou de rose et de néroli ou de verveine, tandis que la chromothérapie suggère des couleurs rouges ou rosées.
- 1 massage énergétique pour le visage du Centre (50 min.)
- 1 activité de respiration/méditation (40 min.)
- Phytothérapie dédiée

€ 260,00





LE TIGRE BLANC

MÉTAL

En termes d'énergie, c'est la période des récoltes, l'automne, le coucher du soleil.

L'environnement est caractérisé par des couleurs automnales et des touches de métal bruni, la lumière est tamisée et reproduit les nuances du coucher de soleil.

BASSIN À VAPEUR

ZONE HUMIDE, POURCENTAGE ÉLEVÉ DE VAPEUR

ORGANE ÉNERGÉTIQUE

POUMONS

PHYTOTHÉRAPIE

MAUVE
GROSEILLE

AROMATHÉRAPIE

EUCALYPTUS
THYM

PARCOURS DU TIGRE BLANC

Encourage le recueillement et la méditation.

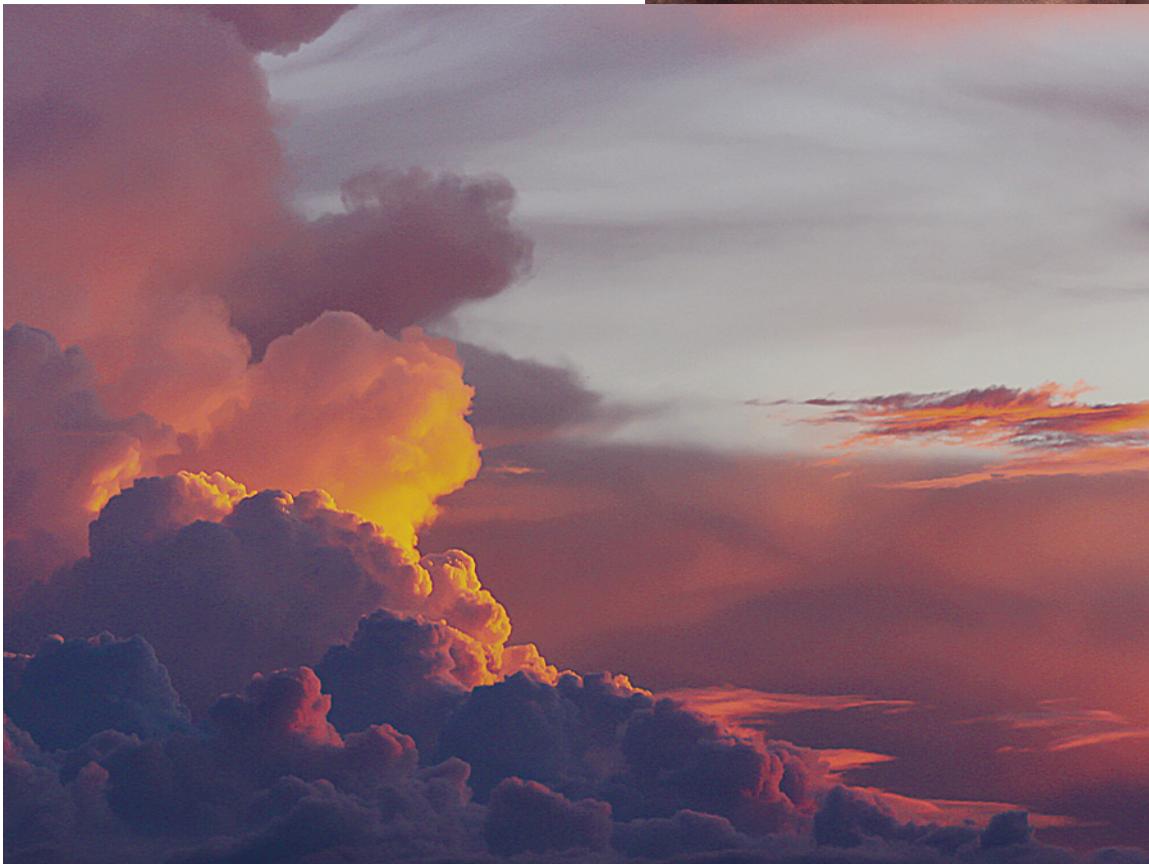
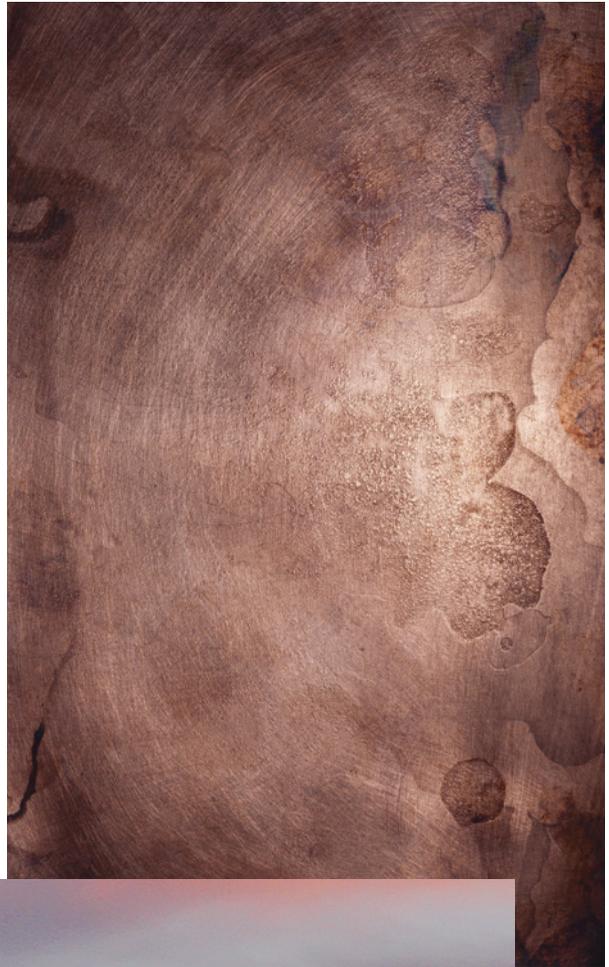
En automne, l'énergie «légère et lumineuse» (Yang) diminue sensiblement et l'énergie «lourde» (Yin) commence à se manifester, pour atteindre son apogée à la saison hivernale. Le flux de l'énergie se déplace et se replie loin de la surface du corps, vers la poitrine. Si ces transactions énergétiques globales n'ont pas lieu, des symptômes tels qu'inflammation des voies respiratoires, tristesse et tendance à s'isoler apparaissent.



SÉQUENCE RECOMMANDÉE

- Tepidarium (douche émotionnelle et sieste de 5 min.), passage au Calidarium à 42°C (10 min.), phytothérapie et relaxation (15 min.). Répétez la séquence de la même manière avec relaxation dans le Calidarium à 48°C (5 min). Finissez par la phytothérapie et détente pendant 15 minutes.
- 1 Massage du Tigre Blanc (80 min.)
Effectué avec la technique occidentale, il traite l'ensemble de l'organisme en travaillant particulièrement sur les points énergétiques équilibrants du corps. Il vise à équilibrer, détendre et augmenter le niveau d'énergie de l'organisme. Pendant le massage, on utilise des huiles essentielles vaporisées d'eucalyptus ou de thym et hysope ou citronnelle, tandis que la chromothérapie suggère le blanc ou les couleurs claires.
- 1 massage énergétique pour le visage du Centre (50 min.)
- 1 activité de Qi Gong (40 min.)
- Phytothérapie dédiée

€ 290,00





LA TORTUE NOIRE

EAU

En termes énergétiques, il s'agit du point symbolique et physique du recueillement profond, l'hiver, quand la nature hiberne, ainsi que du lieu du rapport à soi, du minuit: il représente le Yin à son apogée.

Les matériaux utilisés sont des pierres aux tonalités sombres, de l'eau et des blocs de sel minéral. La lumière douce et la semi-obscurité invitent au repli sur soi.

ORGANE ÉNERGÉTIQUE

REIN

PHYTOTHÉRAPIE

SUREAU
PRÊLE

AROMATHÉRAPIE

GENÉVRIER
CYPRÈS

PARCOURS DE LA TORTUE NOIRE

Réorienter et concentrer l'énergie dissipée en période de stress.

En hiver, l'énergie «lourde» (Yin) est à son apogée et coïncide avec l'apparition de l'énergie «légère et lumineuse» (Yang). Comme on dit, «le jour commence à minuit» et le flux de l'énergie se replie dans les profondeurs du bassin. Si ces transactions énergétiques n'ont pas lieu, des symptômes tels que lombalgie, manque de confiance en soi, peur et attaques de panique apparaissent.



SÉQUENCE RECOMMANDÉE

- Sieste dans la Grotte de sel (15 min.), flottement sur l'eau hypersaline du Lac salé (15 min.), phytothérapie et relaxation (10 min.)
- 1 Massage Tortue Noire (50 min.)
Il nourrit l'organisme en profondeur, en rééquilibrant les lignes énergétiques qui renforcent la structure du corps; il a un but antiâge; il apporte tonus et vigueur aux fonctions énergétiques sur lesquelles il s'appuie notre vie entière. Des huiles essentielles de genévrier ou de basilic et de geranium ou de cyprès vaporisées sont utilisées pendant le massage, tandis que la chromothérapie suggère des couleurs noires ou sombres.
- 1 massage énergétique pour le visage du Centre (50 min.)
- 1 activité statique de Qi Gong (40 min.)
- Phytothérapie dédiée

€ 300,00





LE CENTRE

TERRE

C'est le lieu qui relie énergétiquement toutes les autres zones, car chaque saison, avant de passer à la suivante, traverse une période où elle se replie sur le centre. Le Centre est situé sur une ligne énergétique appelée «ligne de lumière» et offre une vue indescriptible sur les montagnes environnantes. Les matériaux utilisés sont la pierre et le bois. La lumière est vive, intense, les couleurs sont les tons variés ocre de la terre.

ORGANE ÉNERGÉTIQUE

ESTOMAC
RATE

PHYTOTHÉRAPIE

MÉLISSE
CITRON

PARCOURS LE CENTRE

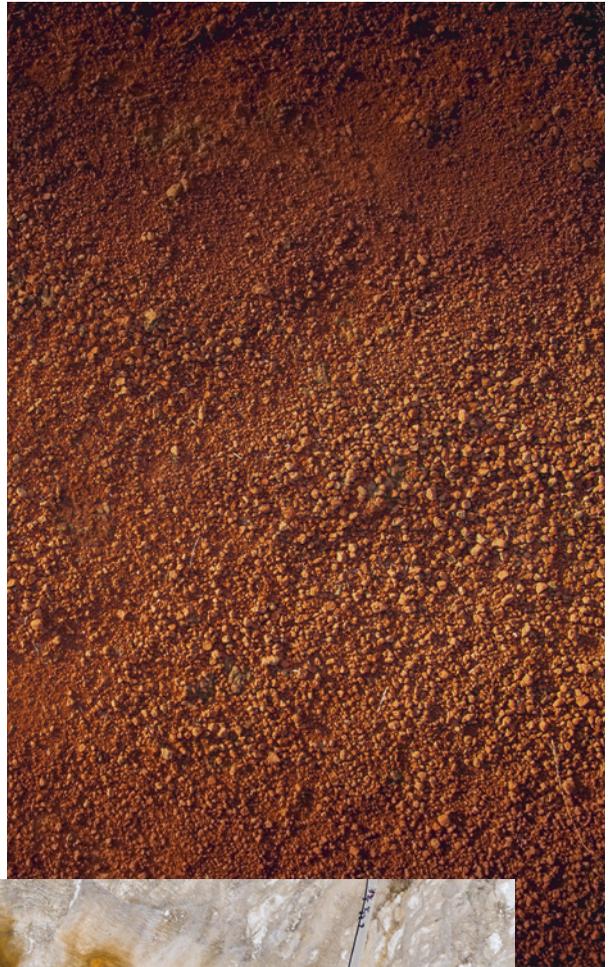
Il correspond au centre du SPA, où se trouve le grand bain à remous, inondé par une cascade de lumière.



SÉQUENCE RECOMMANDÉE

- Sieste dans le Centre avant de passer au parcours spécifique le mieux adapté à votre état énergétique. Hydromassage (15 min.), phytothérapie et relaxation (15 min.)
- Massage énergétique du Centre (compris dans chaque parcours) visant à illuminer la peau et à détendre les muscles du visage. Commence par l'application d'huiles essentielles sur le bout des doigts, là où partent les lignes d'énergie qui travaillent sur les muscles de la tête et du visage. Le massage drainant classique est combiné avec la stimulation de certains points énergétiques de la tête, pour une action profondément relaxante.

€ 115,00 (50 min.)





SOINS LEFAY SPA

Une large offre Signature créée selon la philosophie du bien-être global de Lefay SPA, comprenant des massages énergétiques du visage et du corps, des rituels d'esthétique énergétique du visage et du corps, une section spéciale consacrée au territoire «Les Senteurs de la Forêt» et les Sentiers exclusifs de la Tortue Noire.

01.

MASSAGES ÉNERGÉTIQUES CORPS – VISAGE

Les massages Lefay SPA visent à réactiver ou à rééquilibrer l'énergie du corps et de l'esprit.

Ils sont personnalisés en fonction de l'état psychophysique individuel. Ils ont été étudiés en associant les principes de la Médecine Chinoise

Classique aux techniques occidentales, combinant ainsi les techniques de massage traditionnelles à la stimulation des « points et méridiens » qui activent la fonction « énergétique », assurant ainsi la profondeur et la durée du traitement. Cette méthode renforce le résultat d'un massage traditionnel car, en plus de l'efficacité de la technique, un « message énergétique » est transmis au corps, que celui-ci va mémoriser et retravailler dans le temps.

Les massages sont réalisés avec des produits naturels certifiés, et accompagnés d'une aromathérapie aux huiles essentielles.

MASSAGES POUR LE CORPS



RELAXANT

Scambio nel Vento

Une grande partie de la tension quotidienne s'accumule sur différentes zones du corps, en particulier la tête, le cou et les épaules. Ce massage utilise des techniques occidentales, notamment le pétrissage et la friction, sur les points d'énergie du corps. Pression lente et moyenne, elle agit sur les tensions musculaires et la stimulation des points énergétiques, permettant à l'ensemble de l'organisme de se détendre.

LUN / JEU

€ 115,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 127,00

(50 min.)



ANTISTRESS

La Quiete

Le massage énergétique antistress est réalisé avec des manoeuvres occidentales sur les fonctions énergétiques. Il conduit à une profonde relaxation et aide notre énergie vitale à se réparer de l'état de stress auquel elle est soumise. Par des techniques manuelles enveloppantes, lentes et à pression moyenne, on stimule certains points énergétiques qui ont la propriété spécifique et intrinsèque de soulager les tensions musculaires et, plus généralement, de détendre l'esprit, le mental et le corps. D'autres points d'énergie, en revanche, sont activés pour nourrir tout le corps en profondeur, en le vidant de son stress. Le calme, la paix de l'esprit et la relaxation seront les sensations prédominantes perçues par le corps.

LUN / JEU

€ 145,00

(65 min. + 5 de relax)

VEN / DIM*

€ 160,00

(65 min. + 5 de relax)

**DÉTOXIFIANT**

La Luce oltre la Nebbia

Selon la Médecine Chinoise Classique et la naturopathie, avant tout traitement, il est nécessaire d'éliminer les toxines accumulées. Ce massage dynamique et intense agit sur les méridiens et des points spécifiques, qui favorisent la purification de l'esprit et du corps, préparant l'organisme aux traitements suivants.

LUN / JEU**€ 115,00**(corps seulement,
50 min.)**VEN / DIM*****€ 127,00**(corps seulement,
50 min.)**LUN / JEU****€ 145,00**(corps-visage avec
ventouses, 75 min.)**VEN / DIM*****€ 160,00**(corps-visage avec
ventouses, 75 min.)**DÉCONTRACTURANT**

La Brezza accanto al Confine

Grâce à la stimulation des points énergétiques, il exerce une action spécifique sur les muscles contractés (principalement le dos et les jambes). Les manipulations dynamiques et profondes de l'école occidentale aident à relâcher les zones musculaires hypertoniques.

LUN / JEU**€ 115,00**

(50 min.)

VEN / DIM***€ 127,00**

(50 min.)

**ANTICELLULITE**

Respiro Alchemico

Une fusion parfaite des techniques occidentales qui agit sur la fonction énergétique et sur les imperfections, permettant de «transformer» en profondeur la «forme de l'individu». Le massage dynamique à intensité moyenne, associé à la stimulation de points précis, mobilise et élimine la stagnation des liquides.

LUN / JEU**€ 115,00**

(50 min.)

VEN / DIM***€ 127,00**

(50 min.)

**LYMPHO-DRAÎNANT**

Rugiada del Mattino

Active la circulation lymphatique et favorise l'élimination des stases lymphatiques et des excès d'eau, en activant certains points qui augmentent le drainage et en intensifient la durée. Massage utilisant les techniques françaises de drainage lymphatique.

LUN / JEU**€ 130,00**

(65 min.)

VEN / DIM***€ 143,00**

(65 min.)



REVITALISANT ET ANTI-ÂGE

Alta Marea

L'objectif de ce traitement est de nourrir l'organisme en profondeur, en l'inondant d'une mer de vitalité (d'où son nom). Les points traités fournissent à l'organisme l'énergie nécessaire à son fonctionnement optimal. Ce massage, effectué avec des techniques occidentales telles que les effleurages, les enveloppements et les frictions, est particulièrement agréable et relaxant.

LUN / JEU

€ 115,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 127,00

(50 min.)



RELAXANT À 4 MAINS

Il Volo della Farfalla

L'agréable sensation de légèreté de quatre mains qui se déplacent sur le corps simultanément. Ce traitement réveille la partie la plus instinctive de la personne, grâce à la stimulation ciblée de points d'énergie spécifiques. Il est particulièrement indiqué pour les personnes qui ont un travail stressant et qui ont besoin de libérer leurs émotions.

LUN / JEU

€ 200,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 233,00

(50 min.)

MASSAGES TÊTE ET CORPS



RELAXANT CORPS CRÂNE ET CERVICALES

Massaggio Dell'Imperatore

Traitement global de la tête et du corps visant à revitaliser l'individu en suivant le flux d'énergie interne. La stimulation de zones spécifiques du corps, l'action sur les points énergétiques du dos et du crâne associée à des techniques manuelles spéciales de pression moyenne, libèrent toutes les tensions et conduisent à un rééquilibrage profond de l'organisme.

LUN / JEU

€ 155,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 171,00

(80 min.)

MASSAGES VISAGE ET TÊTE



ANTI-ÂGE ILLUMINANT

Derma di Luce

Massage visant à illuminer la peau et à détendre les muscles du visage. Commence par l'application des huiles essentielles sur le bout des doigts, là où partent les lignes d'énergie qui agissent sur les muscles de la tête et du visage. Le massage drainant classique est combiné avec la stimulation de certains points énergétiques de la tête, pour une action profondément relaxante.

LUN / JEU

€ 115,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 127,00

(50 min.)



02.

SOINS D'ESTHÉTIQUE ÉNERGÉTIQUE CORPS - VISAGE

Ici, les soins et rituels Signature Lefay SPA sont réalisés avec les produits naturels de la ligne cosmétique dermatologique Lefay SPA «Tra Suoni e Colori». Des gommages au sel et à l'huile d'olive aux bains de boue aromatique Lefay SPA, *Il Potere del Cielo e della Terra* avec montmorillonite, en passant par le masque énergétique *Il Fremito d'Ali* réalisé avec des plantes médicinales spécifiques : chaque soin est énergétique car il agit le long des méridiens du corps, en stimulant les points énergétiques pour traiter les imperfections les plus diverses.

GOMMAGE CORPS

GOMMAGE ÉNERGÉTIQUE DU CORPS AU SON ET À L'HUILE D'OLIVE AVEC BROSSAGE

Prima di Vera

Un traitement de préparation complet qui combine l'effet détoxifiant et régénérant du peeling au son et à l'huile d'olive, avec l'action «énergétique» du brossage qui, lorsqu'il est effectué le long des méridiens et sur les points d'acupuncture spécifiques, il permet à l'énergie vitale de circuler de manière fluide dans tout le corps. La qualité de la peau s'améliore immédiatement. Elle redevient rosée, tonique et vitale.

LUN / JEU
€ 100,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 110,00
(60 min.)

PURIFIANT

Ricordo

Le rituel commence par un peeling purifiant réalisé avec le gommage *Ricordo*: les microsphères de noisette exfolient la peau, tandis que les extraits de lavande et de bardane la purifient, la débarrassant des impuretés. Suit l'enveloppement avec de la boue aromatique détoxifiante. Enfin, un bref massage relaxant et détoxifiant est effectué pour stimuler les points energetiques.

LUN / JEU

€ 85,00
courte (50 min.)

VEN / DIM*

€ 94,00
courte (50 min.)

LUN / JEU

€ 150,00
longue (90 min.)

VEN / DIM*

€ 165,00
longue (90 min.)

ENVELOPPEMENTS

BOUES AROMATIQUES LEFAY SPA

Il Potere del Cielo e della Terra

Dans ces rituels, la magie céleste des essences est combinée au parfum et à la force terrestre des boues, obtenues à partir d'argiles riches en sulfates et en montmorillonite. La stimulation des points énergétiques du visage, le long des méridiens de la Médecine Chinoise, fait se déplacer l'énergie, qui commence à circuler librement, détoxifiant et régénérant l'organisme, par l'intermédiaire des organes appropriés. L'action osmotique des boues, combinée à un massage final utilisant des produits spécifiques de la ligne corporelle Lefay SPA aide à éliminer les toxines et à régénérer les tissus.

ENVELOPPEMENT TONIFIANT *Incanto*

LUN / JEU

€ 110,00
(60 min.)

VEN / DIM*

€ 121,00
(60 min.)

ENVELOPPEMENT MODELANT *Carezza*

LUN / JEU

€ 110,00
(60 min.)

VEN / DIM*

€ 121,00
(60 min.)

ENVELOPPEMENT DRAÎNANT *Torrente di colori*

LUN / JEU

€ 110,00
(60 min.)

VEN / DIM*

€ 121,00
(60 min.)

RITUELS CORPS

HYDRATANT

Luce

Une première exfoliation douce avec le gommage à l'huile d'olive et aux sels thermaux Lefay SPA et un enveloppement à base d'huile d'olive extra-vierge Lefay hydratent et régénèrent la peau. Suivent un massage par acupression sur le visage et les points de relaxation, pour détoxifier la tête et libérer l'esprit, ainsi qu'une toilette à l'éponge avec des linges chauds. Enfin, un bref massage relaxant avec l'émulsion hydratante *Luce* riche en protéines de soja, de guimauve et de mauve, rétablit l'hydratation correcte de la peau, qui apparaît plus douce et extraordinairement hydratée.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 150,00 (90 min.)	€ 165,00 (90 min.)

MODELANT

Abbraccio

L'action exfoliante du gommage à l'huile d'olive et aux sels thermaux Lefay SPA préparent la peau pour le soin avec la boue aromatique modelante. Pendant la pose, la stimulation des points énergétiques du visage réactive la circulation sanguine et améliore le transport de l'oxygène et de l'énergie vers les tissus.

Pour finir, un bref massage avec des ventouses sur les canaux énergétiques amincissants avec l'émulsion modelante thermo-active *Abbraccio*, à base de lierre, algues rouges et extrait de châtaigne, qui affinent la silhouette avec un effet amincissant et régénérant sur le corps.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 150,00 (90 min.)	€ 165,00 (90 min.)

TONIFIANT

Gioia di Vivere

Le rituel commence par une exfoliation douce avec le gommage à l'huile d'olive et aux sels thermaux Lefay SPA, suivie d'un enveloppement avec de la boue aromatique spécifique et d'un bref massage tonifiant et raffermissant effectué avec l'émulsion *Gioia di Vivere* en huile d'olive et

groseille, qui stimulent la production de collagène et d'élastine. Immédiatement, la peau gagne en fermeté et en vitalité.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 150,00 (90 min.)	€ 165,00 (90 min.)

RITUELS VISAGE

NETTOYAGE DU VISAGE

Unico Cielo

Déboucher les pores et éliminer les impuretés signifie laisser la peau respirer, stimuler le renouvellement cellulaire, la rendre plus fraîche, plus brillante et plus lisse. Le nettoyage du visage *Unico Cielo* est idéal pour préparer la peau aux rituels suivants. Les microsphères de noisette exfolient la peau; les extraits de bardane et de lavande la purifient, tandis que la précieuse huile d'olive la nourrit en profondeur. Les cellules sont renouvelées et la peau ressent une sensation immédiate de bien-être, en prenant une apparence revitalisée.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 140,00 (75 min.)	€ 154,00 (75 min.)

NETTOYAGE DU VISAGE

Unico Cielo Short

Nettoyage du visage adapté pour ceux qui n'ont pas besoin d'un traitement complet ou pour ceux qui disposent de peu de temps.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 80,00 (45 min.)	€ 88,00 (45 min.)

Purificante extra**

Idéal pour les peaux particulièrement impures qui ont besoin d'une détoxification profonde, ou pour ceux qui n'ont pas effectué de nettoyage du visage depuis longtemps.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 25,00 (20 min.)	€ 28,00 (20 min.)

NETTOYAGE DU VISAGE**Unico Cielo under 18**

Traitement pour les peaux grasses, visant à combattre radicalement les excès de sébum et la formation consécutive d'impuretés qui se transforment souvent en acné. Les propriétés sébo-régulatrices de la vigne et de la bardane créent un effet purifiant et matifiant qui permet d'affiner et de purifier le grain de la peau.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00 (60 min.)	€ 110,00 (60 min.)

HYDRATANT**Acqua Vitale**

Traitement effectué avec un sérum précieux riche en vitamines E et F et en substances hydratantes, qui apportent à la peau une profonde sensation de bien-être. Le caractère rituel du traitement, le massage modelant du visage et l'acupression sur les points énergétiques réflexes permettent de s'abandonner à une relaxation complète, pour une peau plus fraîche, plus jeune et plus éclatante.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 140,00 (75 min.)	€ 154,00 (75 min.)

PURIFIANT**Rivivere**

La réactivation des trois méridiens fondamentaux pour la purification et la régulation de l'intérieur avec l'extérieur du corps et les propriétés purifiantes et matifiantes de l'aloès et la bardane, en synergie avec l'action sébo-équilibrante du masque, détoxifient la peau en profondeur, lui redonnant éclat et vigueur et unifiant le teint.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 140,00 (75 min.)	€ 154,00 (75 min.)

ADOUCISSANT**Colore**

Traitement indiqué pour les peaux délicates et sensibles, également idéal après une exposition au soleil. Le visage retrouve l'équilibre, l'hydratation et l'élasticité grâce au souci et

au panthénol. Le masque riche en hamamélis et en mucilage d'algues réhydrate la peau en profondeur. Le visage retrouve un éclat inné, grâce à la synergie entre le massage modelant du visage et la stimulation énergétique des points réflexes, qui ouvre le regard et restitue la magie d'un visage lumineux.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 140,00 (75 min.)	€ 154,00 (75 min.)

PREMIÈRES RIDES**Senza Tempo Donna**

Traitement visant à prévenir le vieillissement prématuré de la peau, causé par le stress induit par l'environnement et le mode de vie. Les manipulations enveloppantes du massage modelant du visage, combinées à l'acupression sur les points d'énergie, garantissent la structuration du derme par la vitamine A, et permettent aux gemmes de hêtre de régénérer la vitalité cellulaire. L'huile d'olive et les extraits d'hibiscus maintiennent l'hydratation et la douceur, pour une nouvelle fraîcheur délicieuse du visage.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 160,00 (75 min.)	€ 176,00 (75 min.)

Senza Tempo Uomo

Pour les hommes qui souhaitent retrouver une peau saine, reposée et propre. Ce traitement est réalisé avec les produits de la ligne cosmétique Homme Lefay SPA. Le nettoyage initial, le massage relaxant et le masque final aux triglycérides et aux acides hydroxylés illuminants et aux vitamines, aident à prévenir le vieillissement prématuré de la peau, en lui redonnant vitalité et éclat.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 130,00 (60 min.)	€ 143,00 (60 min.)

TRAITEMENTS ANTI-ÂGE

Dans les processus de vieillissement, la peau est le site le plus affecté par les facteurs génétiques et environnementaux, entraînant des changements morphologiques qui s'expriment par des rides, une décoloration, un relâchement et une peau sèche. Ces traitements innovants sont réalisés avec les produits de la ligne cosmétique Anti-Age Triple Action Lefay SPA, avec une forte concentration d'acide hyaluronique, de vitamines régénératrices, de puissants antioxydants et de précieux principes actifs, qui pénètrent les couches les plus profondes de la peau, en modulent les processus oxydatifs, soutiennent les mécanismes de défense naturels et protègent le patrimoine génétique. L'utilisation de ces cosmétiques est combinée à des techniques manuelles de raffermisssement et de drainage, ainsi qu'à l'utilisation d'outils qui aident à tonifier les tissus, tels que les ventouses et les massages par pression. Une combinaison extraordinairement efficace qui redonne fermeté, fraîcheur et énergie à la peau.

TRAITEMENT VISAGE ANTI-ÂGE TRIPLE ACTION Il Cerchio della Luna

Un traitement dynamique et profond qui agit comme un véritable lifting sur le tonus musculaire, les processus oxydatifs et sur les mécanismes de défense naturels de la peau, en protégeant le patrimoine génétique. La synergie entre l'utilisation des produits de la ligne Anti-Age Triple Action Lefay SPA, qui restructurent les dommages causés par le vieillissement génétique et environnemental et la technique du vide combinée au massage du visage, du cou et du décolleté, stimule le processus de régénération et de raffermisssement des tissus. L'utilisation de pierres de lave chaudes active l'action de la ligne énergétique de l'estomac, qui part du visage, redonnant de l'éclat à la peau, comme si elle était le miroir du bon fonctionnement de l'organisme. L'ovale du visage apparaît pulpeux, ferme et harmonieux, enveloppé d'une nouvelle lumière.

LUN / JEU

€ 190,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 209,00

(80 min.)

03.

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 et des plantes. Les protagonistes sont les huiles précieuses de marron d'Inde et d'arnica enrichies d'essences de la forêt (pin de montagne, pin parasol et genévrier), de sel minéral alpin et de beurre de montagne.



MASSAGE LEFAY

Linfa del Bosco

Massage aromatique à l'huile d'olive et aux huiles essentielles (pin cembro et menthe poivrée), extraits de plantes, fleurs et arbustes des montagnes environnantes, auxquels sont attribuées des propriétés curatives. Effectué avec des manoeuvres lentes et délicates, à l'effet relaxant, le massage d'aromathérapie *Linfa del Bosco* détend les raideurs, calme les maux physiques et fait disparaître la fatigue mentale.

LUN / JEU

€ 100,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 110,00

(50 min.)



TRAITEMENT VISAGE ANTI-ÂGE AUX FLEURS ALPINES

Dans la nature, les fleurs alpines sont soumises à de fortes variations de température et à des radiations ultraviolettes extrêmes. Pour pousser et fleurir malgré des conditions climatiques difficiles, ces fleurs possèdent des défenses efficaces, les mêmes qui profitent à notre peau lorsque nous la

traitons avec leurs extraits. Les phytonutriments contenus dans les fleurs protègent la peau des radicaux libres et ralentissent le processus de vieillissement. Le gommage prépare le visage pour le massage, qui stimule la régénération des tissus. Il est suivi par l'application du masque, qui redonne de l'éclat au visage.

LUN / JEU

€ 95,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 105,00

(45 min.)



GOMMAGE DU CORPS À LA FARINE DE CHÂTAIGNE, AU SEL DES ALPES ET AU BEURRE DE MONTAGNE

Préparation pour massage exfoliant doux qui combine l'effet anti-inflammatoire et vasoprotecteur de l'escine extraite des graines de marron d'Inde et l'effet lissant et régénérant du sel des Alpes. Le tout mélangé à du beurre de montagne riche en huiles, qui rendent la peau douce et hydratée, la laissant claire et radieuse.

LUN / JEU

€ 110,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 121,00

(50 min.)



HYDRO-AROMATHÉRAPIE AUX SENTEURS DE LA FORÊT

Les bienfaits de l'hydrothérapie et de l'huile essentielle de pin sylvestre favorisent un état de relaxation complète, de légèreté et de bien-être. Les différents programmes d'hydromassage du bassin permettent d'agir sur des zones spécifiques du corps, afin d'obtenir les meilleurs résultats.

LUN / JEU

€ 50,00

(20 min.)

VEN / DIM*

€ 55,00

(20 min.)



ENVELOPPEMENT CORPOREL HYDRATANT ET ÉMOLLIENT AU MARRON D'INDE ET À L'ACHILLÉE

Particulièrement recommandés pour les peaux ternes et opaques, le marron d'Inde et l'achillée millefeuille aident à hydrater, tonifier et nourrir la peau du corps. Leurs exceptionnelles propriétés anti-inflammatoires et vaso-protectrices, antioxydantes, nourrissantes et hydratantes créent une excellente synergie contre le vieillissement. Cet enveloppement a lieu dans la baignoire "Nuvola" pour rendre le voyage sensoriel plus excitant. Le toucher des mains, le flottement sec, la suspension entre les couleurs et les parfums enveloppants transforment ce soin en une expérience de bien-être total qui sollicite tous les sens.

LUN / JEU

€ 110,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 121,00

(45 min.)

FANGOTHÉRAPIE CORPS

Régénérez-vous grâce à la thérapie à la boue du Lefay SPA dans la baignoire "Nuvola": une expérience qui stimule tous les sens et procure une sensation de bien-être renouvelé pour le corps et l'esprit. Le protagoniste est la boue bénéfique créée avec le limon de la Val di Genova enrichie d'oligominéraux extraits sous forme ionique: la malachite, au pouvoir antioxydant; l'olivine, riche en magnésium avec une action énergisante et anti-âge; la rhodolite, qui stimule les défenses immunitaires naturelles et la zincite, qui protège l'ADN des dommages extérieurs.

THÉRAPIE DE BOUE DÉTOXIFIANTE

LUN / JEU

€ 80,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 88,00

(45 min.)

THÉRAPIE DE BOUE APAISANTE

LUN / JEU

€ 80,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 88,00

(45 min.)

THÉRAPIE DE BOUE ANTI-ÂGE

LUN / JEU

€ 80,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 88,00

(45 min.)



RITUEL CORPS PURIFIANT ET RÉGÉNÉRANT AUX GALETS DE RIVIÈRE

La Montagna e il Viaggio nei Sensi

Un voyage sensoriel qui commence par un gommage détoxifiant aux racines de plantes et un enveloppement à l'huile d'olive Lefay, au marron d'Inde et à la groseille, pour régénérer, dynamiser et adoucir la peau du corps. Il est suivi d'un massage avec l'utilisation de galets de rivière chauds le long des lignes et des points d'énergie du corps, à l'action équilibrante et relaxante.

LUN / JEU

€ 260,00

(2 heures, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 286,00

(2 heures, 30 min.)

RITUEL ANTI-ÂGE VISAGE, TÊTE ET COU LEFAY

Mineral Energy

Inspiré par les éléments de la nature alpine, Lefay SPA a créé un rituel anti-âge en utilisant un ensemble de complexes actifs qui protègent contre le stress oxydatif, oxygènent et dynamisent la peau du visage, luttant contre le stress et la fatigue. Dans le rituel, de la poudre d'olivine, riche en magnésium et à l'action anti-âge, est utilisée pour le gommage avec l'huile d'olive Lefay. Le massage du visage et du cou est effectué avec une technique de pincement et d'acupression qui détendent les traits. La technique du Gua Sha draine les canaux énergétiques et active la circulation, grâce au masque anti-âge restructurant avec de l'huile de phytomélatonine. L'ovale du visage apparaît redessiné et la peau retrouve sa luminosité innée.

LUN / JEU

€ 190,00

(90 min.)

VEN / DIM*

€ 209,00

(90 min.)

04.

LES SENTIERS DE LA TORTUE NOIRE

Une grotte de montagne évocatrice qui représente le lieu du profond recueillement, où la nature hiberne et le Yin est à son apogée. Ici se libèrent des sensations qui nous rapprochent de la dimension naturelle: flotter dans le lac de sel alpin serti comme une pierre précieuse, respirer les bienfaits de la grotte de sel et se régénérer grâce à la thérapie par la boue et aux soins et rituels Lefay SPA. Dans cet environnement dédié à la purification, à la méditation, au repos et à la récupération de l'énergie vitale, Lefay SPA a créé «Les sentiers de la Tortue Noire». Les protagonistes en sont les boues bénéfiques créées avec des limons de la Val di Genova, enrichis avec des oligominéraux extraits sous forme ionique: la malachite, au fort pouvoir antioxydant, l'olivine, riche en magnésium et à forte action énergisante Anti-âge, la rhodolite, qui stimule les défenses immunitaires naturelles, et la zincite, qui protège l'ADN des dommages extérieurs. Ces « sentiers » du bien-être nous font revivre les sensations perçues le long des sentiers de montagne: le parfum du musc, les gouttes de rosée et le contact avec la végétation.

SENTIER DÉTOX

Purezza (Short)

Grotte de sel (15 min.)
Flottement dans le lac salé (15 min.) Phytothérapie et relaxation (10 min.)

Gommage détoxifiant aux sels basiques, racines de plantes et huile d'olive Lefay, marron d'Inde et groseille. Désintoxication par thérapie de boue: offre une protection antioxydante grâce au limon enrichi en ions minéraux de manganèse extraits de la rhodolite, à l'huile de marron d'Inde et aux extraits de gentiane et d'escine.

LUN / JEU

€ 180,00

(1 heure, 50 min.)

VEN / DIM*

€ 198,00

(1 heure, 50 min.)

Purezza (Long)

Au sentier court, on ajoute:
Massage détoxifiant à l'huile de marron d'Inde, à l'huile d'olive Lefay et aux extraits de groseille.

LUN / JEU

€ 240,00

(2 heures, 10 min.)

VEN / DIM*

€ 264,00

(2 heures, 10 min.)

SENTIER APAISANT

Leggerezza (Short)

Grotte de sel (15 min.)
Flottement dans le lac salé (15 min.) Phytothérapie et relaxation (10 min.)

Gommage apaisant à la poudre de malachite (ion de cuivre), à l'huile d'arnica et millepertuis et à l'huile de marron d'Inde. Thérapie à la boue apaisante: traitement contre les radicaux libres, utilise le limon du territoire et les ions minéraux de cuivre extraits de la malachite, ainsi que du saule et de la griffe du diable.

LUN / JEU

€ 180,00

(1 heure, 50 min.)

VEN / DIM*

€ 198,00

(1 heure, 50 min.)

Leggerezza (Long)

Au sentier court, on ajoute:
Massage apaisant à l'huile d'olive Lefay, au marron d'Inde et à l'arnica.

LUN / JEU

€ 240,00

(2 heures, 10 min.)

VEN / DIM*

€ 264,00

(2 heures, 10 min.)

SENTIER ANTI-AGING**Luce (Short)**

Grotte de sel (15 min.)
Flottement dans le lac salé (15 min.) Phytothérapie
et relaxation (10 min.)

Gommage anti-âge à la poudre d'olivine (ion de magnésium), à l'huile d'olive Lefay, à l'huile de rose, à la vitamine A et E et aux extraits de groseille. Thérapie à la boue anti-âge: la boue enrichie aux ions de minéraux de magnésium extraits de l'olivine constitue un puissant oxygénant et énergisant qui augmente les niveaux d'énergie des cellules de la peau et contrecarre le stress et la fatigue.

LUN / JEU**€ 180,00**

(1 heure, 50 min.)

VEN / DIM***€ 198,00**

(1 heure, 50 min.)

Luce (Long)

Au sentier court, on ajoute:
Massage anti-âge à l'huile d'olive Lefay, au marron d'Inde, à l'huile de rose et aux vitamines E et F.

LUN / JEU**€ 240,00**

(2 heures, 10 min.)

VEN / DIM***€ 264,00**

(2 heures, 10 min.)

PARCOURS DANS LE LAC SALÉ**L'Aurora nel Lago**

Une eau à une température de 36-38° C permet au corps d'absorber les oligo-éléments et les minéraux du sel alpin dissous dans l'eau. Il a un effet drainant, détoxifiant et relaxant. Durée de 40 minutes, en alternant entre le bain et la relaxation.

Nous recommandons de commencer par 15 minutes de respiration dans la grotte de sel, continuer en flottant dans le lac salé pendant 15 minutes et conclure par une relaxation et une phytothérapie dédiée (10 min.).

LUN / JEU**€ 50,00**par personne
(jusqu'à 6 personnes)**VEN / DIM*****€ 55,00**par personne
(jusqu'à 6 personnes)**LUN / JEU****€ 90,00**

par couple

VEN / DIM***€ 99,00**

par couple



MÉDECINE ESTHÉTIQUE NON INVASIVE

Traitements effectués à l'aide de techniques et d'instruments conçus pour améliorer les imperfections de la peau sans recourir à des thérapies invasives. Une approche du rajeunissement qui garantit des résultats efficaces et harmonieux dans le temps grâce à des équipements de haute technologie.

01.

TRAITEMENTS DU VISAGE AVEC DES ÉQUIPEMENTS DE HAUTE TECHNOLOGIE

HYDRAFACIAL MD FACE

Il s'agit d'une technologie unique d'hydro-dermoabrasion, dont l'efficacité est reconnue dans le monde entier. HydraFacial est un véritable nettoyage hydrique de la peau, qui combine des traitements tonifiants avec une technologie médicale avancée, pour obtenir une peau saine. On utilise la technologie brevetée «Vortex Fusion», pour un éclat instantané et gratifiant. La conception unique de la spirale crée un effet de vortex qui facilite l'élimination des impuretés, introduisant dans la peau des principes actifs exfoliants, antioxydants et hydratants.

Traitement HydraFacial MD + Booster

Un traitement de rajeunissement de la peau personnalisable qui réduit immédiatement l'apparence des ridules de vieillissement et les rides. Limite l'hyperpigmentation et les taches d'acné, décongestionne les pores de la peau et améliore le tonus du visage et du cou. Ce traitement comprend également l'utilisation de boosters et la thérapie à la lumière LED.

LUN / JEU
€ 250,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 275,00
(60 min.)

Traitement deluxe HydraFacial MD

Un traitement revigorant qui inclut tous les éléments essentiels et le luxe d'HydraFacial MD, pour le visage, le cou et le décolleté. Il commence par une thérapie de drainage lymphatique pour le processus de désintoxication. Ainsi, HydraFacial MD nettoie, exfolie, élimine les impuretés et hydrate la peau en profondeur. Ce traitement comprend également l'utilisation de boosters et masques spécifiques en fonction des imperfections et la thérapie à la lumière LED,

LUN / JEU
€ 310,00
(80 min.)

VEN / DIM*
€ 341,00
(80 min.)

Traitement HydraFacial MD + Traitement Perk

Un traitement intensif pour le contour des yeux et les lèvres. Fournit la solution idéale pour un soin parfait de la peau. Éclaircit, tonifie, raffermi et draine les poches des yeux tout en maintenant l'hydratation. Exfolie, nourrit et repulpe parfaitement les lèvres grâce à des ingrédients tels que l'huile de menthe poivrée et l'extrait de pivoine.

LUN / JEU
€ 210,00
(40 min.)

VEN / DIM*
€ 231,00
(40 min.)

OXYGÉNOTHÉRAPIE

Intraceuticals

Il s'agit de la nouvelle frontière dans le traitement de la peau. Ce soin est fondé sur le principe de l'oxygène hyperbare topique associé à des cosmétiques de dernière génération à base d'acide hyaluronique, d'antioxydants, de thé vert, d'aloès et de vitamines A, C et E. La technique est indolore, ne présente aucune contre-indication et les bénéfices sont visibles et immédiats car l'oxygène hyperbare permet de délivrer les principes actifs dans les couches les plus profondes de la peau.

Rejuvenate

Traitement ciblé des rides et ridules, amélioration des petites imperfections et hydratation globale.

LUN / JEU

€ 200,00

(60 min.)

CYCLE DE 3 SESSIONS

€ 480,00

VEN / DIM*

€ 222,00

(60 min.)

RADIOFRÉQUENCE

Thérapie Indiba Active

La radiofréquence faciale stimule la production de collagène, une substance protéique responsable de la souplesse et de l'hydratation de la peau et des tissus. La production de collagène contribue donc à étirer la peau, à atténuer les rides et à rendre la peau plus douce, hydratée, lisse et lumineuse. Traitement idéal pour les personnes qui ont besoin de rajeunir leur peau avec un effet immédiat.

LUN / JEU

€ 180,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 198,00

(50 min.)

Parcour Visage recommandé :

1 Traitement HydraFacial MD + Booster

1 Intraceuticals Rejuvenate

1 Radiofréquence Thérapie Indiba Active

€ 580,00

02.

TRAITEMENTS DU CORPS AVEC DES ÉQUIPEMENTS DE HAUTE TECHNOLOGIE

HYDRAFACIAL MD BACK

Hydrafacial MD est un traitement parfait pour le nettoyage en profondeur de la peau, également pour les épaules et le dos, notamment en cas d'acné ou en présence d'impuretés.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 180,00	€ 198,00
(50 min.)	(50 min.)

INDIBA ACTIV THERAPY (TECARTHÉRAPIE)

Dans le but de réparer les dommages de l'intérieur, Indiba Activ agit au niveau des cellules, en favorisant la biostimulation, la vascularisation et l'hyperactivation. On parvient ainsi à apporter une hydratation supplémentaire aux tissus, pour qu'ils s'oxygènent, cicatrisent, se drainent et se restructurent. Le résultat est une meilleure apparence, plus saine. Ce traitement permet de lisser les rides dues au vieillissement ou à une éventuelle perte de tonicité de la peau causée par une perte de poids, une exposition prolongée au soleil ou une grossesse. Il active également le métabolisme cellulaire et réduit la rétention d'eau.

Traitement anti-cellulite pour les jambes et les fesses

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 132,00
(60 min.)	(60 min.)

Traitement de l'abdomen

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 60,00	€ 66,00
(30 min.)	(30 min.)

VELASHAPE

Remodelage, réduction des graisses localisées et de la cellulite

Un système innovant qui augmente le métabolisme, la lipolyse et le drainage lymphatique, réduisant ainsi les cellules adipeuses. Grâce à la technologie révolutionnaire Elos, qui combine la lumière infrarouge, la radiofréquence, l'aspiration et les manipulations, la production de collagène augmente et la circonférence de la zone traitée diminue, pour une silhouette totalement remodelée et raffermie.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 140,00	€ 154,00
(30 min.)	(30 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 210,00	€ 231,00
(50 min.)	(50 min.)

03.

ZO SKIN HEALTH RESTORATION BY DR. ZEIN OBAGI

LES TRAITEMENTS DU DOCTEUR ZEIN OBAGI POUR LA SANTÉ DE LA PEAU

Les principes du programme du Dr. Obagi visant à rétablir une peau saine sont particulièrement applicables aux peaux présentant des problèmes de vieillissement ou des anomalies de la texture cutanée, souffrant de problèmes d'acné ou causés par des dommages causés par le soleil.

Le Dr. Zein Obagi est le directeur médical et scientifique de ZO Skin Health inc. et est connu dans le monde entier pour avoir conçu des traitements, des protocoles et des produits de soins de la peau scientifiquement avancés. Sa méthodologie vise à rétablir une peau saine et à corriger les principales imperfections de la peau du visage. Les produits ZO sont des cosméceutiques de qualité et d'efficacité pharmacologiques, utilisant des nanotechnologies sophistiquées, des systèmes d'administration et des ingrédients actifs avancés.

TRAITEMENT ILLUMINATEUR

Pour les peaux matures présentant une décoloration de la peau

Les dyschromies cutanées sont des altérations liées à une accumulation de pigments mélaniques, qui donnent lieu à des taches localisées inesthétiques sur le visage et sur les zones les plus exposées de la peau. Ce traitement illuminant améliore la peau, en lui donnant un teint éclatant et une texture plus uniforme, grâce aux acides salicylique, lactique et citrique. De puissants antioxydants et coenzymes inhibent la production de mélanine, stimulant ainsi la reproduction de cellules saines.

LUN / JEU
€ 170,00
(60 min.)

VEN / DIM*
€ 187,00
(60 min.)

TRAITEMENT ULTRA HYDRATANT OSSENTIAL

Pour les peaux sèches et déshydratées

Ce traitement commence par un nettoyage hydratant et une micro-exfoliation qui élimine les impuretés de surface. Grâce aux extraits de mûre, réglisse et busserole avec acide lactique et kojique, la peau est préparée pour le peeling, qui améliore l'éclat, la pureté et la texture de la peau, en atténuant les rides. Idéal pour les peaux sèches et matures, où l'avancée de l'âge et les facteurs tels que les circonstances environnementales, le métabolisme et le mode de vie ont altéré l'hydratation naturelle. Grâce à l'utilisation d'enzymes de réparation de l'ADN et de mélanine naturelle, la peau sera visiblement plus ferme, renforcée et protégée.

LUN / JEU

€ 170,00
(60 min.)

VEN / DIM*

€ 187,00
(60 min.)

TRAITEMENT PEAUX PRÉSENTANT DES IMPURETÉS

Pour les peaux grasses ou acnéiques

La peau grasse est plus épaisse que la normale, avec une apparence huileuse, avec des pores dilatés, des comédons et des points noirs qui peuvent dégénérer en une inflammation chronique appelée acné. Grâce à l'utilisation de produits à base d'AHA et de l'acide salicylique, la production excessive de sébum est minimisée, ce qui permet d'obtenir le rétrécissement des pores. Immédiatement, la peau est plus propre, plus saine et sans excès de sébum. En outre, l'utilisation d'antioxydants, de mélanine naturelle, d'oxyde de zinc et de dioxyde de titane réduit les cicatrices d'acné.

LUN / JEU

€ 170,00
(60 min.)

VEN / DIM*

€ 187,00
(60 min.)



MASSAGE ET PHYSIOTHÉRAPIE - OSTÉOPATHIE

Lefay SPA propose des consultations spécialisées dans les domaines de massage, de physiothérapie et d'ostéopathie.

01.

MASSAGE ET PHYSIOTHÉRAPIE

Pratique physiothérapeutique basée sur le massage qui stimule certaines régions du corps afin d'améliorer les activités physiologiques.

Elle consiste en une série de techniques différentes effectuées pour soulager les douleurs musculaires ou articulaires, réduire les tensions et la fatigue musculaire, tonifier le volume de certains tissus et améliorer le bien-être psychologique de la personne.

BILAN POSTURAL

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 90,00**	€ 99,00**

TRAITEMENT DE MASSAGE ET PHYSIOTHÉRAPIE

Améliore la circulation sanguine, accélère l'apport d'oxygène et de nutriments et l'élimination des déchets métaboliques. Il a une action décontractante, soulage les douleurs musculaires, le mal de dos et les douleurs cervicales.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 105,00	€ 116,00
(30 min.)	(30 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 125,00	€ 138,00
(50 min.)	(50 min.)

MASSAGE MYOFASCIAL POSTURAL

Le massage est particulièrement efficace pour le traitement des raideurs et en cas de contractures des muscles, y compris celles chroniques. Les bénéfices consistent en l'amélioration de la posture et la résolution des douleurs musculoarticulaires.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00**	€ 110,00**

INDIBA ACTIV THERAPY (TECARTHÉRAPIE)

Dans le domaine de la physio-esthétique, Indiba Activ Therapy agit en rééquilibrant le métabolisme cellulaire, améliorant la microcirculation, réduisant les oedèmes, favorisant la réabsorption des hématomes et prévenant l'apparition d'adhérences et de fibroses, avec une haute efficacité dans le traitement des lésions sportives aiguës et post-opératoires, idéal pour traiter les douleurs musculaires et articulaires.

Pathologie cervicale - Tendinopathies Lombalgie - Lésions ligamentaires

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 60,00	€ 66,00
(30 min.)	(30 min.)

Récupération (après l'activité)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 132,00
(60 min.)	(60 min.)

02.

OSTÉOPATHIE

L'objectif ultime de cette thérapie est la santé par la réduction de la douleur, l'amélioration de la fonction articulaire, le traitement des dysfonctionnements physiologiques et la suppression des obstacles à une transmission nerveuse optimale. Il s'agit d'un type de médecine alternative qui utilise des techniques de manipulation visant à rétablir l'équilibre général du corps, ses fonctions et son bien-être. L'ostéopathie prend en compte l'individu dans sa totalité, en tant que système composé de muscles, de structures squelettiques et d'organes internes connectés dans les centres nerveux de la colonne vertébrale. Chaque partie constitutive de la personne (y compris le psychisme) dépend des autres, et le bon fonctionnement de chacune assure celui de l'organisme tout entier.

CONSULTATION OSTÉOPATHIQUE

Analyse anamnestique et d'évaluation visant à définir un plan de traitement si nécessaire. Elle est recommandée aussi bien avant le traitement qu'en tant que consultation indépendante. Après avoir établi une synthèse des informations recueillies, l'invité se voit enseigner des exercices et des pratiques qui peuvent être bénéfiques pour sa santé.

LUN / JEU
€ 55,00**

VEN / DIM*
€ 61,00**

MASSAGE CERVICAL OSTÉOPATHIQUE

Un traitement pour ceux qui souhaitent depuis longtemps se débarrasser de fastidieuses contractures musculaires cervicales sans renoncer à l'agrément du massage. La séance comprend, en premier lieu, un rééquilibrage de la posture, suivi d'une distension des fascias des muscles du cou et d'une correction ostéopathique des vertèbres dysfonctionnelles, qui sont souvent à l'origine de ces douleurs gênantes au cou et aux épaules. Enfin, pour détendre les muscles, un agréable massage décontractant est effectué afin de relâcher les dernières tensions.

LUN / JEU
€ 115,00
(45 min.)

VEN / DIM*
€ 127,00
(45 min.)

TRAITEMENT AVEC DES MANIPULATIONS OSTÉOPATHIQUES

Le traitement avec des manipulations ostéopathiques est le processus par lequel le corps est guidé vers la redécouverte de sa propre harmonie, vers l'intégration du corps, de l'esprit et de l'âme, entre la structure et la fonction ; il restaure la faculté d'auto-guérison de l'individu. Comme il agit principalement sur les structures ostéo-squelettiques, il est davantage indiqué pour les problèmes tels que les lésions sportives ou les maux de dos.

LUN / JEU
€ 115,00

VEN / DIM*
€ 127,00

TRAITEMENT CRANÉO-SACRAL

L'ostéopathie cranéo-sacrée doit son nom aux structures osseuses qui entourent le système nerveux (le crâne et le sacrum), qui protègent le cerveau et la moelle épinière. En agissant sur ces structures, il est possible d'entrer en contact avec le rythme crânien, qui se propage dans tout le corps, ré-harmonisant les fonctions organiques et l'état psychique. Doux et relaxant, ce traitement est particulièrement indiqué en cas de maux de tête, de contractures cervicales ou de problèmes liés au stress.

LUN / JEU
€ 130,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 143,00
(50 min.)



SPA À LA CARTE

Un large éventail de massages occidentaux, de traitements et de rituels issus des différentes traditions orientales, ainsi que des massages spécifiques au sport.

01.

MASSAGES OCCIDENTAUX



BIENVENUE LEFAY

Massage du dos pour en détendre les muscles. Il procure une profonde sensation de bien-être grâce aux huiles essentielles les plus pures de pin cembro et de menthe poivrée, arômes typiques de la montagne.

LUN / JEU
€ 45,00

(20 min.)

VEN / DIM*
€ 50,00

(20 min.)



DÉCONTRACTURANT CERVICAL-DORSAL

Il détend les muscles et produit un effet immédiat de soulagement de toutes les zones contractées du dos.

LUN / JEU
€ 75,00

(30 min.)

VEN / DIM*
€ 83,00

(30 min.)



MASSAGE DE LA TÊTE

La Finestra del Cielo

Un massage revigorant à l'huile d'olive extra vierge Lefay qui, par la stimulation des points énergétiques, détend les muscles de la tête et du cou, favorisant une profonde relaxation. L'huile d'olive nourrit en profondeur les cheveux, le fil de l'âme, et les rend sains et rayonnants.

LUN / JEU
€ 75,00

(25 min.+ 5 min. de relax)

VEN / DIM*
€ 83,00

(25 min.+ 5 min. de relax)



RITUEL DE RENAISSANCE POUR LES MAINS ET LES PIEDS

Il Passo e la Carezza

Il s'agit d'un rituel de soin profond pour les mains et les pieds: ce sont les deux parties du corps qui ont toujours été notre contact avec la terre mère, ainsi qu'avec les personnes et les choses qui nous entourent. Le traitement commence par un bain de pieds imprégné de tranches de citron et de sels parfumés à la menthe et au citron, suivi d'une acupression douce du visage et de la tête aux notes aromatiques et relaxantes de la lavande et d'une exfoliation avec un gommage apaisant à la poudre de malachite. Un paquet hydratant et un massage relaxant des zones de réflexologie des mains et des pieds sont ensuite effectués avec de l'huile nourrissante à la rose enrichie de vitamines.

LUN / JEU
€ 170,00

(1 heure, 30 min.)

VEN / DIM*
€ 187,00

(1 heure, 30 min.)



CALIFORNIEN

Massage relaxant et apaisant qui, grâce à des mouvements doux et fluides, légers ou plus profonds, libère l'esprit des pensées et procure un bien-être psychophysique. Dédié à ceux qui cherchent un moment de véritable détente, à ceux qui veulent recevoir un massage enveloppant et délicat. Il favorise la relaxation, ce qui est particulièrement bénéfique pour les personnes stressées et surchargées de travail.

LUN / JEU
€ 100,00

(50 min.)

VEN / DIM*
€ 110,00

(50 min.)



CONNECTIF

Réactive la circulation et améliore le trophisme des tissus grâce aux manoeuvres de décollement profond du tissu conjonctif. La peau redevient élastique et compacte et le corps retrouve sa légèreté.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00	€ 110,00
(50 min.)	(50 min.)



MASSAGE ÉNERGÉTIQUE PIEDS

L'ensemble du corps humain se reflète dans les pieds. Avec des pressions profondes et légères, on essaye de rétablir un équilibre dans le corps, en massant les pieds d'une manière qui correspond à un état psychophysique de la personne et donc à partir d'une vision holistique visant à augmenter la conscience et à éveiller les ressources que chacun de nous a en soi.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00	€ 110,00
(50 min.)	(50 min.)



DEEP TISSUE

Technique de massage visant à traiter les muscles profonds du système myo-fascial, capable d'agir sur les structures difficilement traitables avec d'autres méthodes.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 125,00	€ 138,00
(50 min.)	(50 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 190,00	€ 210,00
(80 min.)	(80 min.)



HÉMOLYMPHATIQUE

Il améliore la circulation sanguine et a une forte action drainante. Il est idéal pour remodeler la silhouette et donner de la légèreté au corps. Combinaison idéale avec les traitements de beauté du corps.

LUN / JEU	VEN / DIM*
100,00	€ 110,00
(50 min.)	(50 min.)

MASSAGE AUX BOUES CHAUDES AROMATIQUES

Particulièrement agréable car réalisé avec les boues chaudes Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*. Riches en huiles, argiles, sulfates et montmorillonite, elles exercent une action osmotique détoxifiante et antioxydante.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 132,00
(60 min.)	(60 min.)

MASSAGE À LA BOUGIE

Massage relaxant avec des huiles chaudes provenant de bougies parfumées. Il soulage les tensions et procure au corps des sensations nouvelles et agréables.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00	€ 110,00
(45 min.)	(45 min.)

MASSAGE MODELANT DU VISAGE

Action modelante, tonifiante et drainante obtenue par la combinaison de manoeuvres effectuées le long de l'implantation de tous les muscles de l'orbite du visage. Il dynamise les fibres élastiques et stimule la production de collagène, renforce la fermeté et redonne vie aux peaux fatiguées. L'utilisation de l'huile cosmétique anti-âge biologique Lefay SPA accélère la régénération de la peau.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 100,00	€ 110,00
(40 min.)	(40 min.)



TRAITEMENTS POUR LES FUTURES MAMANS

Spécifiques aussi bien pour les femmes enceintes (après le 4ème mois) que pendant la période d'allaitement. Ils permettent de retrouver rapidement la forme, hydratant la peau en profondeur et la rendant plus élastique.

Massage hydratant et drainant à l'huile d'olive extra vierge Lefay

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 90,00	€ 99,00
(50 min.)	(50 min.)

Massage *Gambe Leggere*

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 50,00	€ 55,00
(30 min.)	(30 min.)



TRAITEMENT PLANTAIRE RELAXANT

Dolce Attesa

Massage doux des plantes des pieds visant à stimuler le drainage lymphatique. Il améliore et favorise la circulation sanguine et a un effet relaxant sur le système nerveux.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 80,00	€ 88,00
(30 min.)	(30 min.)



TRAITEMENT PLANTAIRE RELAXANT KIDS

Un bref et agréable traitement pour les enfants, très relaxant, agissant sur la circulation et sur les petites tensions musculaires.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 45,00	€ 50,00
(20 min.)	(20 min.)

MASSAGE SPORTIF

Effectué sur des zones spécifiques du corps, il vise à améliorer les performances athlétiques. Grâce à l'action directe apportée par l'augmentation du flux hématique et par l'excitation des terminaisons nerveuses, il assure une série de bienfaits, dont notamment : réduction des tensions musculaires, stimulation de la microcirculation locale, effet drainant combiné à une élimination accélérée de l'acide lactique et des déchets métaboliques, décongestion et relaxation des tissus avec la guérison conséquente des contractures musculaires, prévention des blessures et préparation des muscles à l'activité physique. Le massage est idéal non seulement après l'activité sportive, mais aussi entre les activités, ou avant. Les effets positifs sont renforcés par l'utilisation simultanée de produits à base d'huiles chauffantes, régénératrices et relaxantes.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 45,00	€ 50,00
(20 min.)	(20 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 90,00	€ 99,00
(40 min.)	(40 min.)

02.

MASSAGES ET RITUELS ORIENTAUX



MASSAGE DE L'ABDOMEN

Ce rituel est dédié à l'abdomen et est utile pour soulager les tensions. Dans cette zone du corps, de nombreuses personnes somatisent leurs peurs et leur stress, ce qui crée des problèmes pour l'un des organes les plus importants du corps: l'intestin.

LUN / JEU
€ 115,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 127,00
(50 min.)



NEI GONG TUINA 推拿

Le Tui Na (tūi signifie presser et ná, saisir) est une technique de massage chinoise très ancienne qui remonte à la dynastie Ming (400 av. J.-C.). Elle agit en rééquilibrant le Yin et le Yang, en dissolvant les blocages énergétiques et en renforçant le système immunitaire. Doux, énergique, continu et profond, tels sont les adjectifs qui décrivent bien ce massage, dont l'action est parfaitement intégrée à l'acupuncture, la moxibustion et les ventouses. Idéal pour traiter des troubles tels que les maux de tête, l'insomnie, la constipation, les douleurs lombaires, cervicales et articulaires.

LUN / JEU
€ 115,00
(50 min.)

VEN / DIM*
€ 127,00
(50 min.)

LUN / JEU
€ 145,00
(70 min.)

avec moxibustion

VEN / DIM*
€ 160,00
(70 min.)

avec moxibustion

LUN / JEU

€ 145,00
(70 min.)
avec ventouses

VEN / DIM*

€ 160,00
(70 min.)
avec ventouses

SHIATSU

Dans ce traitement, on utilise une technique basée sur la pression perpendiculaire, maintenue constante et visant à éveiller la force vitale et la capacité d'auto-guérison chez tout un chacun. Le Shiatsu peut soulager les états douloureux physiques et psychologiques (comme l'anxiété, la détresse, etc.). Il procure un bien-être immédiat et induit un état de relaxation complète. Enfin, il permet à l'organisme de retrouver l'équilibre et l'harmonie avec lui-même et le milieu environnant.

LUN / JEU

€ 125,00
(65 min.)

VEN / DIM*

€ 138,00
(65 min.)



DORSAL TIBÉTAIN

L'action combinée des manoeuvres décontracturantes, des éponges chaudes et des ventouses procure du bien-être et de la détente au dos. Le son des cloches tibétaines réveille les zones les plus silencieuses du corps, qui ont perdu leur élasticité et leur capacité à être en harmonie avec l'ensemble de l'organisme.

LUN / JEU

€ 110,00
(50 min.)

VEN / DIM*

€ 121,00
(50 min.)



NEW

MASSAGE SONORE AUX CLOCHES TIBÉTAINES

Le son harmonique qui accompagne ce massage a des effets formidables et naturels.

Il agit spécifiquement sur la vibration individuelle et sur le rééquilibrage des champs énergétiques (Chakras), régénérant l'énergie positive du corps. Vous vivrez ensuite un moment de paix, d'écoute intérieure, les blocages et les émotions comprimées seront libérés, laissant place au renouvellement.

Une fois terminé, vous souhaitez naturellement retrouver ce bien-être.

LUN / JEU**€ 90,00**

(40 min.)

VEN / DIM***€ 99,00**

(40 min.)

SOUND MASSAGE

dans le Lac Salé L'Aurora nel Lago

De 12 à 15 heures

LUN / JEU**€ 120,00**

(40 min.)

VEN / DIM***€ 132,00**

(40 min.)

**LOMI LOMI**

Massage dans l'ancienne tradition hawaïenne, réalisé par des mouvements définis Hula, de longues manipulations, presque des effleurements, qui alternent rythme et intensité, comme une danse. Très agréable et relaxant, il soulage le stress en augmentant l'énergie du corps.

LUN / JEU**€ 125,00**

(50 min.)

VEN / DIM***€ 138,00**

(50 min.)

**STONE THERAPY**

Réalisée avec des pierres volcaniques chaudes qui retiennent la chaleur et la restituent lentement. Indiquée pour les douleurs musculaires, rhumatismales et dorsales. Améliore la mobilité des muscles et des articulations. Très bénéfique pour l'humeur et le bien-être de l'esprit.

LUN / JEU**€ 150,00**

(80 min.)

VEN / DIM***€ 165,00**

(80 min.)

THAI

Massage qui exerce une pression sur les lignes énergétiques par l'utilisation de la paume et du pouce. Combiné avec l'étirement passif de tous les membres, améliore la circulation et rend le corps plus élastique.

LUN / JEU**€ 135,00**

(60 min.)

VEN / DIM***€ 149,00**

(60 min.)

AYURVEDA

De la racine sanskrite *Ayur*, qui signifie «vie» et *Veda*, qui signifie «science», une ancienne discipline indienne pratiquée pour soigner l'individu de manière naturelle et harmoniser les trois *Dosha*: VATA le mouvement, PITTA le métabolisme, KAPHA la structure.

**TRAITEMENT OSMOTIQUE AYURVÉDIQUE**

La boue de massage osmotique contient une combinaison d'huiles essentielles de romarin, de patchouli, d'origan et de cyprès, qui ont un effet lissant et réactivent les échanges cellulaires. La peau est plus ferme et plus compacte. Les sels contenus dans la boue favorisent l'élimination des liquides en excès par osmose.

LUN / JEU**€ 200,00**

(90 min.)

VEN / DIM***€ 220,00**

(90 min.)

**ABHYANGA**

Selon la philosophie ayurvédique, le but principal du massage est de maintenir et de rétablir un bon état de santé en harmonisant les énergies vitales, en éliminant les toxines physiques et mentales et en créant un flux émotionnel positif qui élève l'esprit.

LUN / JEU**€ 170,00**

(80 min.)

VEN / DIM***€ 187,00**

(80 min.)



SHIRO-DARA AVEC ABHYANGA

L'huile coule lentement, régulièrement et en continu sur le front, stimulant le centre énergétique du sixième chakra. Le corps se détend profondément, la respiration ralentit, l'esprit se vide, l'individu fait l'expérience de l'harmonie et de la paix intérieure.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 220,00 (110 min.)	€ 242,00 (110 min.)

RITUEL DE LA SOIE

Un enveloppement au beurre de karité associé à un massage spécial, parfumé et enrichi avec de l'huile d'argan. Particulièrement adapté aux peaux sèches, ce soin a un effet hydratant et nourrissant et laisse la peau lisse et douce. Les propriétés exceptionnelles de l'huile d'argan et les antioxydants du beurre de karité sont très élastiques et apaisent et hydratent la peau. Cette compresse est réalisée dans la baignoire «Nuvola» où le toucher des mains et la suspension entre les couleurs et les parfums enveloppants, font de ce traitement une expérience de bien-être total impliquant tous les sens.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 150,00 (75 min.)	€ 165,00 (75 min.)

RITUELS DANS LE HAMMAM

LES MILLE ET UNE NUITS

De l'ancienne tradition du Moyen-Orient découle un rituel de purification du visage et du corps dédié à l'hygiène profonde de la peau, à l'élimination des impuretés et des toxines et au relâchement des tensions. Il commence par un bain de vapeur (calidarium) pour préparer la peau à une exfoliation au savon noir. Sur le divan chauffant, le gommage est effectué avec le gant «Kassa», suivi de l'application du «Rassoul» et du bain de vapeur, pour finir par un huilage relaxant à l'huile d'argan pure. Chaque phase du rituel corporel sera accompagnée d'un soin du visage. Les produits utilisés sont naturels et à base de

savon noir, d'argile et de miel pour un résultat final de splendeur maximale de la peau.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 200,00 version longue, pour visage et corps (1 heure, 45 min.)	€ 220,00 version longue, pour visage et corps (1 heure, 45 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 380,00 par couple (1 heure, 45 min.)	€ 418,00 par couple (1 heure, 45 min.)

RITUEL BANYA

Laissez-vous surprendre par ce rituel aux origines lointaines, original, inoubliable. Le Banya est une variante du sauna traditionnel qui a vu le jour en Europe de l'Est. Lieu de détente, de santé et de bien-être, ses origines remontent à l'époque coloniale viking. Il commence par la chaleur et l'humidité du hammam, puis se poursuit par un massage corporel détoxifiant et rythmé, à l'aide de «veniks», des brindilles de chêne, qui sont utilisées pour se détendre, éliminer les tensions et purifier l'âme.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 200,00 (1 heure, 45 min.)	€ 220,00 (1 heure, 45 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 380,00 par couple (1 heure, 45 min.)	€ 418,00 par couple (1 heure, 45 min.)



POUR LE COUPLE

Des rituels dédiés au couple à l'intérieur de nos SPAS privés exclusifs, inspirés de l'atmosphère alpine et des éléments de la nature montagnarde, pour se redécouvrir dans un voyage sensuel à deux.

01.

SPAS PRIVÉS

Inspirés des atmosphères alpines, les deux splendides SPAS privés de Lefay se caractérisent par des décors et des parcours de bien-être à partager ensemble, pour profiter du plaisir des traitements en toute détente.

LA FORÊT

Dans l'atmosphère magique d'une forêt enchantée, on propose un rituel qui évoque l'harmonie de la nature, les parfums des prairies fleuries et le charme des cascades : l'agréable sensation d'être enveloppé dans des gouttes vaporeuses d'eau fraîche, les ornements étincelants des fleurs qui s'épanouissent sur les berges des rivières. Un enchantement à partager, protégés par les arbres environnants, gardiens d'une beauté intacte. On dit que le gardien de ces lieux était une fée qui vivait dans les cascades des vallées, cachée entre les nuages d'eau en été et les cristaux gelés en hiver.

RITUEL DE BIENVENUE LEFAY:

LE LAC ALPIN

Dans l'atmosphère recréée d'un étang entouré de conifères, détendez votre esprit et votre corps, abandonnant le stress et la fatigue dans un bain chaud dans une eau enrichie de précieuses essences alpines.

SOIN DU VISAGE PARMIS LES ÉTOILES ET LES FLEURS ALPINES

On dit que lorsque les Dolomites ont émergé des eaux, des créatures magiques ont donné naissance à des fleurs, des plantes et des animaux. Les plus hautes montagnes, cependant, nues et dénudées, souffraient: leur plainte fut entendue par le ciel, d'où une étoile tomba parmi les rochers, la graine de l'edelweiss. Ces fleurs, exposées à de grands changements de température et aux rayons ultraviolets, possèdent des défenses efficaces, les mêmes que celles qui s'avèrent bénéfiques pour notre peau. Les phyto-nutriments contenus dans les fleurs et utilisés par ce traitement antiâge protègent la peau des radicaux libres et ralentissent le processus de vieillissement. Le traitement commence par un gommage qui prépare le visage pour le massage, qui stimule la régénération des tissus. Enfin, l'application du masque redonne de l'éclat à la peau.

MASSAGE DE LA FÉE NARDIS

Il évoque le parfum de la végétation fraîche et des conifères qui poussent sur les rives des chutes d'eau et des ruisseaux alpins. L'eau de la source coule vers les pâturages et les prairies fleuries, acquérant, le long de son parcours, les parfums des prairies fleuries. Le massage, effectué avec de l'huile de fleurs alpines, exerce une action antiâge et protectrice sur l'ensemble du corps.

MOMENT DE DÉTENTE GOURMET AUX FRUITS ROUGES

Ce moment est adouci par un cocktail qui comble les sens avec des notes de fruits rouges.

LUN / JEU

€ 530,00

par couple

(parcours de 2 heures, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 583,00

par couple

(parcours de 2 heures, 30 min.)

Le SPA privé «La Forêt» est également proposé en version courte (bassin alpin, massage de la Fée Nardis et moment de détente gourmet aux fruits rouges)

LUN / JEU

€ 380,00

par couple

(parcours de 1 heure, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 418,00

par couple

(parcours de 1 heure, 30 min.)

LE CHALET

Un moment à deux dans un charmant chalet de montagne, comme dans un refuge loin de tout. Ce SPA privé s'inspire de l'intimité des fermes alpines, surplombant les magnifiques sommets des montagnes ou cachées à l'orée de forêts silencieuses. On y respire les notes ambrées des boiseries et la chaleur d'un environnement secret, comme un repaire niché dans le calme de la nature.

RITUEL DE BIENVENUE LEFAY:

BAIN HYDRATANT

Une sensation hypnotique de douceur enveloppe la peau comme un voile chaud et nourrissant: un bain hydratant à base de miel, d'huile d'olive Lefay et de marron d'Inde, qui procure au corps et à l'esprit un état de relaxation et de bien-être absolu.

GOMMAGE CARESSE DE LA FORÊT

Gommage corporel à base de farine de châtaigne, sel alpin et beurre de montagne : la farine obtenue des bois de châtaigniers qui entourent la vallée, avec le sel des Alpes et le beurre de montagne, agit avec un effet lissant et émollient, laissant une peau douce prête à recevoir le massage enveloppant de couple.

LE MASSAGE DES FAUNES

Les faunes sont des personnages qui remontent à la mythologie grecque et romaine, et en particulier au dieu Pan, le protecteur des pâturages, des forêts et de leurs créatures. On dit qu'ils avaient l'habitude de chasser et de courtiser les nymphes des arbres. Ce massage est effectué à l'aide de tampons chauds aux herbes, trempés dans le beurre de montagne connu pour ses propriétés anti-inflammatoires et relaxantes.

MOMENT DE DÉTENTE GOURMET DES FAUNES

Le rituel se termine par un moment de détente accompagné d'une boisson chaude et de friandises à partager, blottis devant la cheminée.

LUN / JEU

€ 530,00

par couple

(2 heures, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 583,00

par couple

(2 heures, 30 min.)

Le SPA privé «Le Chalet» est également proposé en version courte (bain hydratant au miel, massage des faunes et moment de détente gourmet des faunes)

LUN / JEU

€ 380,00

par couple

(1 heure, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 418,00

par couple

(1 heure, 30 min.)

02.

RITUELS DE COUPLE

MASSAGE À LA BOUGIE DANS LA SUITE DU SPA

Un rituel de couple sensuel dans lequel tous les sens sont mis à contribution: la lumière émise par la bougie crée une atmosphère et agit comme une chromothérapie, tandis que son parfum (aromathérapie) prédispose à la relaxation. Une expérience inoubliable à partager avec votre partenaire.

LUN / JEU**€ 200,00**

par couple

(45 min.)

VEN / DIM***€ 220,00**

par couple

(45 min.)

RITUEL MERVEILLE ARCTIQUE

Une expérience exaltante née de la rencontre entre le chaud et le froid. Nous sommes partis à la découverte des merveilles de la nature polaire: paysages de glace blancs et immaculés, sources chaudes voluptueuses et flore sous-marine insoupçonnée. On commence par un bain aux cristaux, bercés par les vagues du bain à remous et enivrés par les vapeurs relaxantes. Suite à cela, l'esprit erre pour atteindre le gommage aux paillettes de sel, avec lequel on renouvelle chaque centimètre de la peau. Le rituel se termine par le massage Merveille Arctique, inspiré du massage suédois pour la relaxation musculaire et réalisé avec des bulles de glace pour composer une symphonie d'échanges thermiques sur la surface de la peau.

LUN / JEU**€ 330,00**

par couple

(2 heures, 30 min.)

VEN / DIM***€ 383,00**

par couple

(2 heures, 30 min.)



BEAUTY AND HAIR SPA

Des services esthétiques professionnels dédiés à la beauté et
au soin des cheveux.

01.

SERVICES ESTHÉTIQUES

ÉPILATION MADAME ET MONSIEUR

MANUCURE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 60,00	€ 66,00

PÉDICURE CURATIVE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 75,00	€ 83,00

LEFAY SPA MANUCURE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 132,00

LEFAY SPA PÉDICURE

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 132,00

POSE DE VERNIS À ONGLES SEMI-PERMANENT

LUN / JEU	VEN / DIM*
à partir de € 25,00	à partir de € 28,00

TEINTURE DES SOURCILS

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 30,00	€ 33,00

TEINTURE DES CILS

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 50,00	€ 55,00

RECOURBEMENT SEMI-PERMANENT DES CILS

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 70,00	€ 77,00

02.

COIFFEUR

MISE EN PLIS

LUN / JEU	VEN / DIM*
de € 45,00 à € 80,00	de € 50,00 à € 88,00

COUPE FEMME

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 55,00 (Mise en plis non inclus)	€ 61,00 (Mise en plis non inclus)

COUPE HOMME

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 45,00	€ 50,00

COULEUR DES CHEVEUX

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 75,00	€ 83,00

MÈCHES

LUN / JEU	VEN / DIM*
de € 95,00 à € 125,00	de € 105,00 à € 138,00

LAMINATION DES CHEVEUX

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 55,00	€ 61,00

03.

TRAITEMENTS POUR LE SOIN DES CHEVEUX - LA MÉTHODE BIOSTHÉTIQUE

MÉTHODE NORMALISANTE

Traitement synergique pour le cuir chevelu gras

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 20,00	€ 22,00

MÉTHODE PELLICULES

Traitement synergique contre les pellicules

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 20,00	€ 22,00

MÉTHODE RÉGÉNÉRANTE

Traitement adjuvant synergique contre la perte de cheveux

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 20,00	€ 22,00

EPICÉLAN CLARIFIANT

Peeling doux du cuir chevelu

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 30,00	€ 33,00

ISOBIOS

Traitement détox avec effet sauna pour éliminer les toxines du cuir chevelu

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 40,00	€ 44,00

TRAITEMENT EN AMPOULES

Pour différentes alterations du cuir chevelu

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 16,00	€ 18,00

MASQUE INTENSE

Masque restructurant à l'action intense pour les cheveux abîmés

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 20,00	€ 22,00

MASQUE NOURRISSANT AUX HUILES

Traitement hydratant/nutritif pour les cheveux légèrement abîmés.

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 20,00	€ 22,00

PEELING

Traitement détoxifiant du cuir chevelu

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 30,00	€ 33,00



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 Intracutane
- 1 Gommage corporel au sel des Alpes et à l'huile de marron d'Inde
- 1 Massage énergétique corps revitalisant et anti-âge Lefay SPA *Alta Mare*
- 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-sacrés
- 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 Soins 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)







INFORMATIONS UTILES

RÉSERVATIONS ET CLAUSES D'ANNULATION POUR LES TRAITEMENTS ET LES PARCOURS BIEN-ÊTRE

Afin de garantir la disponibilité des traitements souhaités, nous vous prions de bien vouloir les réserver à l'avance. La Réception du SPA est toujours disponible au numéro +39 0465 768887. Si vous avez besoin d'annuler la réservation d'un traitement, merci de le faire au moins 24 heures à l'avance (72 heures pour les forfaits et programmes). Dans le cas contraire, les traitements, le forfait ou le programme vous sera/ seront facturé(s).

CE QUE VOUS DEVEZ APPORTER

Dans votre Suite, vous trouverez un sac SPA, un peignoir et une paire de tongs. Nous vous conseillons d'apporter un survêtement et des baskets pour les activités de remise en forme et les parcours de plein air. Nous vous prions de bien vouloir vous présenter en peignoir à la Réception du SPA au moins 10 minutes avant le début du traitement.

PRIX

Chaque programme et soin proposé a un double prix : le premier, marqué LUN / JEU, s'applique si l'activité est réalisée un jour compris entre le lundi et le jeudi ; le second, marqué VEN / DIM, s'applique si l'activité est réalisée un jour compris entre le vendredi et le dimanche ou pendant un jour férié.

LES NORMES DE CONDUITE

Le SPA est le temple du bien-être et de la tranquillité. Pour votre détente, nous vous prions de ne pas utiliser de téléphones portables ou d'appareils électroniques. Tous les invités, en particulier ceux qui ont des problèmes de santé, tels que l'hypertension artérielle, les problèmes cardiaques, etc., ainsi que les dames enceintes, sont priés de bien vouloir remplir le formulaire de santé ou de consulter la Réception du SPA avant de réserver des traitements.

OBJETS PERDUS ET DOMMAGES

Lefay Resort & SPA Dolomiti ne saurait être tenu responsable de la perte ou de l'endommagement des effets personnels et des objets de valeur. C'est pourquoi, nous vous conseillons de ne pas les laisser sans surveillance. Toutefois, si un objet perdu est retrouvé, il sera remis à la Réception principale.

ENFANTS ET ADULTES

Lefay SPA Dolomiti propose neuf saunas avec différents niveaux de température et d'humidité: **Le spacieux Sauna familial est dédié au bien-être des familles, qui se poursuit dans l'espace de détente de la piscine intérieure et de celle extérieure.** Le parcours énergétique Lefay SPA Method et la piscine sportive intérieure sont réservés aux adultes.

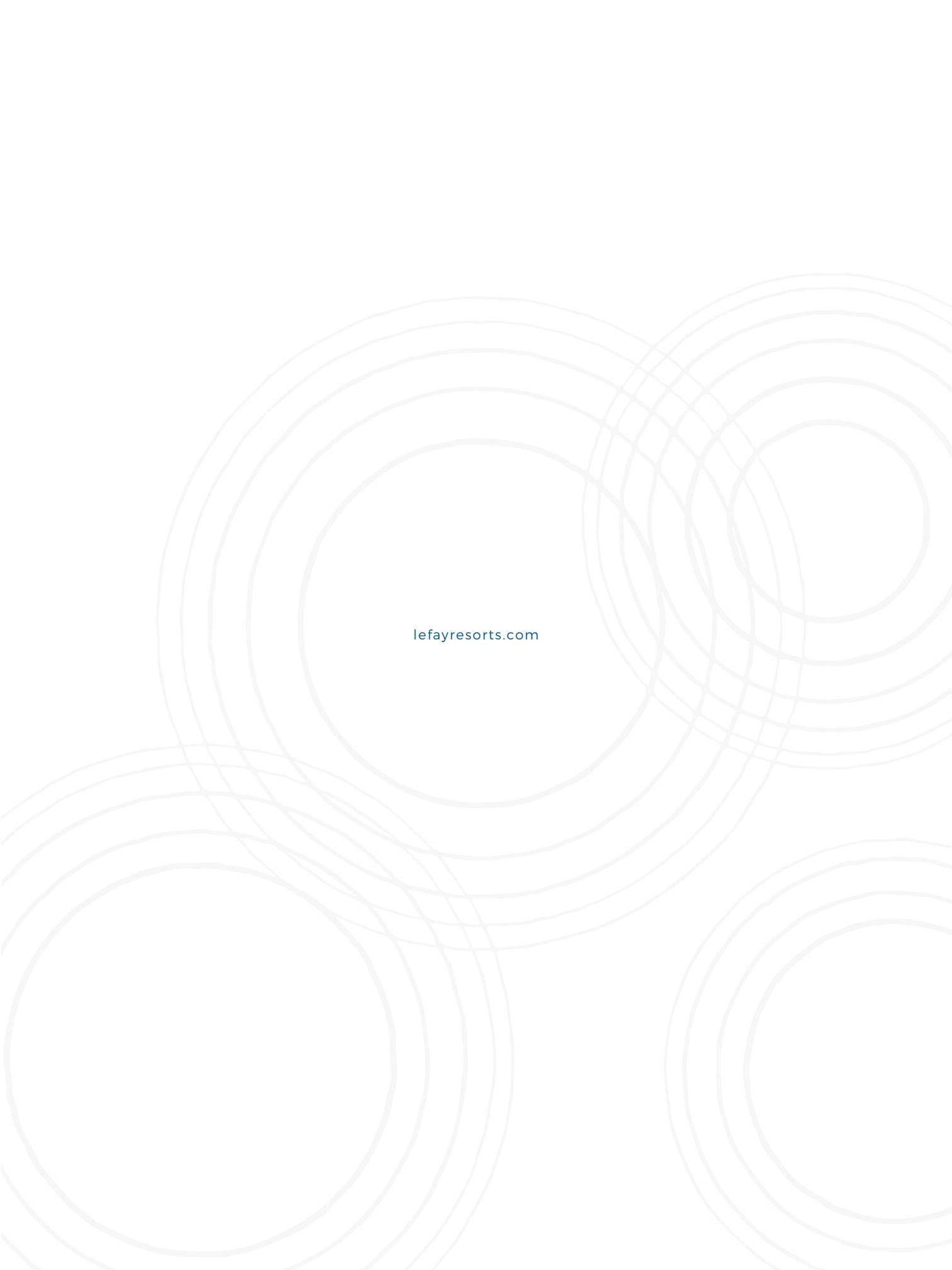
2022/2023

Lefay Resort & SPA Dolomiti
Via Alpe di Gual, 16
38086 Pinzolo (TN) Italie

Réservations: +39 0465 768800
res.dolomiti@lefyresorts.com

Lefay SPA Dolomiti: +39 0465 768887
spa.dolomiti@lefyresorts.com

lefyresorts.com
lefyshop.com

The background of the page is a white canvas with a pattern of overlapping, light gray circles. The circles vary in size and are arranged in a way that they overlap each other, creating a sense of depth and movement. The lines are thin and consistent in color.

lefayresorts.com