



SPA À LA CARTE

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

€ 55,00

(20 min.)

VEN / DIM*

€ 60,00

(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

€ 80,00

(30 min.)

VEN / DIM*

€ 90,00

(30 min.)



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

€ 180,00

(1 heure, 30 min.)

VEN / DIM*

€ 197,00

(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

€ 110,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 120,00

(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

€ 110,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 120,00

(50 min.)



MASSAGE RÉLAXANT PIEDS

Massage plantaire visant à détendre les tensions dans les pieds et les jambes. Il favorise le drainage lymphatique, améliore et stimule la circulation sanguine et a un effet relaxant sur le système nerveux.

LUN / JEU

€ 100,00

(40 min.)

VEN / DIM*

€ 110,00

(40 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

€ 130,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 140,00

(50 min.)

LUN / JEU

€ 195,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 215,00

(80 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

€ 100,00

(40 min.)

VEN / DIM*

€ 110,00

(40 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

110,00

(50 min.)

VEN / DIM*

€ 120,00

(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

€ 130,00

(60 min.)

VEN / DIM*

€ 140,00

(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

€ 110,00

(45 min.)

VEN / DIM*

€ 120,00

(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*
€ 105,00	€ 115,00
(40 min.)	(40 min.)



TRAITEMENTS POUR LES FUTURES MAMANS

Soins et massages idéaux pour les femmes enceintes (à partir du 4ème mois) et pendant l'allaitement. Ils permettent de retrouver rapidement la forme, hydratant la peau en profondeur et la rendant plus élastique.

Enveloppement corporel émoullit

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 160,00	€ 170,00
(75 min.)	(75 min.)

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

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

Massage *Gambe Leggere*

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

Shiatsu pré-maman

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 135,00	€ 150,00
(65 min.)	(65 min.)

Massage plantaire relaxant

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 85,00	€ 90,00
(30 min.)	(30 min.)

02.

MASSAGES ET RITUELS ORIENTAUX



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	VEN / DIM*
€ 125,00	€ 137,00
(50 min.)	(50 min.)

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 150,00	€ 165,00
(70 min.)	(70 min.)
avec moxibustion	avec moxibustion

LUN / JEU	VEN / DIM*
€ 155,00	€ 170,00
(70 min.)	(70 min.)
avec ventouses	avec ventouses



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	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 130,00
(50 min.)	(50 min.)

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	VEN / DIM*
€ 135,00	€ 150,00
(65 min.)	(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	VEN / DIM*
€ 120,00	€ 130,00
(50 min.)	(50 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

€ 155,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 170,00

(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

€ 210,00

(90 min.)

VEN / DIM*

€ 230,00

(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

€ 180,00

(80 min.)

VEN / DIM*

€ 190,00

(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

€ 230,00

(110 min.)

VEN / DIM*

€ 250,00

(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

€ 160,00

(75 min.)

VEN / DIM*

€ 170,00

(75 min.)

RITUELS DANS LE HAMMAM

NEW

LA CÉRÉMONIE DU SAVONNAGE TURC

Toute l'expérience orientale du bain turc dans ce rituel unique, une invitation à la plénitude et à la sérénité. Il commence par un bain de vapeur (calidarium), suivi d'un savonnage au gant de kassa, d'un enveloppement à la mousse de savon d'Alep et d'un huilage finale à l'huile d'argan et aux huiles essentielles.

LUN / JEU

€ 140,00

(75 min.)

VEN / DIM*

€ 150,00

(75 min.)

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

€ 210,00

pour visage et corps
(1 heure, 45 min.)

VEN / DIM*

€ 230,00

pour visage et corps
(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

€ 210,00

(1 heure, 45 min.)

VEN / DIM*

€ 230,00

(1 heure, 45 min.)