



---

SPA À LA CARTE

---

# SPA À LA CARTE

---

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

01.

## MASSAGGI OCCIDENTALI



### BENVENUTO LEFAY

Massaggio alla schiena volto a rilassare la muscolatura del dorso. Dona una profonda sensazione di benessere grazie agli oli essenziali purissimi di Pino Cembro e Menta Piperita, aromi tipici della montagna.

LUN / GIO

€ 55,00

(20 min.)

VEN / DOM\*

€ 60,00

(20 min.)



### CERVICO DORSALE DECONTRATTURANTE

Rilassa la muscolatura e dona un immediato sollievo a tutte le zone contratte della schiena.

LUN / GIO

€ 80,00

(30 min.)

VEN / DOM\*

€ 90,00

(30 min.)



### RITUALE RINASCITA PER MANI E PIEDI

#### Il Passo e la Carezza

Rituale dedicato alla cura delle mani e dei piedi, le due parti del corpo che da sempre rappresentano il nostro contatto con la madre terra, con le persone e le cose che ci circondano. Un piacevole pediluvio iniziale con piccole fette di limone e sali profumati alla Menta e al Limone e accompagnato da una dolce digitopressione al viso e alla testa sulle note aromatiche e rilassanti della Lavanda. Segue un'esfoliazione con uno scrub lenitivo con

polvere di Malachite. Per finire, si esegue un impacco idratante e un massaggio rilassante delle zone riflesse della mano e del piede con l'olio nutriente alla Rosa e Vitamine.

LUN / GIO

€ 180,00

(1 ora, 30 min.)

VEN / DOM\*

€ 197,00

(1 ora, 30 min.)



### CALIFORNIANO

Massaggio riposante e calmante che, grazie ai movimenti dolci e fluidi, leggeri o più profondi, libera la mente dai pensieri e dona benessere psicofisico. Dedicato a chi cerca un momento di vero relax, a chi vuole ricevere un massaggio avvolgente e delicato. Favorisce un rilassamento che giova soprattutto alle persone stressate e sovraffaticate.

LUN / GIO

€ 110,00

(50 min.)

VEN / DOM\*

€ 120,00

(50 min.)



### CONNETTIVALE

Riattiva la circolazione e migliora il trofismo dei tessuti grazie alle manovre di scollamento profondo del tessuto connettivo. La pelle torna elastica e compatta ed il corpo ritrova leggerezza.

LUN / GIO

€ 110,00

(50 min.)

VEN / DOM\*

€ 120,00

(50 min.)



### MASSAGGIO PLANTARE RILASSANTE

Massaggio plantare mirato alla stimolazione e al rilassamento delle tensioni del piede e delle gambe. Favorisce il drenaggio linfatico, migliora e favorisce la circolazione sanguigna ed ha un effetto rilassante sul sistema nervoso.

LUN / GIO

€ 100,00

(40 min.)

VEN / DOM\*

€ 110,00

(40 min.)



### DEEP TISSUE

---

Tecnica di massaggio finalizzata al trattamento della muscolatura profonda del sistema mio-fasciale, in grado di agire su strutture difficilmente trattabili con altre metodologie.

**LUN / GIO**

**€ 130,00**

(50 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 140,00**

(50 min.)

**LUN / GIO**

**€ 195,00**

(80 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 215,00**

(80 min.)



### MASSAGGIO SPORTIVO

---

Eseguito su specifiche regioni corporee, è volto a migliorare la performance atletica. Grazie all'azione diretta data dall'aumento del flusso ematico e all'azione indiretta data dall'eccitazione delle terminazioni nervose, assicura una serie di benefici, tra cui: riduzione delle tensioni muscolari; stimolazione della microcircolazione locale; effetto drenante abbinato ad accelerata rimozione dell'acido lattico e delle scorie metaboliche; decongestionamento e rilassamento dei tessuti con conseguente guarigione dalle contratture muscolari; prevenzione degli infortuni; preparazione muscolare all'attività fisica. Il massaggio è ideale non solo dopo l'attività sportiva, ma anche tra un'attività e l'altra, o prima. Gli effetti positivi vengono potenziati dal simultaneo impiego di prodotti a base di oli riscaldanti, rigeneranti, defaticanti.

**LUN / GIO**

**€ 100,00**

(40 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 110,00**

(40 min.)



### EMOLINFATICO

---

Migliora la circolazione del sangue ed ha una spiccata azione drenante. È ideale per rimodellare la silhouette e donare leggerezza al corpo. Ideale l'abbinamento con i trattamenti di estetica corpo.

**LUN / GIO**

**110,00**

(50 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 120,00**

(50 min.)

### MASSAGGIO CON FANGO CALDO AROMATICO

---

Particolarmente piacevole perché realizzato con i fanghi caldi Lefay SPA *Il Potere del Cielo e della Terra*. Ricchi di Oli, Argille, Solfati e Morillonite svolgono un'azione osmotica detossinante ed antiossidante.

**LUN / GIO**

**€ 130,00**

(60 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 140,00**

(60 min.)

### CANDLE MASSAGE

---

Massaggio rilassante effettuato con gli oli caldi delle candele profumate. Scioglie le tensioni, dona al corpo nuove e piacevoli sensazioni.

**LUN / GIO**

**€ 110,00**

(45 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 120,00**

(45 min.)

## MASSAGGIO MODELLANTE VISO

---

Azione modellante, tonificante e drenante ottenuta attraverso l'abbinamento di manovre eseguite lungo l'impianto di tutti i muscoli pellicciai del viso. Dinamizza le fibre elastiche e stimola la produzione di collagene, rafforza la compattezza e ridona vita alle pelli stanche. L'utilizzo dell'Olio cosmetico organico Anti-età Lefay SPA accelera la rigenerazione della pelle.

LUN / GIO	VEN / DOM*
<b>€ 105,00</b> (40 min.)	<b>€ 115,00</b> (40 min.)



## TRATTAMENTI PRE MAMAN

---

Trattamenti e massaggi dedicati sia alle donne in dolce attesa (dal 4° mese) sia durante il periodo dell'allattamento. Permettono di ritrovare velocemente la forma, idratando la pelle in profondità e rendendola più elastica.

Impacco emolliente corpo

LUN / GIO	VEN / DOM*
<b>€ 160,00</b> (75 min.)	<b>€ 170,00</b> (75 min.)

Massaggio idratante e drenante all'Olio Extravergine d'Oliva Lefay

LUN / GIO	VEN / DOM*
<b>€ 100,00</b> (50 min.)	<b>€ 110,00</b> (50 min.)

Massaggio *Gambe Leggere*

LUN / GIO	VEN / DOM*
<b>€ 50,00</b> (30 min.)	<b>€ 55,00</b> (30 min.)

Shiatsu Pre Maman

LUN / GIO	VEN / DOM*
<b>€ 135,00</b> (65 min.)	<b>€ 150,00</b> (65 min.)

Massaggio plantare rilassante

LUN / GIO	VEN / DOM*
<b>€ 85,00</b> (30 min.)	<b>€ 90,00</b> (30 min.)

02.

## MASSAGGI E RITUALI ORIENTALI



### NEI GONG TUINA 推拿

Il Tui Na ("tūi" significa premere e "ná", afferrare) è un'antichissima tecnica di massaggio cinese che risale alla dinastia Ming (400 a.C.). Agisce riequilibrando lo Yin e lo Yang dissolvendo i blocchi energetici e rafforzando il sistema immunitario. Dolce, energico, continuo e profondo, sono gli aggettivi che ben descrivono questo massaggio; la sua azione si integra perfettamente con l'agopuntura, la moxibustione e la coppettazione. Ideale nel trattare disturbi come mal di testa, insonnia, stipsi, dolori lombari, cervicali e articolari.

<b>LUN / GIO</b>	<b>VEN / DOM*</b>
<b>€ 125,00</b>	<b>€ 137,00</b>
(50 min.)	(50 min.)

<b>LUN / GIO</b>	<b>VEN / DOM*</b>
<b>€ 150,00</b>	<b>€ 165,00</b>
(70 min.)	(70 min.)
con moxibustione	con moxibustione

<b>LUN / GIO</b>	<b>VEN / DOM*</b>
<b>€ 155,00</b>	<b>€ 170,00</b>
(70 min.)	(70 min.)
con coppettazione	con coppettazione



### MASSAGGIO ADDOME

Rituale dedicato all'addome, utile per distendere le tensioni. In quest'area del corpo molte persone somatizzano paure e stress che di riflesso creano problemi a quello che viene considerato a tutti gli effetti uno degli organi più importanti del corpo: l'intestino.

<b>LUN / GIO</b>	<b>VEN / DOM*</b>
<b>€ 120,00</b>	<b>€ 130,00</b>
(50 min.)	(50 min.)

### SHIATSU

In questo trattamento si utilizza una tecnica basata sulla pressione perpendicolare, mantenuta costante e volta a risvegliare la forza vitale e la capacità di autoguarigione presente in ognuno di noi. Lo Shiatsu può alleviare condizioni di dolore fisico e psicologico (come angoscia, sconforto ecc.). Dona un immediato benessere e induce uno stato di completo rilassamento, infine permette all'organismo di ritrovare l'equilibrio e l'armonia con se stesso e con l'ambiente circostante.

<b>LUN / GIO</b>	<b>VEN / DOM*</b>
<b>€ 135,00</b>	<b>€ 150,00</b>
(65 min.)	(65 min.)



### DORSALE TIBETANO

L'azione combinata di manovre decontratturanti, spugnature calde e coppettazione conferisce benessere e relax alla schiena. Il suono delle campane tibetane risveglia le zone corporee più silenziose che hanno perso l'elasticità e la capacità di essere in armonia con l'intero organismo.

<b>LUN / GIO</b>	<b>VEN / DOM*</b>
<b>€ 120,00</b>	<b>€ 130,00</b>
(50 min.)	(50 min.)



### LOMI LOMI

Massaggio dell'antica tradizione hawaiana, effettuato attraverso movimenti definiti Hula, manipolazioni lunghe, quasi sfioramenti, che alternano ritmo e intensità come una danza. Molto gradevole e rilassante, allevia lo stress accrescendo l'energia del corpo.

**LUN / GIO**

**€ 125,00**

(50 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 138,00**

(50 min.)



### STONE THERAPY

Si effettua con pietre vulcaniche calde che trattengono il calore, rilasciandolo lentamente. Indicato per dolori muscolari, reumatici e mal di schiena. Migliora la mobilità dei muscoli e delle articolazioni. È molto benefico per l'umore e il benessere dello spirito.

**LUN / GIO**

**€ 155,00**

(80 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 170,00**

(80 min.)

### THAI

Massaggio che esercita pressioni sulle linee energetiche attraverso l'uso del palmo della mano e del pollice. Abbinato allo stretching passivo di tutti gli arti, migliora la circolazione e rende il corpo più elastico.

**LUN / GIO**

**€ 135,00**

(60 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 149,00**

(60 min.)

## AYURVEDA

Dalla radice sanscrita *Ayur* che significa "vita" e *Veda* che significa "scienza", antica disciplina indiana praticata per curare l'individuo in modo naturale e armonizzare i tre *Dosha*: VATA il movimento, PITTA il metabolismo, KAPHA la struttura.



### TRATTAMENTO OSMOTICO AYURVEDA

Il fango osmotico da massaggio contiene una sinergia di oli essenziali di Rosmarino, Patchouli, Origano e Cipresso, che svolgono un'azione levigante e riattivano gli scambi cellulari. La pelle risulta più tonica e compatta. I sali contenuti nel fango favoriscono l'eliminazione per osmosi dei liquidi in eccesso.

**LUN / GIO**

**€ 210,00**

(90 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 230,00**

(90 min.)



### ABHYANGA

Secondo la filosofia Ayurvedica il massaggio ha lo scopo principale di mantenere e ripristinare un perfetto stato di salute andando ad armonizzare le energie vitali, eliminando le tossine fisiche e mentali, creando un flusso emozionale positivo che eleva lo spirito.

**LUN / GIO**

**€ 180,00**

(80 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 190,00**

(80 min.)



### SHIRO-DARA CON ABHYANGA

L'olio scorre lentamente in modo uniforme e continuo sulla fronte, stimolando il centro energetico del sesto chakra. Il corpo si rilassa profondamente, il respiro rallenta, la mente si svuota, l'individuo sperimenta armonia e pace interiore.

**LUN / GIO**

**€ 230,00**

(110 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 250,00**

(110 min.)

## RITUALE SETA

---

Impacco e massaggio al Burro di Karitè profumato e arricchito di olio di Argania. Particolarmente indicato per le pelli secche, ha un effetto idratante e nutriente, lascia la pelle liscia e morbida. Questo trattamento si avvale delle eccezionali proprietà dell'olio d'Argan e del Burro di Karitè: antiossidante, emolliente, idratante e fortemente elasticizzante. Quest'impacco si svolge nella vasca "Nuvola" per rendere il percorso sensoriale più emozionante: il tocco delle mani e il galleggiamento asciutto, sospesi tra colori e profumi avvolgenti, trasformano questo trattamento in un'esperienza di benessere totale che coinvolge tutti i sensi.

**LUN / GIO**

**€ 160,00**

(75 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 170,00**

(75 min.)

---

## RITUALI NELL'HAMMAM

---

NEW

### LA CERIMONIA TURCA DEL SAVONAGE

---

La suggestiva esperienza orientale del bagno turco si ripropone in questo rituale unico, che invita alla pienezza e alla serenità.

La cerimonia inizia con l'ingresso nel caldarium e continua con il savonage effettuato con il guanto "Kassa", con cui si esegue un gommage profondo. Termina con la schiumata al sapone di Aleppo e l'oleazione finale con olio d'Argan e oli profumati.

**LUN / GIO**

**€ 140,00**

(75 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 150,00**

(75 min.)

## MILLE E UNA NOTTE

---

Dall'antica tradizione mediorientale nasce un rituale di purificazione per viso e corpo dedicato all'igiene profonda della pelle, all'eliminazione delle impurità e delle tossine e allo scioglimento delle tensioni. Si inizia con un bagno di vapore (caldarium) per preparare la pelle all'efoliazione con il sapone nero. Sul lettino riscaldato viene eseguito il gommage con il guanto "Kassa", segue l'applicazione del "Rassoul" e il bagno di vapore, per finire con un'oleazione rilassante all'olio di Argan puro. Ogni fase del rituale al corpo verrà accompagnata da quella al viso. I prodotti utilizzati sono naturali e a base di sapone nero, Argilla e Miele per un risultato finale di massimo splendore della pelle.

**LUN / GIO**

**€ 210,00**

per viso e corpo

(1 ora, 45 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 230,00**

per viso e corpo

(1 ora, 45 min.)

## RITUALE BANYA

---

Lasciamoci sorprendere da questo rituale dalle origini lontane, originale, indimenticabile. La Banya è una variante della sauna tradizionale che ha preso vita nell' Europa orientale. Luogo di relax, salute e benessere, le sue origini risalgono all'epoca coloniale vichinga. Si inizia dal calore caldo e umido dell'hammam, per poi passare al massaggio corpo detossinante e ritmato, con l'ausilio dei "veniks", ramoscelli di quercia, che servono per rilassarsi, allontanare le tensioni e purificare l'anima".

**LUN / GIO**

**€ 210,00**

(1 ora, 45 min.)

**VEN / DOM\***

**€ 230,00**

(1 ora, 45 min.)