

LEFAY CLUB

Issue 2024/2025

The logo features a stylized, white, curved line resembling a wave or a stylized 'L' on the left, followed by the word 'LEFAY' in a clean, white, sans-serif typeface.

LEFAY



Gentile Ospite,

quello che a tratti può sembrare un caso, in realtà si rivela essere una successione di piccoli o grandi avvenimenti.

Vicende inconsciamente desiderate. Pensi a tutto quello che è dovuto succedere per far sì che Lei oggi sia qui. Il consiglio di un amico, un invito speciale, un traguardo da festeggiare, un evento di lavoro o la lettura di un articolo di giornale. Indipendentemente da dove vive, da come organizza la Sua giornata o a cosa dedica i Suoi sforzi, il fatto stesso di leggere questo testo, in questo istante, deriva da una configurazione di precise variabili messe in moto dall'universo. Ecco dunque, che questo momento diviene fondamentale: da qui possono nascere molte cose. Emozioni, ricordi, un incontro inaspettato.

È in quest'ottica di apertura e consapevolezza, che La ringrazio per aver scelto il nostro Resort, fra le prorompenti Dolomiti o nell'incantevole scenario del Lago di Garda, augurandoLe che possa essere un nuovo inizio, un suolo fertile per le cose più belle che devono ancora venire.

Nel frattempo, La invito a leggere le storie delle prossime pagine: la nuova edizione di Lefay Magazine si apre con un'anteprima del progetto Lefay Wellness Residences Lago di Garda, la cui realizzazione è prevista entro la primavera 2025. Segue, come di consueto, la sezione benessere, che ci introduce a un'Ospite visiting practitioner delle Wellness Week e presenta il prezioso intervento della giornalista Sabrina Giannini. L'articolo gourmet quest'anno è dedicato alla dieta mediterranea e a Gramen, il luogo emblematico per gli amanti del pesce e degli elementi vegetali. Si prosegue con la sostenibilità e il tema delicato dell'impatto della plastica nel mondo. Le sezioni del territorio ci trasportano rispettivamente all'interno delle cantine Ferrari Trento e fra le cime delle montagne, guidati dalle sapienti figure del posto. Infine, si narra dell'Isola del Garda, vera e propria gemma del Lago.

RingraziandoLa per aver scelto una vacanza benessere firmata Lefay, Le auguro una buona lettura.

Dear Guest,

Sometimes we believe that things happen simply by chance, when in fact, they happen for a series of big or small reasons. They can be events that we unconsciously wish for. Just think about all that occurred in order for you to be here: maybe a friend's piece of advice, a special invitation, a success you needed to celebrate, a business meeting or an article you read in the newspaper. No matter where you live, how you set your daily routine or what you put your energy into, there's something in you being here, reading this letter of mine, in this moment. This is why this moment is unique and unreplaceable. Today, here and now, new things might rise, like new feelings, new memories to be kept forever or an unexpected match.

Being mindful of this moment, I personally want to thank you for choosing our Resort, in the Dolomites or on Lake Garda, wishing your stay here might be a new beginning, a fresh start for the beautiful things you are waiting for. In the meantime, I kindly invite you to enjoy the brand-new edition of Lefay Magazine, which starts with a preview of Lake Garda's new wellness residences project, due to be completed by Spring 2025. You can then read about wellbeing, leading with one of our wellness weeks' visiting practitioners and including a green editorial piece by Sabrina Giannini. There is also a gourmet themed article about Gramen restaurant, the must go place for plant and fish-based dishes foodies. We go on with an article on plastic. On the pages focusing on the local area, you get an insider's guide of the Ferrari Trento winery and a local guide's advice on the best places to go in the Dolomites. The story of 'Isola del Garda' closes the magazine, describing one of the most precious gems on Lake Garda.

While thanking you for choosing a wellness stay by Lefay, I hope you enjoy our magazine.

ALCIDE LEALI

CEO
Lefay Resorts & Residences

SOMMARIO

CONTENTS

04

LEFAY WELLNESS RESIDENCES,
ABITARE UN SOGNO
*LEFAY WELLNESS RESIDENCES,
LIVING IN DREAMS*

08

LASCIA CHE SIA
LET IT BE

12

LA FORESTA CHE È IN NOI
THE FOREST WITHIN US

16

MARE NOSTRUM
MARE NOSTRUM

22

STA PIOVENDO PLASTICA
IT'S RAINING PLASTIC

26

UFFICIO IN ALTA QUOTA
WORKING AT HIGH ALTITUDE

32

TRENTODOC: POESIA CHE SGORGA DAL TERRITORIO
TRENTODOC: POETRY FROM THE LAND

38

ISOLA DEL GARDA: UN EDEN NEL LAGO
ISOLA DEL GARDA: AN EDEN IN THE LAKE

46

LEFAY SPA ACADEMY: ECCELLENZA IN DIVENIRE
LEFAY SPA ACADEMY: EXCELLENCE IN PROGRESS

52

WELLNESS WEEK
WELLNESS WEEKS

54

I PROGRAMMI SALUTE LEFAY SPA METHOD
LEFAY SPA METHOD HEALTH PROGRAMMES

58

LEFAY GIFT BOX
LEFAY GIFT BOXES

66

LE OFFERTE DELLA COLLEZIONE LEFAY RESORTS
THE LEFAY RESORTS COLLECTION OFFERS

68

ATTIVITÀ ED ESCURSIONI A LEFAY RESORT
& SPA DOLOMITI
*ACTIVITIES AND EXCURSIONS AT LEFAY RESORT
& SPA DOLOMITI*

72

ATTIVITÀ ED ESCURSIONI A LEFAY RESORT & SPA
LAGO DI GARDA
*ACTIVITIES AND EXCURSIONS AT
LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA*

76

PREMI
AWARDS







LEFAY WELLNESS RESIDENCES, ABITARE UN SOGNO

LEFAY WELLNESS RESIDENCES, LIVING IN DREAMS

C'è qualcosa qui, dove sorge Lefay Resort & SPA Lago di Garda. Qualcosa che è difficile spiegare a parole, ma che è percepito da tutti coloro che vengono a contatto con questo luogo.

Aperto nel 2008, il pluripremiato primo gioiello della Collezione Lefay, è stato riconosciuto come miglior Destination SPA al Mondo dalle più autorevoli organizzazioni internazionali. Oltre agli elevati standard di servizio, al perseguimento dell'eccellenza in ogni dettaglio e a un innovativo metodo di benessere, unico nel suo genere, qualcosa di intangibile penetra negli strati più interni delle persone che decidono di trascorrervi il loro tempo.

Il costante contatto visivo con l'acqua del lago, le montagne intorno, la vegetazione mediterranea che sembra creare un nido per la struttura, la luce totalizzante del giorno, la brezza ristorativa alla sera: c'è un'energia speciale che aleggia nell'aria, risultato di un sogno nato anni addietro, materializzato nel respiro di tutti coloro che hanno scelto di rigenerarsi qui e in un Team che ha abbracciato la filosofia di benessere olistico che caratterizza il Resort. In questo contesto irripetibile, nasceranno le esclusive ville firmate Lefay.

There's something here, where Lefay Resort & SPA Lago di Garda stands. Something that's hard to put into words, but is felt by all those who come into contact with this place.

The multi-award winning first jewel of the Lefay Collection, which opened in 2008, has been recognised as the best SPA Destination of the World by the most authoritative international organisations. In addition to the high service standards, the pursuit of excellence in every detail, and an innovative and unique wellness method, something intangible penetrates the innermost layers of those who decide to spend their time here.

The constant visual contact with the lake water, the surrounding mountains, the Mediterranean vegetation that seems to form a nest for the building, the all-encompassing daylight, the refreshing breeze in the evening. There's a special energy hovering in the air, the result of a dream born years ago, materialized in the calm of all those who have chosen to recover here, and in a Team that has embraced the holistic wellness philosophy that is the Resort's distinctive feature.

In this unique context, exclusive Lefay-branded villas will be raised.

Dopo il successo delle Wellness Residences a Lefay Resort & SPA Dolomiti, per il segmento Serviced Branded Residences lanciato dal Gruppo nel 2018, si apre un secondo capitolo, volto a creare nuovi spazi abitativi a Gargnano, sul Lago di Garda.

Da tempo si vociferava a proposito di un ampliamento della prima struttura del Gruppo ed ecco che in un'area alle spalle del Resort, si vedono comparire le gru, già all'opera per il nuovo progetto. È prevista la realizzazione di ville nell'area retrostante al Resort, situata nella zona nord ovest del complesso. Una location ammaliante, che offre, a seconda dell'orientamento, un'incomparabile vista sul Lago e scorci sulle montagne che torreggiano sulle coste del bacino acquatico più esteso d'Italia.

Le Ville saranno disponibili in tre tipologie: Two Bedroom, Three Bedroom e Penthouse. Ognuna prevede un giardino privato con piscina infinity ad uso esclusivo, una terrazza esterna arredata, una zona giorno costituita da open space con cucina, area dining e area living fronte piscina, master bedroom e Private SPA con area trattamenti e sauna. Lusso, natura e benessere in un unico luogo. Travertino chiaro, pietra locale e tessuti italiani sono i materiali che disegnano uno spazio sospeso tra cielo e lago.

Una seconda casa connessa all'esclusività dei servizi Lefay: i Proprietari potranno accedere ai ristoranti, vivere l'avvolgente atmosfera del Lounge Bar o rilassarsi nell'esclusiva SPA di 4.300 metri quadrati, con piscine, saune, bagno turco e palestra aperta 24h.

Wellness Residences significa anche non dover pensare alla routine normalmente connessa alla cura di una seconda casa: i Proprietari potranno affidare la gestione della propria unità allo Staff del Resort, pronto a rispondere a tutte le esigenze individuali. Infine, i Proprietari Lefay Wellness Residences entrano automaticamente a far parte di Lefay Club, il programma che prevede una serie di benefit nei Resort del Gruppo, tra cui tariffe dedicate, sconti sui servizi e molto altro.

After the success of the Wellness Residences at Lefay Resort & SPA Dolomiti, for the Serviced Branded Residences segment launched by the Group in 2018, a second chapter opens, aimed at creating new living spaces in Gargnano, on the banks of Lake Garda.

There had long been rumours about an expansion of the Group's first complex, and here, in an area behind the Resort, cranes can be seen already working for the new project. The construction of villas is planned in the area behind the Resort, located in the northwest spot of the complex. An enchanting location, which offers, depending on the orientation, an incomparable view of the Lake and glimpses of the mountains towering over the shores of Italy's largest body of water.

There will be three types of Villas available: Two-bedroom, Three-bedroom, and Penthouse. Each residence will offer a private garden plus exclusive infinity pool, a furnished outdoor designed to fully experience the contact with nature, a living area consisting of an open space with kitchen, dining area, living area facing the pool, master bedroom and a Private SPA with treatments area and bio-sauna. Luxury, nature, and wellness in one place. Light travertine, local stone and Italian fabrics are the materials that shape a space suspended between sky and lake.

A second home connected to the exclusivity of Lefay services: Owners will have access to restaurants, experience the cosy atmosphere of the Lounge Bar, or relax in the exclusive 4,300 sq.m SPA, with pools, saunas, Turkish bath, and a gym open 24/7. Wellness Residences also mean not having to worry about the usual routine associated with caring for a second home: owners can entrust the management of their unit to the Resort staff, who are ready to meet all individual needs.

Finally, Lefay Wellness Residences Owners automatically become part of the Lefay Club, the exclusive programme including a range of benefits at the Group's Resorts, such as special rates, discounts on services, and much more.



La consegna delle Ville è prevista
entro la primavera 2025.
Per informazioni, contattare
sales@lefayresidences.com.

*The Villas are scheduled to be
delivered by Spring 2025.
For information, please contact
sales@lefayresidences.com.*

LASCIA CHE SIA

LET IT BE

Heike Hoerdemann a Lefay: una connessione immediata

Heike Hoerdemann at Lefay: love at first sight





Si potrebbe dire che "connessione" sia una delle parole più abusate del nostro tempo. In questo caso, tuttavia, è proprio il termine adatto: "lascia che sia" è il racconto di un incontro speciale avvenuto proprio grazie a una serie di connessioni, che hanno letteralmente attraversato l'Italia. Capelli biondissimi e occhi color oceano Indiano, rigorosamente intonati al colore della maglietta: Heike emana luce e positività; solo a guardarla vien voglia di prenotare una vacanza al mare. L'abbiamo invitata per una wellness week a Lefay Resort & SPA Lago di Garda. Oltre alle sue competenze e alla sua decennale esperienza nelle discipline olistiche, colpiscono la sua solidità, il sorriso e l'apertura verso l'altro. Incontrata nella sala relax Lefay SPA Method inondata di luce, tra una sessione e l'altra, abbiamo fatto due chiacchiere.

Ha alle spalle una lunga carriera nell'ospitalità. Quando e come ha deciso di cambiare vita e dedicarsi al benessere?

Lo yoga è sempre stato una mia grande passione e, purtroppo, con gli orari di lavoro tipici nel settore dell'ospitalità, era diventato incompatibile con il mio stile di vita. Volevo sempre "servire" e "ospitare" ma in modo diverso, aiutando le persone a prendersi cura del bene più importante, che, se ci pensiamo bene, è il vero lusso, se comparato a qualsiasi servizio di un albergo a 5 stelle: la propria salute. Amo aiutare le persone a stare meglio e condividere tutto ciò mi ha aiutato molto. Lo faccio insegnando l'utilizzo di strumenti facili da mettere in pratica, da parte di tutti, senza costi e semplici da integrare nella vita quotidiana. Amo ascoltare, capire ed elaborare una strategia individuale per ogni persona; farla stare meglio è la mia missione.

Ci ha detto di avere iniziato il suo percorso con lo yoga. Quando ha scoperto lo Jin Shin Jyutsu? Come mai in particolare è la disciplina a cui ha scelto di dedicarsi?

Mia mamma mi ha fatto avvicinare allo yoga quando avevo 18 anni (lei pratica ancora oggi, all'età di 84 anni!). Mi ha sempre affascinato, in particolare, il movimento associato a una forte componente di rilassamento; centrarsi e trovare l'equilibrio fra "in-" e "es-" pirazione, fra movimento e staticità, allungamento e contrazione. Dopo un incidente grave alla schiena (diagnosticato dai medici come irrecuperabile, se non attraverso interventi

We could say that 'connection' is one of the most overused words of our time. In this case, however, it is exactly the right word: "Let it be" is the story of a special meeting that occurred thanks to a series of connections that literally crossed Italy.

Blonde hair and ocean blue eyes, always matching the colour of her shirt: Heike radiates light and positivity; just looking at her makes you want to book a seaside holiday. We invited her for a wellness week at Lefay Resort & SPA Lago di Garda. In addition to her skills and years of experience in holistic disciplines, it is her energy, smile, and openness to others that are most impressive. In between the sessions, we met her in the light flooded Lefay SPA Method relaxation room and had a chat with her.

You had a long career in hospitality. When and how did you decide to change your life and devote it to wellness?

Yoga has always been one of my greatest passions but unfortunately the typical working hours in the hospitality industry made it incompatible with my lifestyle. I have always wanted to "serve" and "host", but in a different way, helping people to take care of their most important good, which, when you think about it, is the true luxury compared to any service in a 5-star hotel: your health. I love helping people get better and sharing all that has helped me a lot. I do this by teaching people how to adopt simple and effective practices that are free of charge and easy to integrate into their daily lives.

I love listening to people, understanding and developing an individual strategy for each person.

It is my mission to make them feel better.

You told us you started your journey with yoga. When did you discover Jin Shin Jyutsu? What made you decide to devote yourself to this discipline in the first place?

My mother introduced me to yoga when I was 18 years old (she is still a practitioner today at the age of 84!). I have always been fascinated, by the combination of movement and relaxation; by focusing on ourselves and balancing inhalation and exhalation, movement and stillness, stretch and contraction.

After a serious accident occurred with my back



di protesì) ho cercato altri rimedi, tra cui la yogaterapia, prima per aiutare me stessa e, poi, gli altri. Anche lo Jin Shin Jyutsu ha questo stesso approccio, nasce come forma di "auto aiuto" e, in effetti, una volta guarita, ho cominciato a insegnarlo e a fare trattamenti ad altre persone. L'arte di conoscere sé stessi è un percorso che dura tutta la vita e per me è il viaggio più bello che potessi intraprendere. Non si finisce mai di studiare, imparare, cambiare. L'arte di vivere, l'arte della longevità, l'arte della benevolenza, questi sono modi per descrivere lo Jin Shin Jyutsu. Ho visto accadere cose straordinarie su me stessa e su tante altre persone. La mia missione è aiutare gli altri ad aiutare sé stessi. Diffondere, condividere questa bellissima arte di vivere. In Italia sono stata la prima, ora siamo quasi 15 operatori certificati.

L'evoluzione del nostro modus vivendi va sempre verso uno stile di vita che offre meno tempo e che ci vuole presenti su molti fronti contemporaneamente. Secondo lei è possibile coniugare uno stile di vita contemporaneo al benessere? Se sì, come? Quali sono i suoi consigli?

Viviamo in tempi di "sovraccarico" continuo: la TV, i tablet, gli smartphone... Siamo sempre "connessi" con tutti e tutto, tranne che con noi stessi.

Per farlo dobbiamo staccarci da questi dispositivi e ritornare in contatto con il nostro io attraverso il silenzio. Trovare momenti di silenzio nella vita quotidiana è fondamentale; attimi che possono divenire una forma di meditazione. Il silenzio è importante anche nella nutrizione, ascoltandosi, mangiando cibo semplice, fresco e di stagione, mangiando poco e lasciando il tempo al corpo per digerire. È essenziale anche effettuare movimento fisico moderato, come lo yoga ad esempio, ma anche passeggiate e, in particolare, tutte le attività all'aria aperta sono molto consigliabili.

(diagnosed by doctors as irreversible, unless prosthetics were used), I sought other remedies, including yoga therapy, first to help myself and then to help others. Jin Shin Jyutsu also has the same approach, it was created as a form of 'self-help' and in fact, when I recovered, I started teaching it and treating other people. Getting to know yourself is a lifelong journey and for me, it is the most beautiful journey I could undertake. You never stop studying, learning, and changing. I think there are many ways to describe Jin Shin Jyutsu: the art of living, the art of longevity, the art of benevolence. I have seen extraordinary things happen to myself and to many other people. My mission is to help others help themselves, to spread and share this beautiful art of living. I was the first in Italy, now we are almost 15 certified operators.

Our lifestyles are evolving. We have less time and need to be present on many different levels at the same time. Do you think it is possible to combine a modern lifestyle with well-being? If so, how? What do you recommend?

We live in times of constant 'overload': TV, tablets, smartphones... We are always 'connected' to everyone and everything except ourselves.

We need to disconnect from these devices and reconnect with ourselves in silence. In daily life, it is essential to find moments of silence as these may become a form of meditation. Silence is also important in our diet, as it is listening to ourselves, eating simple, fresh and seasonal foods in small quantities and giving the body enough time to digest them.

Moderate physical exercise such as yoga is also necessary, but walks and especially outdoor activities are highly recommended.



Durante la sua permanenza a Lefay Resort & SPA Lago di Garda ha potuto scoprire anche il nostro metodo. Quali sono i punti di contatto tra questo e la sua metodologia? Cosa l'ha colpita di Lefay?

La fusione fra medicina orientale e occidentale è un concetto vincente. Lefay ha scelto il meglio di tutti e due, creando un suo metodo, unico nell'integrazione di questi due mondi. La cura dell'Ospite in ogni aspetto, i programmi su misura e l'attenzione per ogni dettaglio sono caratteristiche che solitamente si trovano durante ritiri in Oriente. Qui invece "per ritrovare se stessi non è necessario andare lontano". Inoltre, anche se scegliere fra oltre 60 trattamenti Signature sarebbe difficile, la consulenza del medico è una guida importante, che aiuta a indirizzare l'Ospite.

Quali sono secondo lei le tre parole chiave per avere uno stile di vita equilibrato e sano?

"Lascia che sia" – il concetto di vivere senza sforzo. Il silenzio. Il distacco. Il detox digitale. La connessione con se stessi. La moderazione in tutto. "Katà métron", dicevano i greci.

During your stay at Lefay Resort & SPA Lago di Garda you had the chance to discover Lefay SPA Method. What are the similarities between our method and your approach? What impressed you the most?

The union of Eastern and Western medicine is a winning concept. Lefay chose the best of both, creating its own method, unique in the integration of these two worlds. Guests are taken care of in every aspect, tailor-made programmes and attention to every detail are features that are usually found on retreats in the East. Here instead, "You don't have to go far to find yourself". In addition, medical advice is an important guide for guests, as it would be difficult to choose from more than 60 signature treatments.

What do you think are the key words for a balanced and healthy lifestyle?

"Let it be" – the concept of effortless living. Silence. Objectivity. Digital detox. The connection with yourself. Moderation in everything. The Greeks said, "Katà métron".

LA FORESTA CHE È IN NOI

THE FOREST WITHIN US





Il benessere e la sostenibilità raccontati da Sabrina Giannini *Wellness and sustainability by Sabrina Giannini*

Virginia Woolf scrive che "in ognuno di noi c'è una foresta vergine, un luogo dell'anima dove nell'apparente silenzio di una natura in ascolto della nostra umanità, impariamo a conoscere noi stessi".

Sono pochi i luoghi dove possiamo vivere in armonia con la "nostra" foresta vergine. Non è un caso se le migliori strutture sorgono in luoghi panoramici e naturalistici spettacolari. È una questione collegata alla "bellezza", c'è molto di più ed è importante immergersi in un'oasi di benessere per uscirne totalmente rigenerati.

È stato dimostrato da un ricercatore giapponese, che perfino una passeggiata nei boschi può accelerare la convalescenza grazie al rilascio di piccole molecole a noi invisibili, i terpeni, emessi da querce, faggi, castagni e da almeno altre dieci specie presenti nel mondo e in Italia. Noi non sentiamo il profumo di queste molecole ma penetrano comunque nel nostro naso e nei nostri polmoni. La Forest Therapy ha un'influenza nella nostra fisio-psicologia agendo sul sistema immunitario, così come "il bagno nella foresta" (Forest Bathing) ha effetti dimostrati e misurabili sulla sfera psicologica e neurologica provocando uno stato di benessere. Inoltre, respirare l'aria pulita significa stare lontani dall'anidride carbonica.

Virginia Woolf wrote that 'there is a virgin forest in each of us, a place of the soul where, in the seeming silence of a nature that listens to our humanity, we learn to know ourselves'.

There are few places where we can live in harmony with 'our' virgin forest. It is no coincidence that the best facilities are to be found in the most spectacular panoramic and natural locations. It's a matter of 'beauty' - and it's also important to immerse yourself in an oasis of well-being to regenerate completely.

A Japanese researcher has shown that even a walk in the woods can speed up recovery thanks to the release of small molecules invisible to us, called 'terpenes'. They are produced by oaks, beeches, chestnut trees and at least ten other plant species present in the world and in Italy. We do not smell these molecules, but they still penetrate our nose and lungs. Forest Therapy is beneficial to the body and mind by boosting the immune system and, like Forest Bathing, has been shown to improve physiological and psychological health, resulting in a state of well-being. Moreover, breathing clean air also means no CO₂.



La sensazione di piacere tattile che proviamo entrando nell'acqua calda di una vasca all'esterno in una zona panoramica, a ridosso di un bosco o una foresta, come avviene a Lefay Resort & SPA Dolomiti, è quindi potenziata dall'effetto chimico dei terpeni. È un piacere subliminale che coinvolge la nostra fisiologia, la nostra parte arcaica che ci riporta agli albori della nostra evoluzione regalandoci soltanto i profumi, il tepore dell'acqua, i sapori, le gratificazioni che il nostro ipotalamo riconosce come rassicuranti, lasciando fuori dalla "caverna" le primitive paure, il freddo, la fame che i nostri antenati provavano.

Questo è il benessere: una rigenerazione che ci allontana da quello stress del vissuto quotidiano che in realtà è la distanza con la nostra dimensione più naturale. Quello che chiamiamo comfort in realtà è il piacere che proviamo se altri si occupano dei nostri impegni. L'unico tempo da "vivere" è quello a contatto con noi stessi, il nostro piacere, i nostri bisogni. Quelli più arcaici. L'aromaterapia in una sauna, il massaggio avvolgente. Così il cibo non è semplice alimento, mangiare non è semplicemente nutrirsi ma un piacere di profumi, aromi e sapori. Non a caso per i nutrizionisti la colazione è il pasto più importante della giornata e l'offerta ideale deve soddisfare tutti i palati.

The pleasant tactile sensation we experience when we enter the warm water of an outdoor pool in a scenic area near a forest or wood, as at Lefay Resort & SPA Dolomiti, is therefore enhanced by the chemical action of terpenes. It is a subliminal pleasure that activates our ancestral side and takes us back to the beginning of our evolution. It reminds us of the scents, the warmth of the water, the flavours, the pleasures that our hypothalamus recognises as reassuring, leaving our primitive fears, such as the cold, the hunger of our ancestors out of the "cave".

This is what well-being is all about: it is a regeneration that takes us away from the hectic stress of everyday life, which alienates us from our most natural dimension. What we call 'comfort' is the pleasure of having someone else take care of what needs to be done. The only time worth living is the time we spend with ourselves, doing what we like to do and satisfying our deepest needs. For example, an aromatherapy session in a sauna or a full-body massage. Food is not just food, eating is not just nourishment, but enjoyment of scents, aromas and flavours. No wonder nutritionists believe that breakfast is the most important meal of the day and that the perfect breakfast should be a feast for every palate.



Sabrina Giannini

Giornalista, autrice televisiva e conduttrice televisiva italiana, nota da sempre per le sue inchieste che indagano su argomenti di carattere sociale, economico e alimentare, invocando l'attenzione sulla sostenibilità e sul benessere dell'essere umano e del pianeta. Ha lavorato come giornalista nel programma televisivo "Report" sin dal 1997. Dal 2016 è ideatrice, regista e conduttrice del programma televisivo di inchiesta giornalistica "Indovina chi viene a cena", trasmesso domenica in prima serata su Rai3, unico programma di inchiesta d'Italia (e tra i pochi d'Europa) a occuparsi esclusivamente di sostenibilità. Ha vinto numerosi premi internazionali e nel 2001 con l'inchiesta "Ipocrisia di stato" sulle multinazionali del tabacco ha vinto il prestigioso Banff Rockie Awards.

Italian journalist, television author and presenter, known for her enquiries into social, economic and food issues, drawing attention to the sustainability and well-being of people and the planet. She has worked as a journalist on the television programme 'Report' since 1997. Since 2016, she has been the creator, director and presenter of the investigative journalism television programme 'Indovina chi viene a cena' (Guess who's coming to dinner), broadcast on Sundays in prime time on Rai3. This is the only investigative programme in Italy (and one of the few in Europe) dedicated exclusively to sustainability. She has won numerous international awards, including the prestigious Banff Rockie Award in 2001 for her 'Ipocrisia di stato' (State hypocrisy) enquiry into multinational tobacco companies.

Però c'è un altro aspetto che deve riportarci ai nostri piaceri sensoriali: la sostenibilità. Delle materie prime di cui noi essere umani ci nutriamo spesso senza pensare che l'impatto sul pianeta può allontanarci dalla "bellezza" del Creato di cui dovremmo essere laici custodi.

Lo sanno gli architetti che gli interni e gli esterni di un edificio devono essere in armonia con il luogo, la natura circostante e l'arredo verde. L'accoglienza, quando coerente, deve impiegare alimenti che riducono l'impatto ambientale, essere in armonia con i nostri sensi e la natura generosa.

Oggi la scienza è chiara nell'affermare che una dieta a km zero, che non utilizza materie prime da allevamenti intensivi e menù a base di sole proteine vegetali e verdure è più sostenibile e, non a caso, più sana.

Ecco perché, come avviene a Lefay, è apprezzabile e coerente che in strutture di accoglienza si propongano menù plant based e a basso impatto calorico, piatti vegetariani, un ristorante in armonia con i prodotti locali come il Grial, a Pinzolo. Non è neppure un caso che l'Executive Chef del Gruppo Lefay, Matteo Maenza, volle conoscermi dopo avere visto un mio reportage sull'alimentazione "davvero" sostenibile. La coerenza è armonia nella nostra "foresta vergine".

But there is another aspect that must bring us back to our sensory pleasures: sustainability. The sustainability of the raw materials on which we humans feed, often without thinking that their impact on the planet can deprive us of the 'beauty' of the universe, which we should be guardians of.

Architects are aware of this, when they design the interior and exterior of a building equipped with sustainable furniture, in harmony with nature and its surroundings. To be consistent with this concept, hospitality must prioritise food with a low environmental impact, and be in harmony with our senses and generous nature.

Today, science clearly shows that a diet rich in zero-kilometer foods, free of raw materials from intensive farming, and based only on plant-based proteins and vegetables, is more sustainable and, not surprisingly, healthier.

Hence, it is appreciated that hospitality facilities, such as Lefay, offer plant-based and low-calorie menus, vegetarian dishes and a restaurant featuring local products, such as the Grial restaurant in Pinzolo. It is also no coincidence that Matteo Maenza, Group's Executive Chef, wanted to meet me after watching one of my reportages on 'really' sustainable food. Coherence is harmony in our 'virgin forest'.

MARE NOSTRUM

MARE NOSTRUM





Difendiamo ciò che siamo *Preserving who we are*

Mediterraneo è il nome del mare che bagna tre continenti e che deve la sua etimologia proprio al fatto che si trova tra terre diverse. Non è un mare solo, bensì tanti mari che si susseguono: i suoi passaggi e stretti lo collegano al Mar Nero, all'Oceano Atlantico e al Mar Rosso, quindi anche all'Oceano Indiano.

La sua anima non è confinata nelle caratteristiche geografiche di un mare. Da sempre crocevia di scambi, è stato la culla delle più grandi civiltà della storia, tra cui gli egizi, i fenici, i greci e i romani. Fu proprio Giulio Cesare a utilizzare per la prima volta l'epiteto *Mare Nostrum* quasi a invocare una sorta di diritto di proprietà sul mare stesso, che ancora oggi noi italiani sentiamo nostro. Quando si parla della nostra cultura o della cucina si usa definirle "mediterranea", proprio perché legate a un senso di appartenenza e di riconoscenza: un'identità mediterranea. Radicata nei tratti somatici, nel colore della pelle e dei capelli, nei profumi, negli aromi, nella genetica, nel modo di mangiare. Una vera e propria filosofia di vita.

Ecco perché parlare di dieta mediterranea vuol dire far riferimento a tanti mondi, vicini e lontani. Si tratta di un modello nutrizionale sostenibile con effetti positivi in ambito sia ambientale, sia economico.

The Mediterranean is a sea that borders three continents and owes its name to its geographic location between different countries. It is not one, but multiple seas: its straits connect it to the Black Sea, the Atlantic Ocean and the Red Sea, then also to the Indian Ocean.

Its essence goes beyond the geographical characteristics of a sea. It has always been a crossroads for trade and the cradle of some of the greatest civilisations in history, including the Egyptians, Phoenicians, Greeks and Romans. Julius Caesar was the first to use the term 'mare nostrum', as if to claim ownership of the sea itself, which the Italians still believe to be theirs. When we talk about our culture or cuisine, we use to call it 'Mediterranean', precisely because it is linked to a sense of belonging and gratitude: a Mediterranean identity embedded in somatic traits, skin and hair colour, scents, aromas, genetics, the way we eat. A true lifestyle.

This is why, when we talk about the Mediterranean diet, we are referring to many different worlds, both near and far away. It is a sustainable nutrition model that has both environmental and economic benefits.

Le produzioni agroalimentari su cui si basa, infatti, garantiscono il rispetto di criteri etici e ambientali. Inoltre, le relative tecniche di cucina assicurano il mantenimento delle proprietà organolettiche dei prodotti.

Purtroppo, negli ultimi anni, si è assistito a una graduale sostituzione del regime “mediterraneo” con stili alimentari meno salutari. Le cause giacciono nell’aumento dell’accessibilità al cibo, della mobilità delle persone e della crescita nel ritmo delle attività quotidiane. Abitudini che invitano a consumare pasti fuori casa, riducendo i tempi dedicati alla preparazione.

Per questo, sempre di più, riscoprire la dieta mediterranea rappresenta un’importante occasione per sottrarsi all’omologazione delle abitudini alimentari e salvaguardare la biodiversità. Un sano profilo di grassi, bassa percentuale di carboidrati, basso indice glicemico, alto contenuto di fibre, composti antiossidanti ed effetti antinfiammatori: queste sono le caratteristiche nutrizionali della dieta mediterranea, che riduce il rischio d’insorgenza di alcune patologie, come il cancro e malattie cardiovascolari. I tratti salienti di questa filosofia sono l’elevato consumo di cereali, l’abbondanza di ortaggi, l’impiego dell’olio extra vergine d’oliva, la presenza di pesce ma anche di proteine di origine vegetale e il basso consumo di carne. Importanti sono anche l’abbinamento degli alimenti e la distribuzione dei pasti.

Ragioni che hanno portato l’UNESCO, nel 2010, a riconoscere la dieta mediterranea come Patrimonio Culturale Immateriale dell’Umanità in quanto esempio di ricchezza culturale legata al territorio, alla convivialità e alla società, con l’alimento che si trasforma in un vero e proprio atto di relazione e condivisione.

IL GARDA MEDITERRANEO

Mediterranee sono anche le suggestioni che si avvertono sul Lago di Garda, nonostante la sua posizione nel nord della Penisola: il Lago si contraddistingue per il suo microclima mediterraneo, dovuto al sistema dei suoi venti e all’influenza mitigatrice del suo enorme bacino, che, con la sua azione, garantisce un clima temperato, fatto di estati non torride e di inverni non troppo rigidi. La mitezza del clima è senz’altro alla base della sua rigogliosa vegetazione, in cui si distinguono oleandri, palme, cipressi, ulivi e viti.



The agricultural and food production on which it is based guarantees compliance with ethical and environmental criteria. In addition, its cooking techniques ensure that the organoleptic characteristics of the products are maintained.

Unfortunately, in recent years, the Mediterranean diet has been gradually replaced by less healthy eating habits. This is due to increased access to food, people's mobility and the acceleration of the pace of daily activities. Habits that encourage people to eat meals away from home, reducing the time spent preparing them.

The rediscovery of the Mediterranean diet is therefore an important opportunity to avoid the homogenisation of eating habits and to safeguard biodiversity. A healthy profile of fat intake, low proportion of carbohydrate, low glycaemic index, high content of dietary fibre, antioxidant compounds, and anti-inflammatory effects: These are the nutritional characteristics of the Mediterranean dietary pattern, which reduces the risk of certain pathologies, such as cancer or cardiovascular diseases. This diet is based on a high intake of wholegrain cereals and vegetables, extra virgin olive oil, fish and plant-based proteins and low consumption of meat. Food combining is as important as meal distribution across the day.

For these reasons, the Mediterranean diet has been recognised by UNESCO as an intangible cultural heritage, an example of cultural wealth linked to territory, conviviality and society, where eating together becomes a true act of social exchange and sharing.

LAKE GARDA: A “MEDITERRANEAN” LAKE

The Mediterranean atmosphere can also be felt on the shores of Lake Garda. Despite its location in the north of the Italian peninsula, Lake Garda has a Mediterranean microclimate thanks to its wind system and the moderating effect of its large basin, which ensures a mild climate throughout the year, neither too hot nor too cold. The mild climate is certainly responsible for the lush vegetation, including oleanders, palm trees, cypresses, olive trees and vines.



Sopra: la terrazza del Ristorante Gramen a
Lefay Resort & SPA Lago di Garda.
A destra: "Calamari in salsa buillabaisse".

*Above: The terrace of Gramen restaurant at
Lefay Resort & SPA Lago di Garda.
To the right: "Calamari in bouillabaisse sauce."*



UNA NUOVA ARMONIA NATURALE

Il Ristorante Gramen a Lefay Resort & SPA Lago di Garda è un omaggio a questo microcosmo unico nel suo genere: con una terrazza sospesa sul Lago e una vista unica, Gramen è il ristorante mediterraneo in cui regna il rispetto per la Terra e per noi stessi. I piatti privilegiano le naturali proprietà degli ingredienti, utilizzando pesce di mare e di lago, valorizzando l'elemento vegetale e le erbe del giardino energetico circostante.

Gramen è un nome che ci riconnette con le origini di questi luoghi, ma anche con quelle di tutti noi: la terra e le sue estensioni acquatiche. Uno spazio senza tempo sospeso sul lago, circondato da rigogliosi giardini, i cui piatti esaltano il pesce, di mare e d'acqua dolce, e gli elementi vegetali, alcuni dei quali colti nel nostro Giardino Energetico Terapeutico; cinque stazioni ricche di erbe coltivate o spontanee, che trovano collocazione all'interno di due percorsi, entrambi di sette portate.

"Per Agros" è un encomio ai prodotti della terra: un tripudio di colori sinceri che ricordano quadri fiamminghi. Tra le sue creazioni più amate vi sono gli "Spaghettoni al nero, carote e plancton" e la "Melanzana alla parmigiana con ricotta vegetale".

"Per Aquam" ripercorre tutte le dimensioni della natura, trasportando l'Ospite in un viaggio tra le bellezze della terra e costituendo un vero e proprio simulacro della mediterraneità. Vongole, ostriche e ricciola sono i protagonisti di movimenti che alternano sorprese per tutti i sensi.

A NEW NATURAL HARMONY

The Gramen Restaurant at Lefay Resort & SPA Lago di Garda is a tribute to this unique microcosm: featuring a terrace overlooking the lake with a unique view, its concept is based on the Mediterranean diet and the respect for the planet and ourselves. The dishes bring out the natural properties of each ingredient, using freshwater and sea fish, plants and herbs collected from our energy garden.

Gramen is a word that represents the most wild and natural elements, reconnecting us to the roots of Earth and ourselves. A place for a culinary journey to be experienced in a suspended terrace overlooking the enchanting lake, surrounded by flourishing gardens, whose dishes enhance both freshwater fish and seafood, together with plant-based ingredients, some of which are picked in our Energy and Therapeutic Garden. Five areas with different cultivated or wild

herbs used in the two tasting paths, both of seven courses.

'Per Agros' is a tribute to the products of earth: a riot of colours reminiscent of Flemish painting. Among the most popular dishes are 'Black spaghetti, carrots and plankton' and 'Aubergine Parmigiana style and vegan ricotta'.

'Per Aquam' explores all dimensions of nature, taking the guest on a journey through the beauty of the Earth, a true emblem of the Mediterranean diet. Clams, oysters and yellowtail are the protagonists of movements that alternate surprises for all the senses.





STA PIOVENDO PLASTICA

IT'S RAINING PLASTIC

Il problema dell'inquinamento da plastica e cosa si può migliorare
The plastic pollution problem and what can be improved



La plastica è ovunque: piove, nuota, vola. Si trova nell'acqua, nell'aria, nei terreni. È persino stata rinvenuta nella placenta umana. La maggior parte della plastica negli oceani arriva dalla terraferma, o è trasportata dai fiumi più grandi. Quando i rifiuti vengono catturati dalle correnti, possono andare a finire in tutto il mondo. Sull'isola Henderson, un atollo tra Cile e Nuova Zelanda, sono stati trovati oggetti di plastica provenienti da Russia, Stati Uniti, Europa, Sud America, Giappone e Cina.

Per queste ragioni, l'inquinamento da plastica è diventato uno dei temi ambientali più pressanti: la produzione di oggetti in plastica usa e getta sta soverchiando la nostra capacità di gestirla. Un problema più evidente nelle nazioni in via di sviluppo, ma anche nel mondo sviluppato e, in particolar modo, nei Paesi con basse percentuali di riciclo.

La plastica oggi è il terzo materiale prodotto dall'uomo più diffuso sulla Terra, dopo acciaio e cemento. Metà di tutta la plastica prodotta è stata realizzata solo negli ultimi 15 anni: la produzione è aumentata dai 2,3 milioni di tonnellate del 1950 ai 448 milioni del 2015. Ogni anno circa 8 milioni di t di rifiuti di plastica finiscono negli oceani. Una volta in mare, i rifiuti vengono degradati da luce, vento e onde, in piccole particelle inferiori al mezzo centimetro di larghezza. Queste microplastiche sono state trovate in ogni angolo del pianeta, dalla cima del Monte Everest, alla Fossa delle Marianne. Si degradano poi in pezzi sempre più piccoli, fino ad introdursi nei sistemi idrici cittadini o fluttuare nell'aria.

Ogni anno milioni di animali vengono uccisi dalle plastiche, perché muoiono di fame o perché intrappolati. Microplastiche sono state rinvenute in oltre 100 specie acquatiche compresi i pesci, i gamberi e le cozze, che finiscono sulla nostra tavola. Tuttavia, colpiscono anche i mammiferi di terra, bloccando tratti dell'apparato digerente o perforando organi. S'insinuano poi nelle catene alimentari, fino a raggiungere l'essere umano, arrivando al sangue, o ai polmoni. È stimato che ogni giorno possiamo assumere oltre 100.000 microplastiche da cibo, aria e acqua. Gli effetti sulla nostra salute di questa esposizione cronica non sono ancora noti, ma è certo che vi siano danni a lungo termine.

Ma da dove viene la plastica? Oggi il 99% della plastica prodotta deriva dalla raffinazione di gas e petrolio, gli stessi materiali il cui sfruttamento ha determinato la crisi climatica. Tra i grandi produttori di plastica, però, non ci sono solo le aziende petrolifere o i giganti petrolchimici, bensì multinazionali che utilizzano imballaggi,

Plastic is everywhere: it rains, swims, flies. It is found in water, in the air, in the soil. It has even been found in the human placenta. Most of the plastic in the oceans comes from the land, or it is carried by larger rivers. When waste is caught by currents, it can end up all over the world. On Henderson Island, an atoll between Chile and New Zealand, plastic objects coming from Russia, the United States, Europe, South America, Japan, and China have been found.

For these reasons, plastic pollution has become one of the most pressing environmental issues as the production of disposable plastic products overwhelms our capacity to deal with it. This issue is most visible in developing nations, but the same happens in the developed world, especially in countries with low recycling rates.

Plastic today is the third most manufactured material in the world, after steel and cement. Half of all plastic ever produced has been made in the last 15 years: production has increased from 2.3 million tonnes in 1950 to 448 million tonnes in 2015. Every year, about 8 million tonnes of plastic waste end up in the oceans. Once in the sea, the waste is degraded by light, wind, and waves into small particles less than half a centimetre wide. These microplastics have been found in every corner of the planet, from the top of Mount Everest to the Mariana Trench. They then break down further into smaller pieces, eventually entering city water systems or floating in the air.

Every year, millions of animals are killed by plastics due to entanglement or starvation. Microplastics have been found in over 100 aquatic species, including fish, shrimp, and mussels, which end up on our meals. However, this also affects land mammals as microplastics block digestive tracts or pierce organs. It then infiltrates into food chains, reaching humans and entering our bloodstream or lungs. It is estimated that each day we may ingest over 100,000 microplastics from food, air, and water. The effects on health of this chronic exposure are still unknown, but long-term damage is certain.

But where does the plastic come from? Today, 99% of the plastic made comes from refining gas and oil, the same materials whose exploitation has led to the climate crisis. Among the major plastic producers, however, there are not only oil companies or petrochemical giants, but also multinational corporations that use packaging, especially for

soprattutto per cibo o bevande. Il vero problema, tuttavia, oltre alla produzione spropositata, è il falso assunto secondo cui la plastica può essere riciclata. In realtà, vendere la possibilità del riciclo rende più facile vendere plastica, smorzando la preoccupazione e la responsabilità dei consumatori. Solo il 9% dei rifiuti di plastica viene effettivamente riciclato, mentre il 19% viene incenerito e circa il 50% finisce nelle discariche legali. Il restante 22% viene invece abbandonato in discariche abusive, bruciato a cielo aperto oppure disperso nell'ambiente.

Un secondo falso mito riguarda il potere e l'efficacia del comportamento del singolo. Certamente, soprattutto per una questione di consapevolezza e cultura, è importante agire a livello individuale, ma è l'industria che dovrebbe essere regolamentata e controllata. Inoltre, pur essendo tecnicamente riciclabile, la plastica si degrada ogni volta che viene riutilizzata, e quindi non può essere riutilizzata infinite volte.

L'agenda politica si sta occupando di questa urgenza che riguarda tutti, emanando provvedimenti. Nel 2019 è entrata in vigore la direttiva SUP (Single-Use plastic) che vieta l'immissione sul mercato di alcuni oggetti di plastica come cotton fioc, posate, piatti e cannucce. Nel 2021 è stato approvato dal Parlamento Europeo il "Piano d'azione per l'economia circolare", che si prefigge sia di prevenire la produzione di rifiuti, sia di agire a monte della catena produttiva, impedendo che prodotti non sostenibili entrino nel mercato. Nel 2023 inoltre, è stato rivisto il "Packaging and Packaging Waste Regulation" (PPWR) per una realizzazione di imballaggi riutilizzabili e riciclabili.

La plastica ha rivoluzionato la medicina con dispositivi salvavita, ha reso più leggere le automobili e i jet, consentendo il risparmio di carburante, salvato vite con caschi, incubatrici e attrezzature per rendere potabile l'acqua. Le sue comodità, però, hanno portato a una cultura dell'usa e getta che rivela il suo lato oscuro: oggi le plastiche monouso costituiscono il 40% di tutte quelle prodotte. Molte di queste, ad esempio le buste di plastica o gli involucri per cibo, hanno una vita di pochi minuti o poche ore, anche se rimangono nell'ambiente per centinaia di anni.

food or beverages. The real problem, however, besides the disproportionate production, is the false assumption that plastic can be recycled. In fact, selling the possibility of recycling makes it easier to sell plastic, dampening consumers' concern and responsibility. Only 9% of plastic waste is actually recycled, while 19% is incinerated and about 50% ends up in legal landfills. The remaining 22% is either dumped in illegal landfills, burned in the open, or dispersed in the environment.

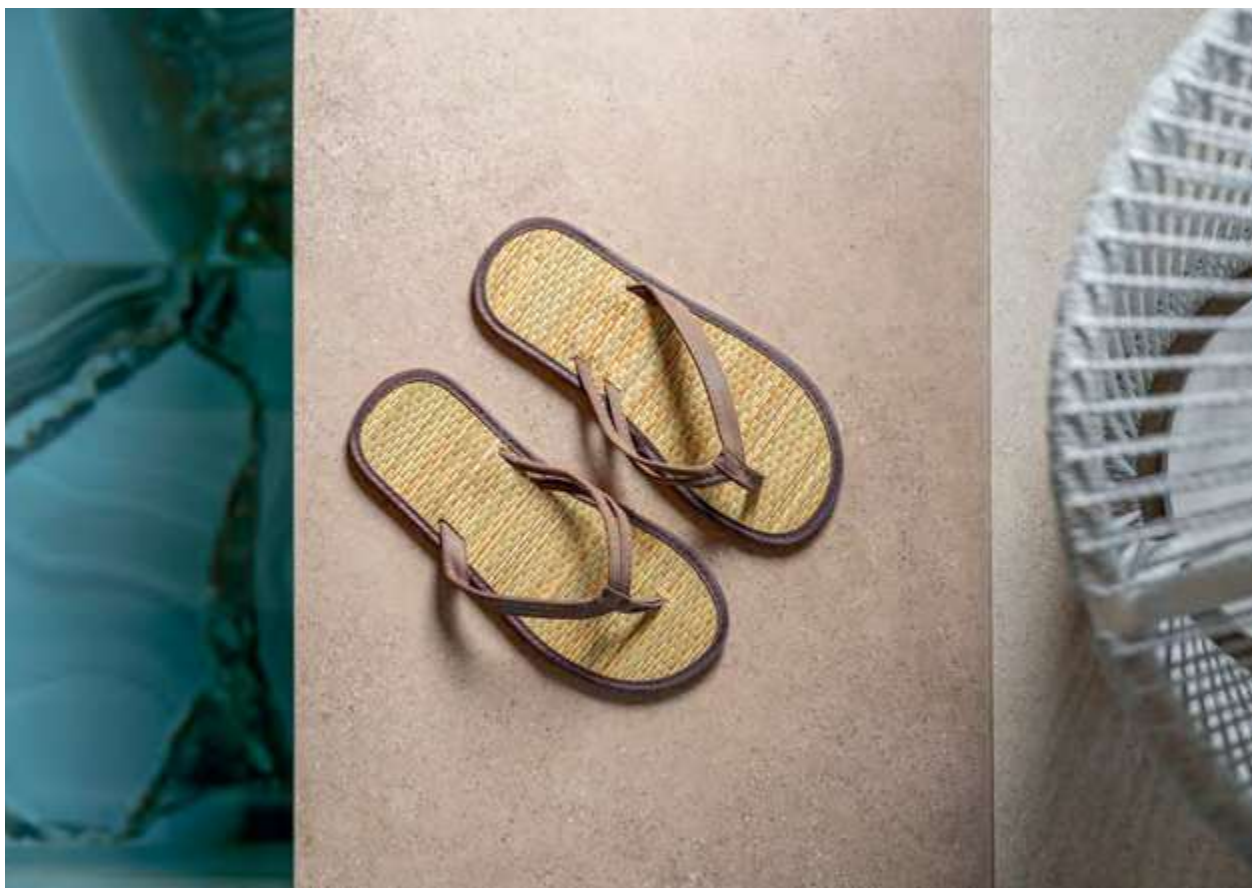
A second false myth concerns the power and effectiveness of individual behaviour. Certainly, especially due to awareness and cultural reasons, it is important to act at an individual level, but it is the industry that should be regulated and controlled. Furthermore, plastic, although technically recyclable, degrades each time it is reused, so it cannot be reused indefinitely.

The political agenda is addressing this urgency that concerns everyone by issuing measures. In 2019, the Single-Use Plastic (SUP) Directive came into force, prohibiting the placing on the market of certain plastic items such as cotton buds, cutlery, plates, and straws. In 2021, the European Parliament adopted the «Circular Economy Action Plan», which aims to prevent waste production and act upstream of the production chain, preventing unsustainable products from entering the market. In 2023, the «Packaging and Packaging Waste Regulation» (PPWR) was also revised to promote the use of reusable and recyclable packaging.

Plastic has revolutionised medicine with life-saving devices, made cars and jets lighter- which helps saving fuel-, saved lives with helmets, incubators, and equipment to make water drinkable. However, all its 'benefits' have led to a culture of 'use and throw away' that reveals its dark side: today, single-use plastics account for 40% of all the plastic produced. Many of these items, such as plastic bags or food wrappers, have a lifespan of just a few minutes or hours, even though they remain in the environment for hundreds of years.

I prodotti della linea cosmetica Lefay SPA utilizzano un packaging sostenibile / *Lefay SPA cosmetics products are distributed in a sustainable package*





Le ciabattine SPA e da camera, che in passato utilizzavano plastica, sono state sostituite con modelli in bamboo e cotone.

Our spa and bedroom slippers, previously made of plastic, have been replaced with bamboo and cotton models.

Per queste ragioni è necessario porsi come obiettivo il miglioramento dei sistemi di gestione dei rifiuti e di riciclaggio, tenendo conto della breve vita del packaging usa e getta ed evitandone la produzione.

Tra le varie pratiche messe in atto da Lefay, vi è la graduale eliminazione della plastica nei Resort, partendo proprio dai prodotti offerti agli Ospiti: tutte le amenities nelle suite, sono prive di plastica e confezionate in sacchetti realizzati in amido di mais. Inoltre, le ciabattine SPA e da camera, che in passato utilizzavano plastica, sono state sostituite con modelli in bamboo e cotone. Naturalmente poi, non esistono bottiglie d'acqua in plastica nelle strutture: scegliamo quelle realizzate in vetro, PLA o lattina. Infine, quest'anno i prodotti per la cura della persona disponibili nelle Suite verranno sostituiti con dispenser per saponi e detergenti.

Non da ultimo, una grande attenzione viene posta alla sensibilizzazione del personale sul tema della plastica e sull'importanza della corretta gestione dei rifiuti. Ci rivolgiamo anche agli Ospiti tramite il nostro Green Book, scaricabile dalla Lefay Directory o dai nostri siti web. Gesti e pratiche che ci prefissiamo di portare sempre avanti e di integrare con iniziative volte a un progressivo miglioramento della performance ambientale, augurandoci che questo impegno possa divenire un vero e proprio modo comune di operare, nell'interesse di ognuno di noi.

It is for these reasons that we should aim at improving waste management and recycling systems, considering the short lifespan of single-use packaging, and at avoiding its production.

Among the various practices implemented by Lefay, there is the gradual elimination of plastic in the Resorts, starting with the products offered to guests: all amenities in the suites are plastic-free and packaged in bags made from corn starch. Furthermore, the spa and bedroom slippers, previously made of plastic, have been replaced with bamboo and cotton models. Naturally, there are no plastic water bottles in the facilities: we choose those made of glass, PLA, or cans. Finally, this year, personal care products available in the suites will be replaced with soap and detergent dispensers.

Last but not least, great attention is paid to raising awareness among our team members on the issue of plastic and the importance of proper waste management. We also reach out to guests through our Green Book, that can be downloaded from the Lefay Directory or our websites. These are gestures and practices that we plan to continue and integrate with initiatives aimed at progressively improving environmental performance, hoping that this commitment can become a common way of behaving in the interest of each and every one of us.

UFFICIO IN ALTA QUOTA

WORKING AT HIGH ALTITUDE

Cosa significa essere guida alpina

What it's like being a mountain guide

Ci accoglie nella sua sede a Madonna di Campiglio in una giornata di sole. La neve delle scorse nevicate è ai margini delle strade, ma il termometro segna temperature positive a due cifre. Le cime bianche e immacolate si stagliano su un cielo azzurro terso, mentre i suoni meccanici delle attrezzature tecniche cadenzano l'aria.

Ezio Chesi è il direttore della Scuola Alpinismo, Sci Alpinismo ed Escursionismo Pinzolo Val Rendena - Mountain Friends, un gruppo affiatato di amici, uniti dalla passione per la montagna che include sia guide alpine, sia accompagnatori di media montagna, professionisti per le attività outdoor in ogni stagione. La Scuola, fondata nel 2012, conta a oggi 17 soci: 12 guide e 5 accompagnatori, di tutte le età.

Ezio indossa la giacca contrassegnata dallo stemma ufficiale internazionale delle guide alpine; è seduto all'interno del suo noleggio di attrezzature sportive.

«È una cosa che ho voluto fare fin da piccolo. Ho sempre amato trascorrere il mio tempo all'aria aperta e mi sono sempre sentito più a mio agio con indosso gli scarponi». Diventare guida alpina è un iter complesso e richiede preparazione, conoscenza del territorio, conoscenza della montagna e della sua natura e, soprattutto, capacità di valutazione del rischio. Si tratta di una vera e propria professione. L'abilitazione all'esercizio di aspirante guida e di guida alpina-maestro di alpinismo si consegue mediante la frequenza degli appositi corsi teorico-pratici e il superamento dei relativi esami.

L'ammissione ai corsi, a sua volta, è subordinata al superamento di prove attitudinali da sostenere davanti alle competenti sottocommissioni esaminatrici. La prova consiste in un esame scritto; nella verifica del curriculum vitae con eventuale colloquio e in un esame pratico finale. L'esame scritto verte su argomenti quali la legislazione turistica provinciale, la geografia, l'ambiente e la storia locale, la storia dell'alpinismo, la conoscenza di flora e fauna, meteorologia e topografia e, naturalmente, primo soccorso.

Ezio Chesi welcomes us to his headquarter in Madonna di Campiglio on a sunny day. The snow from previous snowfalls is on the edges of the roads, but temperature is over 10 degrees. The snow-capped, unspoiled peaks stand out against a clear blue sky, while the mechanical sounds of technical equipment fill the air.

Ezio Chesi is the Director of "Mountain Friends", a School of Mountaineering, Ski Mountaineering and Hiking based in Pinzolo in Val Rendena. They are a close-knit group of friends who share the same passion for the mountains, made up of mountain and mid-mountain guides, professionals of outdoor activities in all seasons. The association, founded in 2012, has now 17 members: 12 mountain guides and 5 mid-mountain guides of all ages.

Ezio is wearing a jacket with the official international mountain guide badge; he is sitting inside his sports equipment rental shop.

«It's something I've wanted to do since I was a child. I have always loved spending my time outdoors and I have always felt more comfortable wearing boots.»

Becoming a mountain guide is a complex process and requires preparation, knowledge of the territory, knowledge of the mountain and its nature and, above all, risk assessment skills. This is a real job. The certification as aspirant guide and mountain guide instructor is obtained by attending theoretical and practical courses and passing the relevant examinations. Admission to courses is also subject to passing aptitude tests that must be taken in front of the specific examining sub-committees. The test consists of a written examination, a CV check with a possible interview and a final practical examination.

The written test covers topics such as provincial tourism legislation, geography, environment, and local history, history of mountaineering, knowledge of flora and fauna, meteorology and topography, and, of course, first aid.

The purpose of the CV check and interview is to ensure that the candidate has sufficient mountaineering experience - a requirement for the practical exam, which includes tests in sport climbing, classical climbing, ice and mixed climbing and activities, and ski mountaineering.





Il curriculum e il colloquio servono a verificare se il candidato abbia effettivamente all'attivo un'attività alpinistica adeguata, condizione obbligatoria per l'esame pratico, che comprende l'effettuazione di prove come arrampicata sportiva, arrampicata classica, attività ed esercizio su ghiaccio e ghiaccio-misto, sci alpinismo.

Vien da chiedersi cosa, oltre a tutte le competenze richieste, renda particolarmente impegnativa questa professione. La montagna non perdona, è risaputo che la forza e l'imprevedibilità della natura sono avvenimenti che non possiamo in alcun modo controllare. Lo si sente raccontare in tutte le zone del mondo, quelle che in qualche modo dimostrano la loro devozione nei confronti di questi giganti della natura, dai quali non bisogna prendersi troppa confidenza.

«Osservo, valuto, proteggero» risponde Ezio con la voce pacata di chi sa confrontarsi con gli elementi della natura alpina. «È importante avere esperienza, ma la cosa fondamentale è avere la lucidità di gestire le criticità del momento, valutando le condizioni e tutti i rischi annessi. Talvolta si è portati a voler percorrere strade azzardate, perché spesso si tratta di sentieri più scenografici, o perché i viaggiatori e i turisti ci tengono alla foto spettacolare, ma

You might wonder what is the most challenging part of the job, on top of all the skill requirements. The mountain does not forgive. As we all know, men have no control against the power and unpredictability of nature. This is something that is repeated in regions all over the world that in some way show their devotion to these giants of nature, which are not to be fully trusted.

«I observe, evaluate and protect» replies Ezio with the calm voice of someone who knows how to deal with the elements of alpine nature. «Experience is essential, but the most important thing is to be lucid enough to deal with the critical issues of the moment, to evaluate the conditions and all the risks involved. Sometimes you are tempted to take dangerous paths because they are the most spectacular or because travellers and tourists want to take great pictures, but it is important to know when to stop. It is essential to understand that it is better to avoid certain trails to protect yourself. However, it is also true that you may find yourself in the wrong place, at the wrong time.»

He finishes by lowering his voice, recalling that in July 2022, a section of the Marmolada glacier collapsed, killing eleven people. «I had already finished my tour, I was sitting drinking



Ezio Chesi

DIRETTORE DELLA SCUOLA ALPINISMO, SCI ALPINISMO ED ESCURSIONISMO PINZOLO VAL RENDENA / DIRECTOR OF "MOUNTAIN FRIENDS", A SCHOOL OF MOUNTAINEERING, SKI MOUNTAINEERING AND HIKING BASED IN PINZOLO IN VAL RENDENA



è necessario sapersi fermare prima. È essenziale comprendere che è meglio rinunciare a certe vie per proteggersi. Poi, è ovvio, può capitare di trovarsi nel posto sbagliato, al momento sbagliato.»

L'ultima frase la pronuncia abbassando il tono e ricordando il crollo della Marmolada, avvenuto a luglio 2022, in cui purtroppo si contarono undici vittime. «Io avevo già finito il mio giro; ero seduto a bere il caffè in un rifugio.»

Essere consapevoli di quello che si sta rischiando è una prerogativa. Consapevolezza e prudenza sono il mantra per queste esperienze. Ma l'emozione, il senso di stupore e la nostalgia della meraviglia mai provata, che ci riempiono occhi e polmoni alla vista di certi panorami, sono impagabili.

Ezio me lo fa vedere dal rullino del suo telefono: i tramonti, il fragoroso silenzio che echeggia alla loro luce. Rifare percorsi battuti che ogni volta rivelano un volto diverso. Rendersi conto che quel giorno è unico e che tu hai già fatto la differenza.

«Questa è la cosa più bella di essere guida: avere un "ufficio" così.»

coffee in a hut.»

Being aware of what you are risking is a must. Awareness and caution are our mantra for these experiences. But the emotion, the overwhelming sense of awe and longing for the wonder we have never experienced, filling our eyes and lungs at the sight of certain panoramas, is priceless.

Ezio shows me some pictures from the library of his mobile phone: the sunsets, the roaring silence that echoes in their light. Retracing well-trodden paths that each time reveal new aspects. Realising every day is unique and that you have made a difference.

«That's the best thing about being a mountain guide: to have such an 'office' at high altitude.»





MOUNTAIN FRIENDS

Guide alpine e Accompagnatori a Pinzolo – Madonna di Campiglio, dall'Adamello alle Dolomiti di Brenta. Le figure ideali per esplorare le meraviglie naturali di Madonna di Campiglio, Pinzolo, dell'Adamello Presanella e delle spettacolari Dolomiti di Brenta, nel cuore del Trentino. Organizzano attività outdoor in ogni stagione e programmano uscite sia sul territorio nazionale, sia europeo ed extraeuropeo. Mountain Friends è il partner scelto da Lefay Resort & SPA Dolomiti per le attività esterne.

MOUNTAIN FRIENDS

Mountain and mid-mountain guides in Pinzolo – Madonna di Campiglio, from Adamello-massif to the Brenta Dolomites. The ideal figures to discover the natural wonders of Madonna di Campiglio, Pinzolo, the Adamello-Presanella massif and the spectacular Brenta Dolomites, in the heart of Trentino. They organise excursions in all seasons and trips in Italy, Europe and beyond. Mountain friends is the partner chosen by Lefay Resort & SPA Dolomiti for outdoor activities.



TRENTODOC: POESIA CHE SGORGA DAL TERRITORIO

TRENTODOC: POETRY FROM THE LAND





Coltivare eccellenza da oltre 125 anni: la storia di Ferrari Trento

Cultivating excellence for over 125 years: The history of Ferrari Trento

Ci vuole tempo. Pazienza. Come per tutte le cose più belle. Il vino nasce dalla poesia: dal non credere che un grappolo d'uva appeso a una vigna possa divenire il contenuto prezioso di una bottiglia. Una bottiglia da bere, per brindare, per festeggiare, per ricordare un momento speciale o per puro piacere meditativo.

Il vino: un mondo così misterioso e diffuso allo stesso tempo. Un processo di storia, natura, lavoro e formule segrete. Siamo andati a scoprirne di più in uno dei templi delle bollicine italiane: Ferrari Trento ci ha aperto le porte.

Le bollicine Ferrari sono da oltre cento anni il riferimento per il brindisi degli italiani per eccellenza. La loro leggerezza celebra la passione per la bellezza e il saper vivere. Sostenibilità, rispetto per il territorio, continua ricerca della qualità e una profonda cura per il dettaglio, sono i valori che guidano l'intero processo produttivo generazione dopo generazione. Questo è ciò che rende ogni bottiglia un episodio unico.

Ferrari è stata la prima Casa italiana di bollicine Metodo Classico e la sua storia ha dell'incredibile. Il mito nasce da un uomo, Giulio Ferrari, classe 1879, e dal suo sogno di creare in Trentino un vino capace

As with all the beautiful things, it takes time and patience to produce wine. Wine is born from poetry: From not believing that a bunch of grapes hanging from a vineyard can become the precious content of a bottle. A bottle to drink, to toast, to celebrate, to remember a special moment or to enjoy for a pure meditative pleasure. Wine: A mysterious yet widespread product. A process of history, nature, work and secret formulas. We went to discover more in one of the temples of Italian sparkling wines: Ferrari Trento opened its doors to us.

Ferrari bubbles have been the reference for the Italian toast par excellence for over a hundred years. Their irresistible elegance celebrates Italy's lust for life and beauty. Sustainability, respect for the land, a constant quest for quality and a great attention to detail are the values that guide the entire production process, generation after generation. For this reason, every bottle provides a unique experience.

Ferrari was the first Italian producer of 'Metodo Classico' bubbles and there is something incredible about the story of this company.

The legend of Ferrari began with a



di confrontarsi con i migliori champagne francesi. Proveniente da una famiglia proprietaria di diversi appezzamenti a coltura promiscua, Giulio studia all'Istituto agrario di San Michele all'Adige, appassionandosi fin da subito all'enologia, che approfondisce a Montpellier, in Francia. Prosegue i suoi studi in Renania, stavolta ricercando i lieviti e conclude il suo percorso nella regione Champagne. Torna in Italia con due barbatelle di Chardonnay: sarà il primo a portare il vitigno nella penisola. Non era scontato che durante il viaggio le piante reggessero, ma, appena giunto a casa, Giulio le pianta immediatamente.

Semi che troveranno terreno fertile in Trentino, grazie al clima mite di giorno, che valorizza l'acidità, e all'escursione termica che abbassa la temperatura di notte, favorendo la freschezza e il mantenimento delle uve. I vigneti di montagna sono forti e produrranno un vino che farà la storia. Inizia a produrre poche, selezionatissime bottiglie che, già nel 1906, ottengono una Medaglia d'oro all'Esposizione Internazionale di Milano.

In poco tempo, la richiesta delle sue bottiglie aumenta, tanto che si narra che una nota famiglia di navi turistiche avanzò un ordine di migliaia di bottiglie per la sua flotta. Giulio in tutta risposta disse "La mia non è una fabbrica di gazzosa, ve ne darò ben 26".

man, Giulio Ferrari, born in 1879, and his dream of creating a wine in Trentino capable of competing with the best French Champagnes. Coming from a family that owned several plots of land with mixed crops, Giulio studied at the Agricultural Institute of San Michele all'Adige and immediately developed a passion for oenology, which he carried on studying in Montpellier, France. He then went to the Rhineland to study yeasts and completed his training in the Champagne region. He then returned to Italy with two Chardonnay cuttings. He would be the first to introduce this grape variety to Italy. There was no guarantee that the plants would survive the journey, but as soon as he got home, Giulio planted them.

These plants would find fertile soil in Trentino, thanks to the mild climate during the day, which enhances the acidity, and the variation in temperature, which lowers the temperature at night, favouring the freshness and conservation of the grapes. The mountain vineyards are strong and would have produced a wine that would have made history. He started to produce a few highly selected bottles that, in 1906 already obtained a Gold Medal at the International Exhibition in Milan.

In a short time, the demand for his bottles increased, to the



Questo e molti altri preziosi aneddoti ci sono raccontati in cantina, nella stanza-museo dedicata alle invenzioni di Giulio Ferrari, il quale, oltre a studiare l'enologia, si dedicava alla ricerca dei migliori materiali per i macchinari di lavorazione, preferendo ad esempio l'argento per i componenti metallici solitamente disponibili in rame o ottone.

Appena scesi in cantina, gli occhi si perdonano tra corridoi e corridoi di bottiglie sistemate sulle tipiche strutture a legno, contraddistinte dal foro per l'inclinazione della bottiglia durante l'affinamento. La loro misura aumenta ad ogni passo e, dalle Magnum, raggiungiamo le tre litri Jéroboam e le sei litri Mathusalem.

Difficile, pochi minuti dopo, nell'ampio locale dei tini, mantenere l'attenzione sulle informazioni tecniche, quando la poesia dei labirinti vitrei disegna tracciati in penombra di cui non si vede la fine. Negli oltre 350 tini si forma il mosto, dalle uve Pinot Nero e Chardonnay, raccolte rigorosamente a mano negli oltre 132 ettari delle vigne certificate appartenenti alla Famiglia Lunelli, insieme a quelle provenienti da circa 700 conferenti che rispettano gli standard previsti. Dopo la fermentazione e quella malolattica, il vino viene inserito nella stessa bottiglia che ci ritroveremo ad aprire per gustarlo. Si va da un minimo di 18 mesi di affinamento

point that a well-known family of tourist ships placed an order for thousands of bottles for their fleet. Giulio in reply said «I don't own a fizzy drink factory, I will give you 26 bottles.»

This and many other priceless anecdotes are told us in the winery, inside the room-museum dedicated to the inventions of Giulio Ferrari, who not only studied oenology, but also dedicated himself to researching the best materials for processing machinery, preferring, for example, silver to copper or brass metal components.

As soon as we enter the cellar, our eyes are lost in the aisles of bottles arranged on typical wooden wine racks, marked by the hole for tilting the bottle during the ageing process. Their size increases with each step and, from the Magnum, we reach the three-litre Jéroboam and the six-litre Mathusalem bottles.

A few minutes later, in the spacious fermentation room, surrounded by a wonderful maze of bottles, it is difficult to pay attention to the technical information. In more than 350 vats, the must is made from Pinot Noir and Chardonnay grapes hand-picked in more than 132 hectares of certified vineyards owned by the Lunelli family and by about 700 vine growers who meet the required standards. After fermentation and malolactic

in bottiglia, per la Linea Classica, a un massimo di 21 anni per le bottiglie più pregiate. Attraversiamo anche le aree dedicate al remuage, a mano o tramite macchinari, e alla parte finale dove avvengono la sboccatura e il confezionamento.

Vien voglia di nascondersi lì, in quella nicchia scura dove il vino risposa. Dove, ricordando il passato, assistiamo al racconto di un ulteriore aneddoto che il Dottor Gino Lunelli, membro della seconda generazione della famiglia, racconta con piacere. Il padre, Bruno Lunelli, proprietario di un'enoteca di Trento, fu colui che acquistò le Cantine Ferrari e che, insieme a Giulio, privo di eredi, le rese così famose. Rincasò una sera a cena, dai figli adolescenti Franco, Gino e Mauro, che ricordano le sue famose parole "Per questa operazione dovrete pagare cambiali per tutta la vita". Non poteva sapere che in appena cinque anni avrebbe ripagato tutto il suo investimento e ricavato utili.

Oggi alla guida dell'azienda c'è la terza generazione: Marcello, Matteo, Camilla e Alessandro guidano l'azienda insieme a una squadra straordinaria, con l'obiettivo di innovare nel solco della tradizione portando Ferrari nel mondo, insieme al suo territorio. È stata proprio quest'azienda a battersi per l'ottenimento della denominazione Trentodoc, guidata dal mantra secondo cui "Ciò che hai ereditato dai padri riconquistalo, se vuoi possederlo davvero."

Si capisce una cosa, che ritorna sempre in questa storia: l'importanza della cura delle cose che da sempre contraddistinguono la Famiglia. Una cura che si ritrova ovunque e che spicca per antonomasia, a Villa Margon.

Dalla Cantina si sale verso fazzoletti verdi attraversati da filari di vigne. Si raggiunge Locanda Margon, ristorante stellato del Gruppo guidato dall'Executive Chef Edoardo Fumagalli, che colpisce per la sua cucina pulita, leggera ed equilibrata dai sapori netti, fondata su tre pilastri: conoscenza della materia prima, tecnica e libertà di esecuzione.

Ci lasciamo alle spalle il suggestivo ristorante, con le vetrate che lasciano viaggiare lo sguardo sulla terra tutta intorno. Salendo, i vigneti disegnano forme sempre più artistiche, librandosi nelle pendenze dei campi che accolgono una strada bordata da vecchi alberi boriosi.

Arriviamo a Villa Margon, un gioiello di arte, architettura, storia e cultura. La sua peculiarità consiste nell'aver pienamente conservato, e in ottimo stato, gli affreschi delle stanze del piano terra e le decorazioni del tetto a travi. Dimora estiva nobiliare e luogo di villeggiatura, la residenza sorge in un paesaggio di rara bellezza ed è immersa in un grande parco di circa 135 ettari. Un edificio il cui portico è sormontato da eleganti loggiati ispirati alle ville venete del Rinascimento. L'interno si articola in una serie di sale affrescate da importanti cicli pittorici che rappresentano documenti preziosi della pittura del Cinquecento: perfettamente conservati, gli affreschi raffigurano la vita e le gesta dell'imperatore Carlo V, che si vantava del fatto che nel suo regno non tramontasse mai il sole, scene del Vecchio e del Nuovo Testamento, la cui protagonista indiscussa è la natura, che si ritrova nella faggeta del parco, ricca di esemplari di fauna da proteggere. Un microcosmo di bellezza, arte di vivere italiana e cura di ciò da cui proveniamo: la poesia più sincera, da ripercorrere e rincorrere.

fermentation, the wine is placed in the same bottle that we will open to savour it. The ageing process ranges from a minimum of 18 months in the bottle for the Classic Line, to a maximum of 21 years for the most prized bottles. We also pass through the areas dedicated to remuage, by hand or by machinery, and the final part where disgorgement and packaging take place.

It makes you want to hide there, in that dark niche where the wine rests. Here, remembering the past, we hear another anecdote told by Dr Gino Lunelli, a member of the second generation of the family. His father, Bruno Lunelli, a Trento wine shop owner, was the one who bought Cantine Ferrari and made it famous with Giulio, who had no heirs. When he came home for dinner one night, to his teenage sons Franco, Gino and Mauro, he said these famous words: «For this operation you will have to pay check for the rest of your life.» He could not have imagined that in just five years he would pay off all his investment and make profits.

Today, the company is led by the third generation: Marcello, Matteo, Camilla and Alessandro lead the company together with an extraordinary team, with the aim of combining innovation and tradition, taking Ferrari and its land around the world. It was this company that fought for the Trento DOC recognition, led by the mantra that «If you really want to make it your own, reconquer what you have inherited from your forefathers.»

The importance of taking care of things, which has always been part of the family, is something that is evident throughout this story. This attention to detail can be found everywhere, but it is particularly evident at Villa Margon.

From the winery you walk up to green fields crisscrossed with rows of vines. We arrive at Locanda Margon, the Group's Michelin-starred restaurant, run by Executive Chef Edoardo Fumagalli, whose clean, light and balanced cuisine, with its distinctive flavours, is based on three pillars: knowledge of raw materials, technique and freedom of expression.

We leave the evocative restaurant, with its floor-to-ceiling windows overlooking the surrounding countryside, behind us. Climbing up the hill, the vineyards take on increasingly artistic shapes, winding down the slopes of fields welcoming a road bordered by old trees.

We arrive at Villa Margon, a gem of art, architecture, history and culture. What makes it unique is that the frescoes in the rooms on the ground floor and the decorations on the beamed roof are completely preserved and in excellent condition. Set in a landscape of rare beauty and surrounded by a large park of around 135 hectares, the Villa has served as an aristocratic summer residence and holiday resort. The building features a portico with elegant loggias inspired by Venetian Renaissance villas. The interior is divided into different rooms decorated with important cycles of frescoes, a valuable example of sixteenth-century painting. Perfectly preserved, the frescoes depict the life and deeds of the Emperor Charles V, who boasted that the sun never set in his kingdom, and scenes from the Old and New Testaments in which nature is the protagonist, whose most representative element in the Villa is the park's beech wood, rich in rare fauna. It is a microcosm of beauty, of the Italian way of life and of care for our origins.



La famiglia Lunelli ha voluto, a partire dagli anni Ottanta, affiancare al Ferrari Trentodoc altre produzioni che ne condividessero i valori di fondo – altissima qualità, ricercatezza e forte legame con il proprio territorio – per costituire quello che è oggi un gruppo dell'eccellenza del bere.

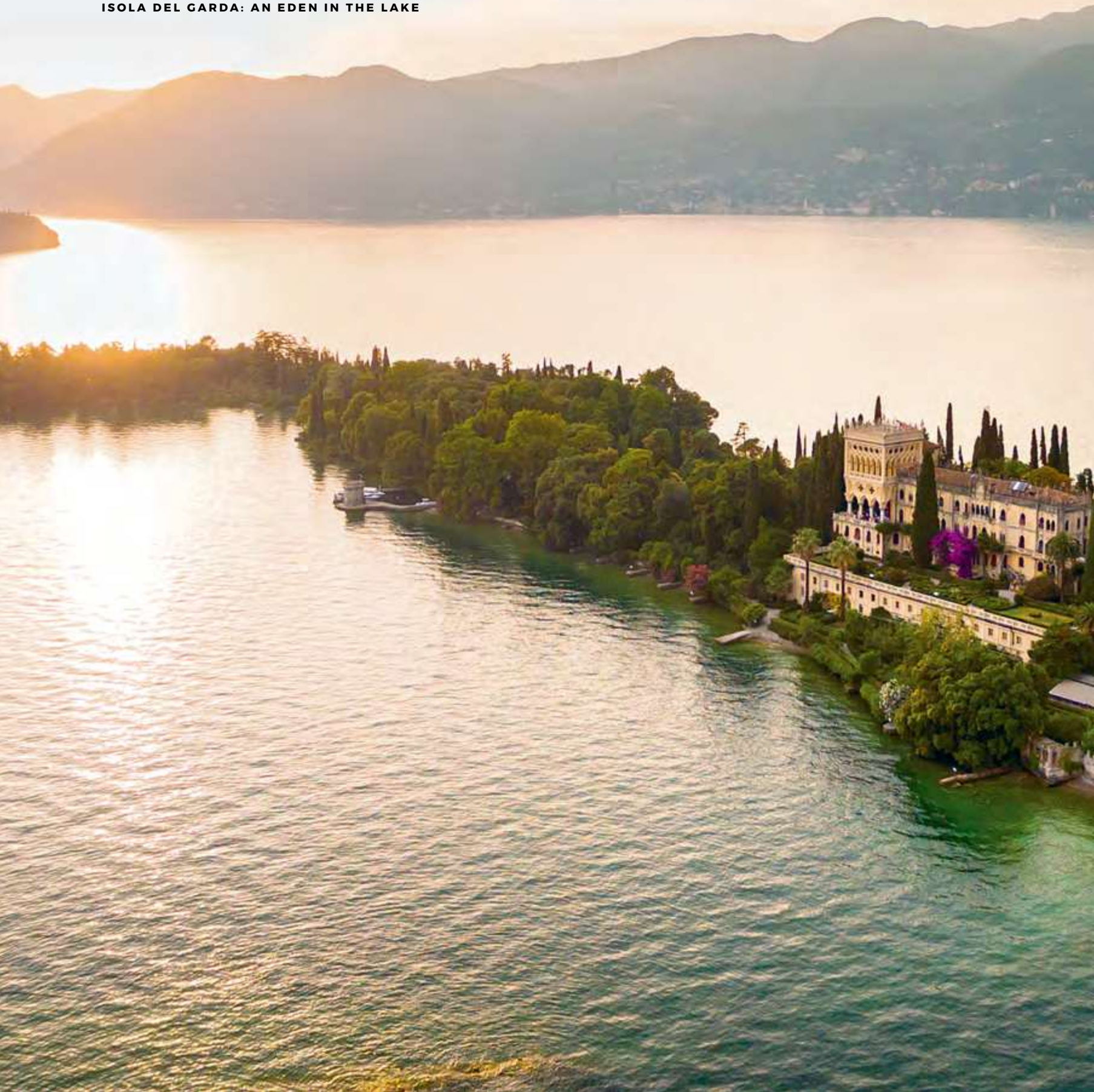
Il Gruppo Lunelli vede quindi a fianco di Ferrari un'acqua leggera ed esclusiva come Surgiva, un marchio storico della grappa come Segnana, i vini trentini, toscani e umbri delle Tenute Lunelli, un marchio di lunga tradizione del Prosecco Superiore quale Biondi1542 e dal 2021 Cedral Tassoni, l'azienda nota per l'iconica cedrata.

Since the 1980s, in addition to Ferrari Trentodoc, the Lunelli family has wanted to develop other products that share its core values of quality, elegance and a strong bond with the land. This has led to the creation of a group that has become synonymous with top-quality Italian beverages throughout the world.

In addition to Ferrari, the Lunelli Group therefore also includes a light and exclusive water brand such as Surgiva, a historic grappa brand such as Segnana, the Trentino, Tuscan and Umbrian wines of Tenute Lunelli, a brand with a long tradition of Prosecco Superiore such as Biondi1542 and, from 2021, Cedral Tassoni, the company known for its iconic cedrata, a syrupy sweet, bottled drink made from the citron.

ISOLA DEL GARDA: UN EDEN NEL LAGO

ISOLA DEL GARDA: AN EDEN IN THE LAKE





Dentro il mondo, senza essere nel mondo

Within the world, yet not of this world

Un luogo mistico, che sorge sulla sponda bresciana del lago di Garda, a poche braccia d'acqua da Salò e Gardone Riviera. È reale; lo si capisce dalla nuvola di terra che emerge dalle acque e che tuttavia rievoca qualcosa di puro e misterioso. Potrebbe esistere solo nei sogni e scomparire da un momento all'altro.

"Insula Craniae" è il suo nome più antico, evolutosi nel tempo in "Insula Gardae" intorno al Mille e "Isola dei Frati", dal XIII secolo. Nell'Ottocento ha preso il nome delle famiglie che si sono alternate nella proprietà; oggi è conosciuta come "Isola del Garda".

La storia

Abitata in principio dai Romani, come testimoniano le epigrafi rinvenute, venne abbandonata dopo il declino dell'impero e ridotta a riserva di caccia. Fu intorno al 1220, quando San Francesco passò nel

A mystical place, rising on the shores of Lake Garda, just a stone's throw from Salò and Gardone Riviera. It is real. You can tell by the land that emerges from the waters, evoking something pure and mysterious. It could exist only in dreams and disappear at any moment.

'Insula Craniae' is its oldest name, evolving over time into 'Insula Gardae' around the year 1000, and 'Isola dei Frati' from the 13th century on. In the nineteenth century, it took on the name of the families that alternated in ownership; today it is known as 'Isola del Garda'.

The History

Initially inhabited by the Romans, as evidenced by the inscriptions found, it was abandoned after the decline of the empire and reduced to a game reserve. Around 1220, when Saint Francis of Assisi travelled through Northern Italy on his way back

Nord Italia di ritorno dall'Egitto, che gli venne donata la parte nord dell'isola, dove il Santo istituì un romitorio per i confratelli, che piantarono sull'isola ulivi, viti, limoni, aranci e cedri (ebbero il merito di introdurre la coltivazione degli agrumi su questa sponda del lago).

L'eremo divenne famoso per coloro alla ricerca di pace e silenzio: qui veniva a meditare Sant'Antonio da Padova e vi sono tracce del passaggio di Dante Alighieri, che dedicò al luogo alcuni versi nel XX canto dell'*Inferno*.

Nel XV secolo, San Bernardino da Siena vi costruì un convento, che divenne un centro studi di teologia. Fu il periodo di maggiore rigoglio del giardino, profumato di rose, arbusti odoriferi, generoso di piante di olive, fichi, melagrane e pergolati di viti. La stanza della primavera, della quiete e degli studi.

Passata a proprietà del demanio, l'isola fu acquistata nel 1817 dal conte Luigi Lechi di Brescia. In vent'anni di abbandono, della lussureggiante vegetazione sopravvisse solo un grande ulivo, quello piantato da San Francesco. Si susseguivano eventi mondani, a cui partecipava un'élite di artisti, tra cui il compositore Gaetano Donizetti, i poeti Ippolito Pindemonte e Cesare Arici e l'architetto Luigi Vantini. Una copertura dell'attività carbonara del conte, che aveva impiantato una stamperia clandestina per manifesti anti-austriaci.

Verso la metà dell'Ottocento, negli anni decisivi per l'unità d'Italia, l'isola, sul confine tra Italia e impero austriaco, viene espropriata per diventare una fortezza di difesa. Dopo l'annessione del Veneto all'Italia, perse importanza strategica e venne acquistata all'asta dal barone Scotti di Bergamo e da questi rivenduta, nel 1870, al duca Gaetano De Ferrari di Genova e a sua moglie, l'arciduchessa russa Maria Annenkoff, ai quali si deve la rinascita dell'isola. Dopo quattro generazioni, l'isola fu ereditata da Livia, sposata al conte Alessandro Cavazza di Bologna, che la lasciò al terzogenito Camillo. Gli attuali proprietari ed eredi sono i sette figli che attualmente vivono sull'isola.

from Egypt, the northern part of the island was bestowed on him. St Francis established a hermitage for the friars, who planted olive trees, vines, lemon trees, orange trees, and cedars on the island (they were credited with introducing citrus cultivation to this shore of the lake).

The hermitage became famous for those seeking peace and silence: here came to meditate Saint Anthony of Padua and legend has it that Dante Alighieri came to the island and later dedicated some verses to the place in the 20th canto of the Inferno.

In the fifteenth century, Saint Bernardino of Siena built a convent there, which became a centre for theological studies. It was the period of greatest splendour of the garden, fragrant with roses, fragrant shrubs, plenty olive trees, figs, pomegranates, and pergolas of vines. The place of spring, of tranquillity, and of study.

After the island became owned by the State, it was bought by Count Luigi Lechi of Brescia in 1817. In twenty years of abandonment, only a large olive tree from the lush vegetation survived, the one planted by Saint Francis. Society events followed, attended by an elite of artists, including composer Gaetano Donizetti, poets Ippolito Pindemonte and Cesare Arici, and architect Luigi Vantini. A cover for the count's «carbonari» activity, who had set up a clandestine printing press for anti-Austrian posters.

In the mid-nineteenth century, during the decisive years for the unification of Italy, the island, on the border between Italy and the Austrian Empire, was expropriated to become a fortress of defence. After the region of Venetia was annexed to Italy, it lost its strategic importance and was bought at auction by Baron Scotti of Bergamo and resold, in 1870, to Duke Gaetano De Ferrari of Genoa and his wife, the Russian Archduchess Maria Annenkova, to whom the rebirth of the island is owed. After four generations, the island was inherited by Livia, married to Count Alessandro Cavazza of Bologna, who left it to their third son Camillo. The current owners and heirs are the seven children who currently live on the island.



La loggia della Torre,
ad archi acuti bizantini
*The "loggia" of the tower and its
Byzantine pointed arches.*



CUSTODIRE E TRAMANDARE LA BELLEZZA

PRESERVING AND PASSING ON BEAUTY

Brillante uomo d'affari, Gaetano De Ferrari aveva trovato in Maria Annekoff la compagna ideale. Decisero che l'Isola sarebbe stata la dimora del loro amore. Fu ristrutturato il giardino e, dove prima vi erano limonaie, uliveti e vigneti, venne realizzato un parco ricco di vegetazione esotica mescolata a lecci, querce, allori e ligustri, tipici della flora gardesana.

Su desiderio di Anna Maria Annekoff, l'architetto Luigi Rovelli di Genova progettò un palazzo in stile neogotico veneziano. Costruito tra il 1900 e il 1903, l'edificio evoca, nel chiaroscuro degli elementi decorativi, il mutevole gioco delle acque e del cielo. Ne è iconica la torre, esplicita citazione del Palazzo Ducale di Venezia, come la loggia sottostante, aperta verso il lago, ad archi acuti bizantini.

In un chilometro di lunghezza per sessanta metri di larghezza, è racchiuso un incantevole giardino d'impronta romantica, giocato sui contrasti: tra luci ed ombre, tra le essenze mediterranee e quelle esotiche, ci si inoltra, non in uno, ma in più giardini.

Dal molo d'attracco, si entra in un fitto boschetto di sempreverdi schiarito dalle stagionali fioriture del gelsomino giallo e del glicine. Dopo pochi passi, il paesaggio si apre sulla vista del lago, tra lauri, magnolie e un trionfo di rose: piccole gialle rose Banksia e profumate rose antiche color albicocca si intrecciano ad altre color malva, rosa, bianco che scendono scenicamente a cascata dalla balconata della villa.

Su questa prima terrazza, originariamente orto francescano, oggi sorge un giardino all'italiana che stempera il suo rigore in mille dettagli.

Argentei olivi secolari, domestici fichi accompagnano la fioritura di meli, peri, limoni, aranci e pompelmi. Alla terrazza superiore il paesaggio diventa tropicale: è il regno delle agavi, delle cycas, delle grandiose palme delle Canarie che conducono alla villa.

Un angolo incontaminato che si tenta di descrivere: giardino segreto delle emozioni, sacro bosco nel quale ogni pianta può svilupparsi liberamente, rifugio sicuro per la bellezza e gli uccelli. Difficile darle un nome. Che sia dunque "Isola del Garda", nel suo più profondo significato di luogo in cui prendersi cura di ciò che resta per sempre.





Caetano De Ferrari, a brilliant businessman, found in Maria Annekova the ideal companion. They decided that the island would be the home of their love. The garden was renovated, and where there were previously lemon groves, olive groves, and vineyards, a park rich in exotic vegetation mixed with holm oaks, oaks, laurels, and privet, typical of the Garda flora, was created. At the request of Anna Maria Annekova, architect Luigi Rovelli from Genoa designed a palace in Venetian neo-Gothic style. Built between 1900 and 1903, the building evokes, in the chiaroscuro effects of the decorative elements, the changing play of water and sky. Its iconic tower, an explicit reference to the Doge's Palace in Venice, as is the underlying loggia, faces the lake, with Byzantine pointed arches.

An enchanting 1km-long and 60m-wide garden with a romantic touch plays with contrasts: between light and shadow, between Mediterranean and exotic essences, one ventures not into one, but into multiple gardens.

From the docking pier, one enters a dense grove of evergreens brightened by the seasonal blooms of yellow jasmine and wisteria. After a few steps, the landscape opens up to a view of the lake, amidst laurels, magnolias, and a triumph of roses: small yellow Banksia roses and fragrant antique apricot roses intertwine with others in mauve, pink, and white shades, cascading dramatically from the villa's balcony.

On this first terrace, originally a Franciscan garden, today stands an Italian garden that softens its rigour with a thousand details. Silvery ancient olive trees, domestic figs accompany blooming apple, pear, lemon, orange, and grapefruit trees. On the upper terrace, the landscape becomes tropical: it is the realm of agaves, cycads, and the grand palm trees of the Canaries that lead to the villa.

An uncontaminated corner that one attempts to describe: a secret garden of emotions, a sacred grove in which every plant can grow freely, a safe refuge for beauty and birds.

Difficult to give it a name.

So, let's call it 'Isola del Garda', in its deepest meaning as a place whose beautiful remains should be taken care of forever.

NON UNO, MA PIÙ GIARDINI

NOT ONE, BUT MULTIPLE GARDENS

Lecci, ligustri, corbezzoli, querce, pini, salici piangenti ornano il sentiero lungo il lago, ospitano edere e liane in controllato disordine, mescolandosi a collezioni di conifere venute dai quattro continenti. Cedri del Libano e dell'Himalaya, sequoie, ippocastani, ginkgo biloba, abeti solenni come cattedrali appaiono all'improvviso e maestosi cipressi di palude ornano piccole baie dalle cui acque emergono le radici, vere stalattiti vegetali. Il sentiero continua sotto una suggestiva volta di oleandri, attraversa una pineta dai profumi marini e si arresta a un pontile di legno. Qui, sulla punta estrema, ci si imbarca verso il mondo reale.

Un angolo incontaminato che si tenta di descrivere: giardino segreto delle emozioni, sacro bosco nel quale ogni pianta può svilupparsi liberamente, rifugio sicuro per la bellezza e gli uccelli. Difficile darle un nome. Che sia dunque "Isola del Garda", nel suo più profondo significato di luogo in cui prendersi cura di ciò che resta per sempre.

Holm oaks, privet, bearberries, oaks, pines, weeping willows adorn the lakeside path, hosting ivy and controlled disorder vines, mingling with collections of conifers from the four continents. Lebanese and Himalayan cedars, sequoias, horse chestnuts, ginkgo biloba, solemn firs like cathedrals suddenly appear, and majestic swamp cypresses adorn small bays from whose waters emerge roots, true plant stalactites. The path continues under an enchanting vault of oleanders, crosses a pine forest with marine scents, and stops at a wooden pier. Here, at the furthest tip, one embarks towards the real world.

An uncontaminated corner that one attempts to describe: a secret garden of emotions, a sacred grove in which every plant can grow freely, a safe refuge for beauty and birds. Difficult to give it a name. So, let's call it 'Isola del Garda', in its deepest meaning as a place whose beautiful remains should be taken care of forever.





LEFAY SPA ACADEMY: ECCELLENZA IN DIVENIRE

LEFAY SPA ACADEMY: EXCELLENCE IN PROGRESS



La prima accademia del benessere in una SPA Destination

The first wellness Academy in a SPA Destination

Sorridono orgogliosamente e intimiditi, riuniti al tavolo tutti insieme. Gli studenti della prima edizione Lefay SPA Academy hanno completato il primo anno di corso e si preparano agli esami. I quaderni appuntati di schemi e le matite consumate si alternano al tempo in cabina e alla pratica delle tecniche di massaggio. La Medicina Classica Cinese, anatomia, cosmetologia e altre materie tecniche, si uniscono ai concetti di accoglienza, lusso, comunicazione e sostenibilità, in un piano formativo completo.

Lefay SPA Academy è la prima accademia creata da una SPA Destination con l'obiettivo di formare professionisti benessere d'eccellenza nell'ambito dell'ospitalità di lusso. Un progetto lanciato nell'aprile 2023, risultato di un'attività di studio, ricerca e formazione portata avanti dal Gruppo Lefay, che sin dalla prima apertura, ha creato in collaborazione con il Comitato Scientifico Lefay SPA, un metodo di benessere unico nel suo genere, sperimentato in anni di esperienza, con l'obiettivo di aiutare gli Ospiti a superare le loro difficoltà, aiutandoli a condurre uno stile di vita più sano e consapevole. Una filosofia che ha portato alla creazione di oltre 50 protocolli Signature, finalizzati a diversi obiettivi. Questa scelta ha da subito, sin dall'apertura, introdotto il tema della

They smile proud and shy, gathered around the table. The students of the first edition of the Lefay SPA Academy have completed the first year and are preparing for their exams. Notebooks filled with diagrams and worn pencils alternate with time in the spa cabin and the practice of massage techniques. Classical Chinese medicine, anatomy, cosmetology and other technical subjects, as well as hospitality, luxury, communication and sustainability are taught in a comprehensive training plan.

Lefay SPA Academy is the first academy created by a SPA Destination with the aim to train excellent wellness professionals in luxury hospitality. A project launched in April 2023, which is the result of study, research and training carried out by the Group. Indeed, from the opening of the first jewel in the Lefay Collection, the company has developed a unique wellness method together with the Lefay SPA Scientific Committee, which has been tested through years of experience, with the aim to help Guests solve their problems by leading them to live a healthy and more conscious lifestyle. This philosophy has led to the creation of more than 50 signature protocols, aimed at various objectives. A choice that, since the opening, has quickly raised the issue





formazione per consentire ai terapisti di effettuare tutti i protocolli specifici dell'offerta Lefay SPA, un percorso da sempre molto strutturato, che oggi si formalizza nella Lefay SPA Academy. Il corso inizia al momento dell'assunzione, offre lezioni teoriche e una formazione pratica *on the job*, con una durata di due anni. I docenti dell'Accademia sono i membri del Comitato Scientifico Lefay SPA Method, i Trainer Lefay SPA e alcuni tra i più importanti esperti e consulenti nelle varie discipline previste. Tutti i giovani partecipanti a Lefay SPA Academy hanno così la possibilità di intraprendere un percorso formativo, effettuando contestualmente un'esperienza lavorativa retribuita in una delle SPA Destination di riferimento a livello mondiale.

of training within the company, where therapists must be able to carry out all the specific protocols offered by Lefay SPA. A path that has always distinguished itself for the training of therapists and that today has become a real academy. The course starts at the time of recruitment, offers theoretical lessons and practical on-the-job training, lasting two years. The teachers of the Academy are members of the Lefay SPA Method Scientific Committee, Lefay SPA Trainers and some of the most important experts and consultants in the various disciplines included in the training programme. While beginning their paid work experience in a worldwide reference SPA Destination, all Lefay SPA Academy participants have also the opportunity to undertake an academic training programme.

Nonostante gli imminenti esami, siamo riusciti a trascorrere qualche ora insieme per conoscere da vicino tutti i membri dell'Accademia. Giovani con ambizioni, sogni e progetti, ma soprattutto, con la passione per il mondo del benessere. Ecco qualche frammento delle loro storie.

Despite the upcoming exams, we managed to spend a few hours together to get to know all the Academy members better. Young people with ambitions, dreams and projects, but above all, great passion for the world of well-being. Here are some fragments of their stories.

«Sono Riccardo e sono un massoterapista. Sono l'unico uomo della prima edizione di Lefay SPA Academy. È bello stare qui e avere l'occasione di approfondire la Medicina Classica Cinese con i massimi esperti, anche perché la mia formazione iniziale si era concentrata solo sulle nozioni occidentali. Fa poi la differenza trovarsi in un contesto cinque stelle lusso.»

«I am Riccardo and I am a massotherapist. I am the only man in the first edition of Lefay SPA Academy. It is great to be here and to have the opportunity to deepen my knowledge of Classical Chinese Medicine with leading experts, also because my initial training was exclusively focused on Western knowledge. It also makes a difference to be in a five-star luxury context.»

«Sono Selena e vengo dalla Puglia, molto distante da qui. Ho deciso di seguire la strada del benessere, che qui è qualcosa di differente rispetto alla rigidità degli schemi abituali. Sono entrata molto in empatia con la struttura. Mi è piaciuto molto poter iniziare dalla parte teorica per poi mettere già in pratica le tecniche della Medicina Classica Cinese.»

«My name is Selena and I come from Puglia, quite far from here. I have decided to follow the path of well-being, which is something different here from the limitations of usual programmes. I felt very much at home. I really enjoyed being able to start with the theoretical part and then put the techniques of Classical Chinese Medicine into practice.»

«Sono Abimanya. Di base sono estetista, ma ho sempre voluto lavorare nel mondo del benessere. Tuttavia, era molto difficile per me iniziare un percorso professionale, senza prima approfondire le varie discipline legate al mondo della cura profonda della persona. Finalmente in Lefay ho trovato un percorso in cui posso lavorare e, contemporaneamente, imparare portando avanti un iter di formazione sul benessere e soprattutto sulle varie discipline olistiche, tra cui la Medicina Classica Cinese.»

«I'm Abimanya. I am basically a beautician, but I have always wanted to work in the world of well-being. However, it was very difficult to embark on a professional career without first learning about the various disciplines related to the world of personal care. At Lefay, I have finally found a way to work and learn at the same time, by following a wellness training course and in particular the various holistic disciplines, including Classical Chinese Medicine.»

«Sono Alicja e vengo dalla Polonia. Sono molto felice di essere entrata a far parte di Lefay SPA Academy. Sono osteopata e fisioterapista ma, stando qui, mi sono molto appassionata alla Medicina Classica Cinese, che trovo davvero molto interessante e questo è il luogo ideale dove praticarla.»

«I am Alicja and I come from Poland. I am very happy to have joined Lefay SPA Academy. I am an osteopath and physiotherapist, but in my time here I have become very passionate about Classical Chinese Medicine, which I find really interesting, and I think this is the ideal place to practise it.»



«Sono Alice, ho 20 anni e nasco come estetista. Ho deciso di far parte di Lefay SPA Academy perché il benessere è la mia passione. Dopo esperienze in centri estetici, ho deciso di cogliere l'occasione di entrare a far parte del mondo Lefay e sono orgogliosa di esserci riuscita. So che questo mi porterà avanti e ho intenzione di continuare a perseguire le mie ambizioni.»

«My name is Alice, I am 20 years old and I started my career as a beautician. I decided to join the Lefay SPA Academy because wellness is my passion. After a few experiences in beauty centres, I decided to take this opportunity to become part of the Lefay world and I am proud I did it. I know it will help me progress and I definitely intend to keep pursuing my ambitions.»

«Sono Marilena e sono pugliese. Mi è sempre piaciuto effettuare massaggi... Per me durante il massaggio avviene uno scambio di energie. Quando ho incontrato Lefay mi sono resa conto che la mia visione qui veniva totalmente rispecchiata. Ho conosciuto persone molto appassionate alla Medicina Classica Cinese e alla teoria energetica in generale. Questo per me è un grande arricchimento personale e professionale. Sento di essere nel posto giusto.»

«My name is Marilena and I come from Apulia. I have always loved massages... I believe that there is an exchange of energy that takes place during a massage. When I arrived at Lefay, I realised that my vision was fully embodied here. I've met people who are very passionate about Classical Chinese Medicine and energy theory in general. This is a great personal and professional enrichment for me. I feel like I'm in the right place.»

«Sono Alyssa e ho 28 anni. Ho deciso di fare questo percorso perché dopo anni di esperienza nel settore della bellezza e dell'estetica, desideravo approfondire il mondo del benessere e del massaggio, imparando nuove tecniche. Sono massoterapista e da tempo desideravo approfondire la Medicina Classica Cinese, che mi ha sempre affascinata e che in Italia è difficile da apprendere, visto che purtroppo non è molto diffusa e manca un adeguato percorso. Sono felice di aver incontrato il Professor Gabriele Filippini, uno dei massimi esperti di Medicina Classica Cinese, che ha ampliato in primo luogo la mia cultura personale.»

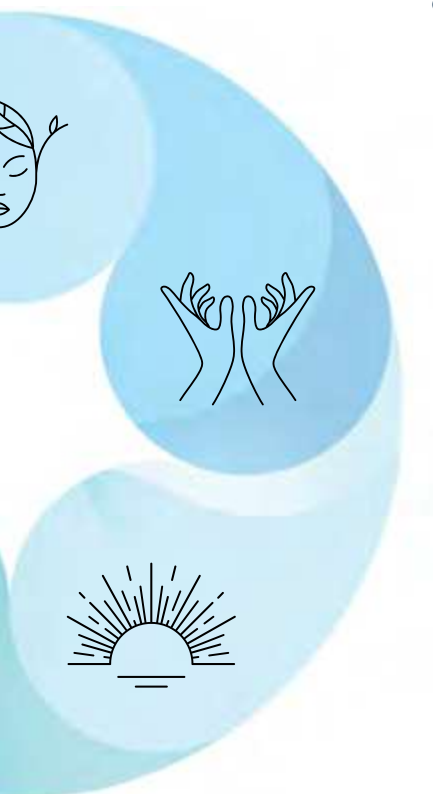
«I'm Alyssa and I'm 28 years old. I chose this path because after years of working in the beauty and aesthetics industry, I wanted to delve deeper into the world of wellness and massage and learn new techniques. I am a massotherapist and I have always wanted to know more about Classical Chinese Medicine, which has fascinated me for many years. Unfortunately, it is difficult to study it in Italy because it is not very widespread and there are no suitable courses. I am very delighted I have met Professor Gabriele Filippini, one of the leading experts in Classical Chinese Medicine, who has broadened my personal knowledge.»

Con Lefay SPA Academy, Lefay entra ufficialmente a far parte del Comitato Scientifico di Discipline Bio Naturali della Regione Lombardia e rilascia al termine del percorso un attestato di Regione Lombardia come "Operatore di Tecniche Manuali Olistiche".

Nell'estate 2024 inizierà il secondo corso, mentre gli studenti della prima edizione si avviano verso la conclusione del loro percorso formativo e quindi al ritiro dell'attestato.

With Lefay SPA Academy, Lefay officially joins the Technical Scientific Committee of Bio Natural Disciplines of the Lombardy Region and a certificate as 'Practitioner of Manual Holistic Techniques' recognised by the Lombardy Region is given to its members at the end of the training path.

This summer 2024 the second course will start, while the students of the first edition will continue their training, ending next year with the collection of the certificate of the Lombardy Region.



WELLNESS WEEK

WELLNESS WEEKS

I maestri internazionali delle discipline olistiche incontrano l'esperienza Lefay SPA
Lefay SPAs host the most famous international masters in holistic disciplines

Le Wellness Week sono i giorni del benessere in cui le SPA Lefay aprono le proprie porte ai più rinomati esperti nelle varie discipline olistiche. Durante queste settimane l'unicità dell'esperienza Lefay SPA si arricchisce con la presenza dei "Visiting Master", figure di notorietà nell'ambito del benessere mondiale, afferenti a diversi ambiti e specializzazioni. Il calendario 2024 ospita:

- **Heike Hoerdemann**, insegnante di yoga ormonale e Jin Shin Jyutsu, disciplina che agisce sul corpo e sulla psiche, intervenendo sul sintomo della malattia;

- **Agnieszka Kowalska**, terapeuta certificata metodo Kobido®, una tecnica giapponese che drena, ringiovanisce e illumina il viso;

- **Per Van Spall**, maestro di Qi Gong e guaritore energetico. Unisce le tecniche di Qi Gong al life coaching per rivitalizzare ed energizzare la persona;

- **Lucja Maslowska**, fondatrice di "My separate world", un metodo integrato per cambiare il proprio stile di vita focalizzandosi sul benessere. Dopo una consulenza individuale, viene personalizzato il trattamento;

- **Ange e Pete di Soundwave Gongs**, che utilizzano le vibrazioni del suono e di gong realizzati a mano per accarezzare l'anima, svuotare la mente ed energizzare il corpo;

- **Nichola Joss**, una tra le migliori beauty facialist al mondo, consulente di celebrity e modelle. È nota per il suo "Bespoke Inner Facial", un massaggio viso che combina il drenaggio linfatico, la tecnica deep tissue e le manualità "sculpting" per un viso naturalmente liftato;

- **Joao Santos**, specialista del trasformativo "Dry Massage", che combina l'approccio olistico a una profonda conoscenza dell'anatomia, unendo le tecniche del Thai massage al Tui Na;

- **Alex Scrimgeour**, agopunturista londinese, specializzato nel metodo "Dien Chan", una tipologia di riflessologia vietnamita.

During Wellness Weeks Lefay SPAs open their doors to the most famous international experts in holistic disciplines. In these days the Lefay SPA experience is enriched by the visiting masters, world's best-known specialists in different specific techniques. Among the latest residencies we may find:

- **Heike Hoerdemann**, hormonal yoga teacher and Jin Shin Jyutsu master, a discipline that works on both body and psyche, intervening on the symptom of illness;

- **Agnieszka Kowalska**, certified Kobido® method therapist, a Japanese technique that drains, rejuvenates and lights up the face;

- **Per Van Spall**, Qi Gong master and energy healer. He combines Qi Gong techniques with life coaching to revitalise and energise the person;

- **Lucja Maslowska**, founder of 'My separate world', an integrated method for changing one's lifestyle by focusing on well-being. After an individual consultation, she personalises the treatment with the Guest;

- **Ange and Pete from Soundwave Gongs**, who use sound vibrations and handmade gongs to caress the soul, clear the mind and energise the body;

- **Nichola Joss**, one of the world's top beauty facialists and consultant working with worldwide celebrities and models. She is known for her 'Bespoke Inner Facial', a facial massage that combines lymphatic drainage, deep tissue and sculpting techniques manual for a naturally lifted face;

- **Joao Santos**, specialist in the transformative 'Dry Massage', which combines a holistic approach with a deep knowledge of anatomy, combining Thai massage techniques with Tui Na;

- **Alex Scrimgeour**, a London based acupuncturist specialised in "Dien Chan" method, a type of vietnamese reflexology.



Agnieszka Kowalska, Kobido Massage
Lefay Resort & SPA Dolomiti



Nichola Joss, Bespoke Inner Facial
Lefay Resort & SPA Dolomiti
Lefay Resort & SPA Lago di Garda



Lucja Maslowska, "My separate world"
Lefay Resort & SPA Lago di Garda



Per Van Spall, Qi Gong Master
Lefay Resort & SPA Dolomiti
Lefay Resort & SPA Lago di Garda



Joao Santos, Dry Massage
Lefay Resort & SPA Dolomiti
Lefay Resort & SPA Lago di Garda



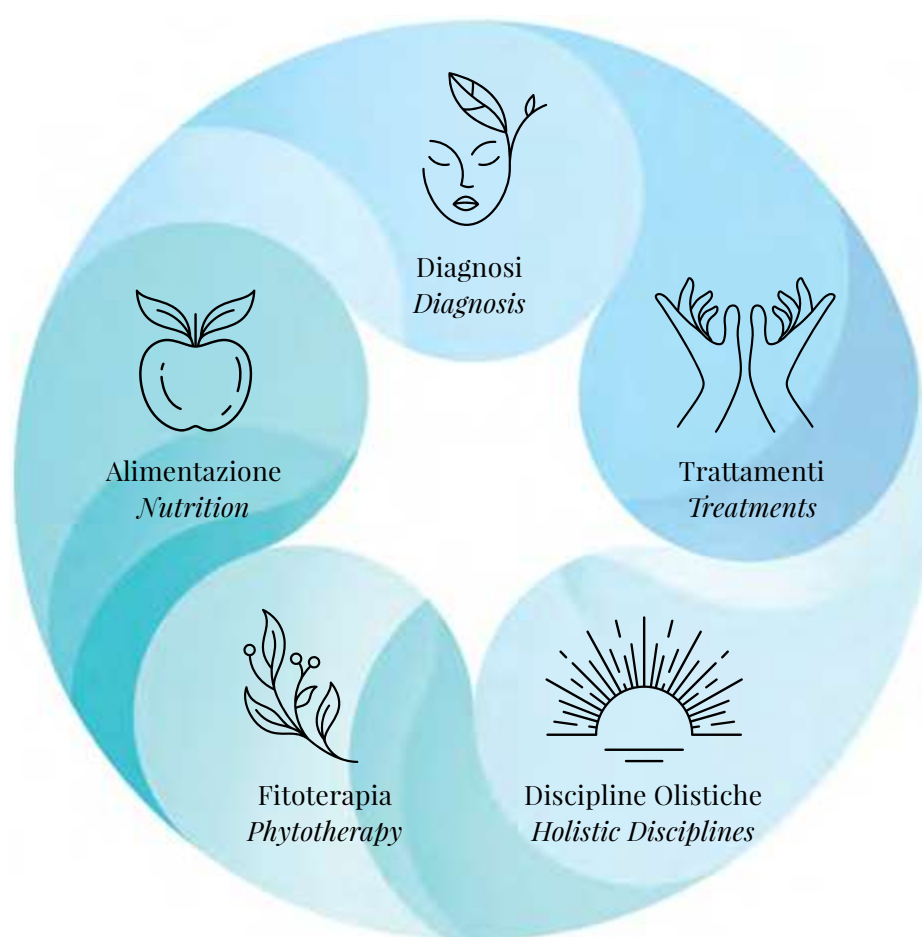
Soundwave Gongs
Lefay Resort & SPA Dolomiti
Lefay Resort & SPA Lago di Garda



Alex Scrimgeour, Dien Chan reflexology
Lefay Resort & SPA Lago di Garda

I PILASTRI LEFAY SPA METHOD

THE PILLARS OF LEFAY SPA METHOD



I pilastri Lefay SPA Method sono cinque
fondamenti che accompagnano i Programmi
e che caratterizzano le fasi principali
dell'esperienza di cambiamento.

The pillars of the Lefay SPA Method are the five
principles on which the programmes are based and
that characterise the main phases of the change
experience.

I PROGRAMMI SALUTE LEFAY SPA METHOD A LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA

**LEFAY SPA METHOD HEALTH PROGRAMMES
AT LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA**

La Salute nella Consapevolezza *Health-Conscious Living*

Sin dal principio, l'obiettivo di Lefay SPA Method è stato il totale riequilibrio di corpo, mente e spirito attraverso la ricerca della salute nella consapevolezza, ossia occupandosi di sé stessi in modo responsabile, naturale e sano ogni giorno. I Programmi Lefay SPA Method sono pensati per fornire gli strumenti per abbracciare il cambiamento e accompagnare in un percorso in cui imparare ad ascoltare e ascoltarsi, per trovare la propria direzione.

Since the very beginning, the aim of the Lefay SPA Method has been to fully restore the balance between body, mind and spirit through the search for conscious health, taking care of the body in a responsible, natural and healthy way every day. The Lefay SPA Method programmes are designed to provide you with the right tools to embark on a journey of change and to learn to listen to yourself and find your own path.

Un'introduzione a LEFAY SPA METHOD / An introduction to LEFAY SPA METHOD

PROGRAMMA SALUTE DISCOVERY *DISCOVERY HEALTH PROGRAMME*

Il programma Discovery offre tre giorni per approcciarsi al cambiamento e lasciarsi ispirare da uno stile di vita più sano e consapevole. / *The Discovery programme offers three days to approach change and be inspired by a healthier and more conscious lifestyle.*

A partire da 3 notti di soggiorno: da € 1.470 per persona / *From a 3 night stay: from 1.470 per person*



I PROGRAMMI SALUTE LEFAY SPA METHOD

THE LEFAY SPA METHOD HEALTH PROGRAMMES

LONGEVITÀ: “LA VIA DA SEGUIRE”

LONGEVITY: “LA VIA DA SEGUIRE”

Rinnovare con il Programma Longevità: per chi prova un desiderio di rinascita e vuole raggiungere il miglior stato in cui percorrere la propria vita. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Renew Yourself with the Longevity Programme: for all those who feel the desire to intensely recharge their batteries and to approach a peaceful life. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*

BELLEZZA PROFONDA: “LUMINOSITÀ DELLO SPIRITO”

BEAUTY OF MIND AND SPIRIT: “LUMINOSITÀ DELLO SPIRITO”

Rinnovare con il Programma Bellezza Profonda: per chi sente il desiderio di prendersi cura del proprio corpo per accettarsi profondamente. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Renew Yourself with the Beauty Of Body And Mind Programme: for all those who feel the desire to intensely take care of their body in order to accept oneself deeply. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*

DIFESA IMMUNITARIE E INTESTINO: “IL CHIARO E LO SCURO”

IMMUNE SYSTEM AND INTESTINE: “IL CHIARO E LO SCURO”

Riequilibrare con il Programma Difese Immunitarie e Intestino: per chi desidera ridefinire lo stato di benessere del proprio corpo, rinforzando le difese immunitarie e l'organismo in generale. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Rebalancing with the Immune System and Intestine Programme: suitable for those who want to improve the wellbeing of their body by strengthening their immune system and their body in general. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*

SPORTIVO: “LEGGEREZZA E PLASTICITÀ”

FITNESS: “LEGGEREZZA E PLASTICITÀ”

Rimodellare con il Programma Sportivo: per chi comprende che la struttura fisica è il luogo dove vivremo per tutta la vita, che ci accompagna nell'esistenza e ci muove nel mondo. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Reshape with the Fitness Programme: For those who realise or would like to realise that the body is the place where we will live a lifetime, that accompanies us through life and moves us through the world. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*

PESO: "ARMONIA DEL CORPO"

WEIGHT: "ARMONIA DEL CORPO"

Rimodellare con il Programma Peso: per chi desidera prendersi cura del proprio corpo e migliorarne la consapevolezza. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Reshape with the Weight Programme: for those who want to take care of their body and improve their body awareness. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*

ANTISTRESS: "RECUPERO DELL'ENERGIA ORIGINALE"

ANTISTRESS: "RECUPERO DELL'ENERGIA ORIGINALE"

Rilassare con il Programma Antistress: per chi desidera generare una nuova connessione profonda con il proprio essere. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Relax with the Antistress Programme: dedicated to all those who wish to establish a new, deep connection with themselves. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*

SONNO: "IL SENTIERO DI HYPNOS"

SLEEP: "IL SENTIERO DI HYPNOS"

Rilassare con il Programma Sonno: per chi desidera portare pace in profondità, rallentare, soffermarsi, riflettere e distendere il corpo e le emozioni. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Relax with the Sleep Programme: dedicated to all those who wish to find deep peace, slow down the rhythm of their life, take a break, meditate, and relax their body and mind. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*

DETOX: "PUREZZA ED EQUILIBRIO"

DETOX: "PUREZZA ED EQUILIBRIO"

Riequilibrare con il Programma Detox: per chi ha la sensazione di dover dare nuovo equilibrio alla propria condizione psico-fisica e di salute, abbassando il livello di infiammazione. Programma disponibile a partire da 5 notti o da 10 notti di soggiorno. / *Rebalancing with the Detox Programme: suitable for those who need to rebalance their physical and mental health by lowering the level of inflammation. The programme is available from a 5 night or a 10 night stay.*



A partire da 5 notti con soggiorno – Da € 3.450 per persona; a partire da 10 notti – da € 5.780 per persona
From a 5 night stay – from € 3.450 per person; from a 10 night stay – from € 5.780 per person

OFFERTE E GIFT BOX

OFFERS AND GIFT BOXES





LE OFFERTE DELLA COLLEZIONE LEFAY RESORTS

THE LEFAY COLLECTION OFFERS



PLAN & SAVE

Offerta prepagata che garantisce uno speciale sconto dell'8% sulla tariffa standard giornaliera. L'occasione ideale per programmare la vostra vacanza benessere! / *Prepaid offer that guarantees an exclusive discount from 8% on our daily rate. The ideal chance to plan your wellness stay!*

STAY & SAVE

Prenotando un soggiorno di tre o più notti potrete usufruire di uno sconto esclusivo del 20% sulla tariffa standard giornaliera. Esiste una migliore scusa per prolungare il vostro soggiorno benessere? / *If you book a stay for three or more nights you may benefit from an exclusive 20% discount on the standard daily price. What better excuse to extend your wellness stay?*

LEFAY LAGO E MONTAGNA LEFAY LAKE & MOUNTAIN

Una nuova proposta che unisce lo scenario iconico del Lago di Garda alla bellezza delle Dolomiti, per vivere l'emozione Lefay nei due Resort della Collezione. A partire da 6 notti. / *A new special offer combining the iconic scenery of Lake Garda with the beauty of the Dolomites, to experience both properties in the Lefay Resorts Collection. From a 6 night stay.*

Da € 1.400 a persona / *From € 1.400 per person*



DAY SPA

DAY SPA

Per una giornata di relax immersi nelle essenze tipiche del territorio. / *For a relaxing day enjoying local essences.*

€ 210 a persona da lunedì a giovedì
 € 250 a persona nei giorni festivi e dal venerdì alla domenica / *€ 210 per person from Monday to Thursday*
 € 250 per person on holidays and from Friday to Sunday

NEW

DAY SPA & DINING

DAY SPA & DINING

La scoperta della SPA si completa con l'esperienza culinaria a cena firmata Lefay Vital Gourmet. / *The Lefay SPA experience ends with a culinary journey including a Lefay Vital Gourmet dinner.*

€ 275 a persona da lunedì a giovedì
 € 315 a persona nei giorni festivi e dal venerdì alla domenica / *€ 275 per person from Monday to Thursday*
 € 315 per person on holidays and from Friday to Sunday

DAY SPA COPPIA

DAY SPA FOR COUPLES

Una giornata rilassante per condividere momenti preziosi. / *A relaxing day to share precious moments.*

€ 410 a coppia da lunedì a giovedì
 € 490 a coppia nei giorni festivi e dal venerdì alla domenica / *€ 410 per couple from Monday to Thursday*
 € 490 per couple on holidays and from Friday to Sunday

NEW

TASTE OF LOVE

TASTE OF LOVE

Un day SPA di coppia arricchito dall'esperienza culinaria a cena firmata Lefay Vital Gourmet. / *A day SPA for couples enriched by the culinary experience of a Lefay Vital Gourmet Dinner.*

€ 540 a coppia da lunedì a giovedì
 € 620 a coppia nei giorni festivi e dal venerdì alla domenica / *€ 540 per couple from Monday to Thursday*
 € 620 per couple on holidays and from Friday to Sunday



LEFAY RESORT & SPA DOLOMITI

LEFAY RESORT & SPA DOLOMITI

ALPINE SPA BREAK *ALPINE SPA BREAK*

Una breve pausa dal mondo, immersi nello scenario senza fiato delle Dolomiti. A partire da 1 notte. / *A short break from the world, immersed in the breathtaking scenery of the Dolomites. From a 1 night stay.*

Da € 330 per persona / *From € 330 per person*

I PROFUMI DEL BOSCO *SCENTS OF THE FOREST*

Sinfonie di montagna in un'emozione per corpo e mente: due notti attraverso un'esclusiva selezione di trattamenti e rituali dedicati al territorio. A partire da 2 notti. / *Experience treatments and rituals that use natural products from the local area. From a 2 night stay.*

Da € 670 per persona / *From € 670 per person*

SCI E BENESSERE *SKI & WELLNESS*

Tre notti sulle Dolomiti fra la meraviglia delle piste innevate e i trattamenti sportivi firmati Lefay SPA. A partire da 3 notti. / *Skiing in the Dolomites with two Lefay SPA sports treatments, designed for muscle recovery after a day on the slopes. From a 3 night stay.*

Da € 1.145 per persona / *From € 1.145 per person*

ROMANTIC HIDEAWAY *ROMANTIC HIDEAWAY*

Un viaggio per due nelle Private SPA ispirate alle atmosfere alpestri, con rituali e percorsi benessere dedicati alla coppia abbinati a una cena gourmet per scoprire insieme i sapori delle eccellenze locali. A partire da 2 notti. / *A journey in one of our Private SPAs inspired by alpine nature, with rituals and wellness paths for the couple combined with a gourmet dinner to discover the finest of the region's cuisine together. From a 2 night stay.*

Da € 755 per persona / *From € 755 per person*

PURIFICARSI IN MONTAGNA *PURIFY YOURSELF IN THE MOUNTAINS*

Per rigenerarsi, eliminando le tossine accumulate durante i periodi di stress. A partire da 4 notti. / *To eliminate toxins accumulated during periods of stress. From a 4 night stay.*

Da € 1.430 per persona / *From € 1.430 per person*

ACTIVE & BALANCE

ACTIVE & BALANCE

Soggiorno di cinque notti con escursioni guidate, trattamenti, utilizzo specifico del mondo energetico Lefay SPA Dolomiti, visita medica, trattamenti, pranzi e cene con menù Lefay SPA e fitoterapia personalizzata. *The Active & Balance programme offers a five-night stay with guided hikes, spa treatments, targeted application of the Lefay SPA Dolomiti Energy-Therapeutic World, medical examination, full board with Lefay SPA menu and personalised phytotherapy.*

Da € 3.250 per persona / From € 3.250 per person

NEW

ACTIVE & BALANCE

YIN-YANG

ACTIVE & BALANCE YIN-YANG

Una versione breve del programma Active & Balance, che lavora sui due poli energetici Yin e Yang, utilizzando le energie opposte della natura e del Percorso Energetico Terapeutico Lefay SPA, con i relativi trattamenti dedicati. *A shorter version of the Active & Balance programme, which works on the two energy poles Yin and Yang, combining opposite energies of nature and the uniqueness of Lefay SPA Energy Therapeutic Path, with its dedicated treatments.*

Da € 1.650 per persona / From € 1.650 per person

NEW

DOLOMITI GOURMET & RELAX

DOLOMITI GOURMET & RELAX

Viaggio tra i sapori altimetrici del Ristorante "Grual" e il mondo Lefay SPA: una cena gourmet con menù degustazione da otto portate abbinata a un massaggio rilassante Lefay SPA signature. *A journey into the flavours of "Grual" Restaurant and Lefay SPA World: a dinner with an eight-course tasting menu combined with a relaxing Lefay SPA signature massage.*

Da € 420 per persona / From € 420 per person



Per Termini e Condizioni delle offerte consultare il sito internet lefayresorts.com alla sezione "Offerte" o contattare l'Ufficio Prenotazioni al +39 0365 441700 o al seguente indirizzo e-mail: reservation@lefayresorts.com / For Terms & Conditions of Special Offers please visit our website lefayresorts.com under the section "Offers" or contact our Booking Office at +39 0365 441700 or reservation@lefayresorts.com

LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA

LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA

PURIFICANTE PURIFY

Un percorso creato per depurare l'organismo dalle tossine accumulate, migliorando così la qualità della propria vita. A partire da 2 notti. / *A programme designed to detoxify and purify the body from toxins, thus improving the quality of life. From a 2 night stay.*

Da € 690 per persona / *From € 690 per person*

FUGA ROMANTICA ROMANTIC ESCAPE

Un momento perfetto tra cielo e lago per vivere insieme momenti preziosi, ritrovando amore e armonia. A partire da 2 notti. / *Precious moments with your partner surrounded by absolute silence and uncontaminated nature. From a 2 night stay.*

Da € 750 per persona / *From € 750 per person*

SPA BREAK SPA BREAK

Una pausa per immergersi nei freschi e avvolgenti profumi del Lago di Garda. A partire da 1 notte. / *A relaxing wellness break among the essences of Lake Garda. From a 1 night stay.*

Da € 315 per persona / *From € 315 per person*

ROMANTICA TENTAZIONE ROMANTIC TEMPTATION

Un'esperienza irripetibile solo per due per un soggiorno indimenticabile con il vostro partner. A partire da 1 notte. / *An unrepeatable experience with your partner. From a 1 night stay.*

Da € 320 per persona / *From € 320 per person*

NEW

GOURMET & BENESSERE GOURMET & WELLNESS

L'emozione culinaria di una cena gourmet di sette portate al ristorante "Gramen" si fonde con il potere rigenerante di Lefay SPA, attraverso cui ritrovare una profonda sensazione di rilassamento per mente e corpo. / *The culinary excitement of a gourmet dinner with a seven course tasting menu at the "Gramen" Restaurant combined with the regenerating power of Lefay SPA, where you can rediscover a feeling of deep relaxation for body and mind.*

Da € 420 per persona / *From € 420 per person*



LEFAY GIFT BOX

LEFAY GIFT BOXES

Un dono indimenticabile dedicato a chi ha ancora voglia di stupirsi, per regalare sensazioni mai provate in entrambi i gioielli della collezione Lefay.
An unforgettable gift to those who still wish to be surprised, to experience never felt before sensations in both properties of the Lefay collection.



LEFAY DAY SPA

LEFAY DAY SPA

Un massaggio rilassante Lefay SPA con gli aromi del territorio, ingresso al Mondo Lefay SPA e dotazione (accappatoio, infradito e teli da bagno). / *A Lefay SPA relaxing Massage with local aromas, Entrance to Lefay SPA World and Lefay SPA Kit.*

€ 210 valido per 1 persona, dal lunedì al giovedì festività escluse / *€ 210 valid for 1 person from Monday to Thursday excluding holidays*

LEFAY EXPERIENCE

LEFAY EXPERIENCE

Una notte in Prestige Junior Suite con prima colazione a buffet, Cena à la carte di quattro portate, Ingresso al Mondo Lefay SPA e Percorso benessere nel lago salino. / *One night in Prestige Junior Suite with buffet breakfast, À la carte dinner with four courses, Entrance to Lefay SPA World and Wellness Session in the salt water pool.*

€ 790 valido per 2 persone / *€ 790 valid for 2 persons*

Per acquisti visitare l'e-Boutique le fayshop.com o contattare l'Ufficio Prenotazioni al numero +39 0365 441700 o all'indirizzo reservation@le fayresorts.com

For purchases please visit our e-Boutique at le fayshop.com or contact our Booking Office at +39 0365 441700 or reservation@le fayresorts.com

LEFAY FOR WELLNESS

LEFAY FOR WELLNESS

Due notti in Prestige Junior Suite con prima colazione a buffet, Cena à la carte, Ingresso al Mondo Lefay SPA, Massaggio agli aromi del territorio e Percorso benessere nel lago salino. / *Two nights in Prestige Junior Suite with buffet breakfast, À la carte dinner, Entrance to Lefay SPA World, Massage with local aromas and Wellness Session in the salt water pool.*

€ 1.690 valido per 2 persone / € 1.690 valid for 2 persons

LEFAY IN LOVE

LEFAY IN LOVE

Una notte in Prestige Junior Suite con prima colazione a buffet, Cena romantica à la carte di quattro portate, Ingresso al Mondo Lefay SPA, Candle Massage di coppia in SPA Suite e Percorso benessere nel lago salino. / *One night in Prestige Junior Suite with buffet breakfast, Romantic à la carte dinner with four courses, Entrance to Lefay SPA World, Couple Candle Massage in SPA Suite and Wellness Session in the salt water pool.*

€ 990 valido per 2 persone / € 990 valid for 2 persons

LEFAY DAY SPA IN LOVE

LEFAY DAY SPA IN LOVE

Una giornata indimenticabile da condividere: un Candle Massage di coppia nelle esclusive SPA Suite, Ingresso al Mondo Lefay SPA e dotazione. / *An unforgettable day to share: a Couple Candle Massage in one of our exclusive SPA Suites, Entrance to Lefay SPA World and Lefay SPA Kit.*

€ 410 valido per 2 persone dal lunedì al giovedì festività escluse / € 410 valid for 2 persons from Monday to Thursday excluding holidays

LEFAY GOURMET EXPERIENCE

LEFAY GOURMET EXPERIENCE

L'emozione di un soggiorno Lefay abbinata ai percorsi degustazione in uno dei ristoranti gourmet, con vini in abbinamento e amenities dedicate. / *The Lefay emotion to be experienced in a stay combined with one among the tasting paths by our gourmet restaurants, including wine pairing and dedicated amenities.*

€ 990 valido per 2 persone / € 990 valid for 2 persons

ATTIVITÀ ED ESCURSIONI A LEFAY RESORT & SPA DOLOMITI

ACTIVITIES AND EXCURSIONS AT LEFAY RESORT & SPA DOLOMITI

**“L’architettura naturale più bella
al mondo.” Le Corbusier**

*The most beautiful work of
architecture ever seen.”
Le Corbusier*

LE DOLOMITI SULLE CIASPOLE

DOLOMITES SNOWSHOE TRIPS

Scoprite i boschi sovrastati dalle
Dolomiti passeggiando tra percorsi
sempre nuovi, nelle valli laterali
meno note o nei sentieri più battuti. /
*Immerse yourself in enchanted forests
surrounded by the Dolomites, take walks
in the most hidden side valleys or along
the most famous paths.*



SCI SKIING

Sciare al cospetto delle Dolomiti
con un unico ski pass valido per il
comprensorio più grande del Trentino,
con 150 km di piste, 61 impianti di
risalita e 4 snowpark. / *Skiing in the
breath-taking landscape of the Dolomites
with a single pass valid for the largest ski
area in Trentino, with 150 km of slopes,
61 lifts and 4 snow parks.*



SCI DI FONDO CROSS-COUNTRY SKIING



Una pista di 22 km immersa nei boschi del Parco Naturale Adamello Brenta e una pista di 5 km a Carisolo. / *22 km of track immersed in the woods of the Adamello Brenta Natural Park and a 5 km track in Carisolo.*

ESCURSIONI SULLA NEVE SNOW HIKING

Passeggiate, escursioni con racchette, scalata di ghiaccio, sci alpino, fat bike, snow hiking: avventure nella natura circostante. / *Snow hiking, nordic walking, ice climbings, mountaneering ski, fat bike: choose your own adventure.*



SNOWBOARD ALL'URSUS SNOWPARK SNOWBOARD AT THE URSUS SNOWPARK

Una delle migliori aree alpine dedicate agli snowboarder, con oltre 50.000 m² di piste e strutture per tutti i livelli. / *One of the best alpine areas for snowboarders, with over 50,000 sqm of slopes and facilities for all levels.*





TREKKING E FERRATE *TREKKING AND HIKING*

Sentieri per trekking di diversa difficoltà per scoprire tutta la bellezza della Val Rendena. / *Trekking trails of different levels to discover the beauty of the Rendena valley.*

GOLF CLUB RENDENA *GOLF CLUB RENDENA*

Un campo immerso nella maestosa cornice dell'Adamello e delle Dolomiti di Brenta, con 9 buche e tutti i servizi necessari. / *A course surrounded by the majestic setting of the Adamello and the Brenta Dolomites, featuring 9 holes and all the necessary services.*



CASCADE WATERFALLS



Lungo il corso del fiume Sarca, in Val di Genova, è possibile percorrere suggestivi sentieri che portano alle famose cascate Nardis e Lares. / *Along the Sarca river course, it is possible to walk on paths that lead to the famous Nardis and Lares waterfalls.*

BICICLETTE E MOUNTAIN BIKE BICYCLES AND MOUNTAIN BIKES

24 percorsi per ogni esigenza: dalla pista ciclabile della Val Rendena al Dolomiti di Brenta Bike. / *24 tracks for every level: from the Rendena valley cycle path to the Dolomiti di Brenta Bike.*



Scoprite la storia e i tesori della regione al MUSE a Trento o immergetevi nell'arte contemporanea del MART di Rovereto. / *Discover the region's history and treasures at the MUSE in Trento or immerse yourself in the contemporary art of the MART in Rovereto.*

MUSEI MUSEUMS

ATTIVITÀ ED ESCURSIONI A LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA

ACTIVITIES AND EXCURSIONS AT
LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA

**“Tutto è troppo bello per
esprimerlo a parole, per niente
turistico, semplicemente un
tipico paese italiano.”**

D. H. Lawrence

*“Everything is too nice for words
– not a bit touristy, quite simply
Italian common village.”*

D. H. Lawrence

GARGNANO: POESIA, ARTE E STORIA

GARGNANO: POETRY,
ART AND HISTORY

Tre proposte alla scoperta di Gargnano: il percorso dedicato a D.H. Lawrence, un itinerario storico-artistico e una passeggiata nella storia del paese durante gli anni Quaranta. / *Three tours to discover Gargnano: the path on D.H. Lawrence's footprints, a historic-artistic itinerary and a walk through the village's history during the 1940s.*



GITA IN BARCA BOAT TOUR

Un'esclusiva esperienza a bordo di un Frauscher 1017 Lido tra gli angoli nascosti del lago più vasto d'Italia. / *A unique experience on board a Frauscher 1017 Lido amongst the most hidden corners of Italy's largest lake.*





TREKKING NEL PARCO ALTO GARDA TREKKING IN THE ALTO GARDA PARK

Sentieri panoramici per dedicarsi al trekking nel cuore del Parco Alto Garda Bresciano. / *Scenic paths for trekking lovers in the heart of Parco Alto Garda Bresciano.*

LIRICA ALL'ARENA DI VERONA OPERA AT THE VERONA ARENA

Uno dei teatri d'opera più suggestivi al mondo che ogni anno ospita un festival lirico con artisti di fama internazionale. / *One of the most striking theaters in the world, which every year hosts an opera festival with leading artists of international fame.*



VITTORIALE DEGLI ITALIANI VITTORIALE DEGLI ITALIANI

Cittadella monumentale costruita a Gardone Riviera dal poeta Gabriele d'Annunzio, sede del famoso festival estivo "Tener-a-Mente". / *A citadel in Gardone Riviera built by the notorious Italian poet Gabriele d'Annunzio, house of the well-known summer festival "Tener-a-Mente".*





MOUNTAIN BIKE MOUNTAIN BIKING

Escursioni su due ruote tra i sentieri più belli del lago con una guida specializzata. / *Two-wheel tours along the most charming trails of the lake with an expert guide.*

LA VALLE DELLE CARTIERE

Nota per la fabbricazione della carta in età medievale, la valle è una passeggiata di archeologia industriale e ospita il museo dedicato. / *This valley was famous for the production of paper during the Middle Ages. Today you can walk through the remainings of industrial archeology and visit the museum.*





NORDIC WALKING

Camminata abbinata all'utilizzo dei bastoni tra i sentieri del parco naturale del Garda. / *Walking combined to the use of poles among paths of the Garda's natural park.*

VINI BIODINAMICI BIODYNAMIC WINES

Vini prodotti nel cuore della Valtenesi, rispettando la natura e i suoi ritmi. / *Wines produced in the heart of Valtenesi, respecting nature and its rhythms.*



I MERCATI LOCALI LOCAL MARKETS

Viuzze di colori, sapori e suoni per scoprire gli aspetti folcloristici del territorio. / *Small streets bursting with colours, flavours and sounds to feel the traditions of the local area.*



LIMONAIE LEMON HOUSES

Costruzioni tipiche dell'Alto Garda dove si coltivavano i limoni. / *Typical buildings of the Upper Garda, where lemon trees were once grown.*

**LEFAY RESORT & SPA
DOLOMITI**

Condé Nast Johansens Awards for Excellence:
"BEST SPA FACILITIES"
2023

Condé Nast Johansens Awards for Excellence
"BEST TREATMENT MENU"
2020

Condé Nast Traveller Readers' Choice Awards:
"WORLD'S TOP 30 SPA DESTINATIONS"
2023-2022-2021-2020

Connoisseur Circle Hospitality Award:
"BEST HOSPITALITY SUSTAINABLE HOTEL"
2023

Connoisseur Circle Hospitality Awards:
"BEST HOSPITALITY NEWCOMER"
2020

Destination Deluxe Awards:
"NEW HOTEL OF THE YEAR"
2020

European Health & SPA Award:
"BEST SPA INNOVATION"
2020

Forbes Travel Guide: Star Award Winner
2023-2022

Guida „Ristoranti d'Italia “ Gambero Rosso:
„Due Forchette“ al Ristorante Gual
2023-2022-2021

Guida "I Ristoranti e Vini d'Italia" L'Espresso:
"Due Cappelli" al Ristorante Gual
2022

Haute Grandeur Global Awards:
"BEST DESTINATION SPA" in Europe
2021

Haute Grandeur Global Awards:
"BEST ECO SPA" in Europe
2021

Haute Grandeur Global Awards:
"BEST NEW HOTEL SPA" in Europe
2021

Haute Grandeur Global Awards:
"BEST SPA DESIGN" in Italy
2021

Hideaways Reader's Choice Awards
"BEST NEW SPA-HOTEL OF THE WORLD"
2020

International Travel Awards 2021:
"BEST 5 STAR LUXURY RESORT IN EUROPE",
"BEST SKI RESORT IN EUROPE 2021"
2021

National Geographic Traveller
"BIG SLEEP AWARDS 2020":
"WELLNESS WONDER"
2020

Preferred Hotels & Resorts GIFTS Pineapple
Awards: "OVERALL CORPORATE SOCIAL
RESPONSIBILITY"
2023

Prime Traveller Awards:
"OPENING OF THE YEAR 2019"
2019

Small Luxury Hotels of The World Awards:
"MOST MINDFUL WELLNESS RETREAT"
2020

SPA Awards:
"BEST SPA CONCEPT"
2020

SPA Star Awards:
"SPECIAL AWARD"
2020

Traveller's World Awards: Top 10
"BEST SPAS/ HEALTH RETREATS IN THE WORLD"
2023

Tripadvisor Travelers Choice Award:
"BEST OF THE BEST ITALY"
2023

Tripadvisor Travellers' Choice
2021

World Luxury Hotel Awards:
"BEST LUXURY WELLNESS HOTEL" in the World,
"BEST LUXURY MOUNTAIN HOTEL" in Europe
2023

World Luxury Hotel Awards:
"LUXURY MOUNTAIN RESORT" in Europe
2022

World Luxury Hotel Awards:
"LUXURY MOUNTAIN RESORT" in Southern
Europe 2021

World Luxury SPA Awards:
"BEST LUXURY SKI RESORT SPA" in the World,
"BEST LUXURY ECO SPA" in Europe,
"BEST LUXURY MOUNTAIN RESORT SPA"
in Southern Europe
2023

World Luxury SPA Awards:
"LUXURY MOUNTAIN RESORT SPA"
in Southern Europe
2021

World Luxury SPA Awards:
"LUXURY MOUNTAIN RESORT SPA"
in the World
2022

World SPA Awards:
ITALY'S BEST RESORT SPA
2023

World SPA Awards:
"EUROPE'S BEST RESORT SPA"
and "ITALY'S BEST RESORTS SPA"
2022

World SPA Awards:
"ITALY'S BEST RESORT SPA 2021",
"EUROPE'S BEST RESORT SPA 2021"
2021

World SPA Awards:
"WORLD'S BEST NEW RESORT SPA"
2020

World Travel Awards:
"EUROPE'S LEADING NEW RESORT"
2020

World Travel Awards:
"ITALY'S LEADING LUXURY RESORT 2021"
2021

World Travel Awards:
"ITALY'S LEADING LUXURY RESORT"
2022

World SPA & Wellness Awards:
"SUSTAINABLE SPA OF THE YEAR"
2023

**LEFAY RESORT & SPA
LAGO DI GARDA**

Busche SPA Diamond:
"INTERNATIONAL SPA RESORT"
2013

Condé Nast Johansens Excellence Awards:
"BEST DESTINATION SPA EUROPE &
MEDITERRANEAN 2015"
2015

Condé Nast Johansens Excellence Awards:
"BEST FOR COUPLES"
2017

Condé Nast Johansens Excellence Awards:
"BEST SPA FACILITIES"
2016

Condé Nast Johansens Excellence Awards:
"MOST EXCELLENT SPA HOTEL EUROPE &
MEDITERRANEAN"
2011

Condé Nast Johansens Excellence Awards:
Finalists for "BEST DESTINATION SPA"
2019

Condé Nast Traveler Readers' Choice Awards:
"TOP 30 RESORTS IN EUROPE"
2017

Condé Nast Traveller Readers' Choice Awards:
"WORLD'S TOP 30 SPA DESTINATIONS"
2023-2022-2021-2020-2019-2018

Condé Nast Traveller Readers' Choice
Travel Awards:
"20 TOP DESTINATION SPA"
AND "WORLD'S BEST 100"
2014

Condé Nast Traveller Readers' Travel Awards:
"TOP 20 SPA DESTINATIONS IN THE WORLD"
2017 - 2015 - 2013

Connoisseur Circle Hospitality Awards:
"BEST HOSPITALITY SPA HOTEL"
2016

Elite Traveller:
"TOP 100 SUITES IN THE WORLD"
to the Royal Pool & SPA Suite
2023

European Health & SPA Award:
"PREMIUM DESTINATION SPA"
2023

European Health & SPA Award:
"Best SPA Innovation" with Lefay SPA Method
"Immune system and intestine"
Health Programme
2023

European Health & SPA Award:
"BEST DESTINATION SPA IN EUROPE"
2023-2022-2020-2017-2015-2013

European Health & SPA Award:
"BEST DESTINATION SPA"
Derma Di Luce NOMINATED AS FINALIST IN THE
CATEGORY "BEST FACIAL TREATMENT"
2010

European Health & SPA Award:
"BEST SIGNATURE TREATMENT"
TO *"I Colori Dell'uomo"*
2019

European Health & SPA Award:
"BEST SIGNATURE TREATMENT"
TO *Farfalla di Seta* AND *Il Fluire Del Ruscello*
2016

European Health & SPA Award: "BEST SPA DESTINATION" and "BEST SIGNATURE TREATMENT" TO <i>Il Cerchio Della Luna</i> 2018	Haute Grandeur Global SPA Awards, Lefay SPA Garda: "BEST DESTINATION SPA EUROPE", "BEST ECO SPA EUROPE", "BEST HEALTH & WELLNESS SPA ITALY" 2019	Tatler SPA Awards: "BEST FOR EAST-WEST FUSION" 2017
European Health & SPA Award: "BEST SPA INNOVATION" with Lefay SPA Method "Longevity" Health Programme 2022	International Travel Awards: "BEST SPA RESORT IN EUROPE" 2021	Traveller's World Awards: Top 10 "BEST SPAS/ HEALTH RETREATS IN THE WORLD" 2023
European Health & SPA Award: "BEST SPA TREATMENT IN ITALY" TO <i>La Vita.Nei Sensi</i> 2014	International Traveller Magazine: "TOP 10 HEALTH RETREATS AROUND THE WORLD" 2019	Traveller's World Awards "FIRST PLACE IN THE TOP 10 SPAS IN THE WORLD" 2018
Expedia® Insiders' Select™ 2013 Green Good Design Award: "GREEN ARCHITECTURE" 2013	Italian SPA Award: "ECO-SPA" 2010	Traveller's World Magazine: "TOP 10 DESTINATION SPAS IN THE WORLD" 2017
Expedia® Insiders' Select™ 2014 CNN: 9 DELUXE WEIGHT LOSS VACATIONS 2014	Italian SPA Awards: "BEST DESTINATION SPA IN ITALY" 2019	Tripadvisor First property in the "TOP 10 ECOLEADER PLATINUM HOTELS" IN ITALY 2017
Fine Hotels & Resorts by American Express: "MOST INNOVATIVE SUSTAINABLE HOTEL" 2017	Legambiente: "PREMIO INNOVAZIONE AMICA DELL'AMBIENTE" 2009	Tripadvisor Greenleaders: PLATINUM 2014
Fondazione Altagamma: "PREMIO GIOVANI IMPRESE" to Lefay Resorts, awarded among the best italian companies 2017	LUXlife Magazine: "BEST LUXURY WELLNESS RETREAT" 2023	Tripadvisor Travellers' Choice Awards: "BEST LUXURY HOTELS" 2014
Gala SPA Awards: "INNOVATIVE SPA CONCEPT" 2010	Preferred Hotels & Resorts GIFTS Pineapple Awards: "OVERALL CORPORATE SOCIAL RESPONSIBILITY" 2023	Tripadvisor Travellers' Choice Awards: "TOP 25 LUXURY HOTELS IN ITALY" 2019 – 2018 – 2017 – 2016 – 2015
Guida „Ristoranti d'Italia 2024" Gambero Rosso: „Due Forchette" al ristorante Gramen 2023	Prime Traveller Awards: "BEST WELLNESS CLINIC" 2017	Tripadvisor Travellers' Choice Awards: "TOP 25 MOST ROMANTIC HOTELS IN ITALY" 2019 – 2015 – 2014
Guida „Ristoranti d'Italia 2023" Gambero Rosso: „Due Forchette" al ristorante Gramen e "Miglior Proposta Vegetariana" al menù "Per Agros" del Ristorante Gramen 2022	Seven Stars Luxury Hospitality and Lifestyle Awards: SEAL OF EXCELLENCE TO LEFAY SPA 2018	Trivago Hotel Awards: "BEST HOTEL IN LOMBARDY" 2014
Guida "I Ristoranti d'Italia 2019" L'Espresso: "PRIMO CAPPELLO" TO LA GRANDE LIMONAIA RESTAURANT 2019 – 2018 – 2017 – 2016 – 2015	Small Luxury Hotels Awards: "MOST SENSATIONAL SPA" 2017	Virtuoso "Best of Best" Awards: "MOST SOCIALLY RESPONSIBLE" 2012
Guida "I Ristoranti d'Italia 2020" L'Espresso TO LA GRANDE LIMONAIA RESTAURANT 2019	Small Luxury Hotels of The World Awards: "CLUB MEMBERS' HOTEL OF THE YEAR" 2015	Wellness Heaven Awards: "TOP 3 BEST LOCATIONS IN EUROPE" 2019
Guida "Ristoranti d'Italia 2017" Gambero Rosso: "GUSTO E SALUTE" TO LA GRANDE LIMONAIA RESTAURANT 2017	Small Luxury Hotels of The World Awards: "HOTEL OF THE YEAR" 2020 – 2013	World Boutique Hotel Awards: "EUROPE'S MOST SUSTAINABLE HOTEL" 2018
Guida "Ristoranti d'Italia 2020" Gambero Rosso: "DUE FORCHETTE" TO LA GRANDE LIMONAIA RESTAURANT 2019 – 2018 – 2018 – 2017	Spa Traveller Awards: "BEST SPA RESORT (MORE THAN 50 ROOMS) IN ITALY" AND "MOST EFFECTIVE DE-STRESS PROGRAMME" 2015	World Boutique Hotel Awards: "WORLD'S BEST WELLNESS SPA" 2017
Haute Grandeur Global Awards: "BEST ECO SPA" in Italy 2021	Spafinder Readers' Choice Awards: "BEST ECO-SPA", "BEST ACCOMMODATIONS" and "BEST INTERIOR DESIGN" 2012	World Luxury Hotel Awards: "BEST LUXURY SPA HOTEL" in the World, "BEST LUXURY SCENIC VIEW HOTEL" in Europe 2023
Haute Grandeur Global Hotel Awards, Lefay Resort & SPA Lago di Garda: "BEST COUNTRY HOTEL", "BEST ECO FRIENDLY RESORT EUROPE", "BEST SUITE HOTEL EUROPE", "BEST HOTEL VIEW IN ITALY" 2019	Spafinder Readers' Choice Awards: "BEST SPA IN ITALY" 2012	World Luxury Hotel Awards: "Luxury Spa & Healing Retreat" in Europe 2022
	Spafinder Readers' Choice Awards: "FAVOURITE SPA IN EUROPE" AND "FAVOURITE SPA IN ITALY" 2013	World Luxury Hotel Awards: "LUXURY SPA & HEALING RETREAT" in Southern Europe 2021
	Spafinder Wellness Travel Awards: "COUNTRY AWARDS BEST SPA IN ITALY" AND "BEST FOR MIND & SPIRIT" 2015	World Luxury SPA Awards 2023: "Best Luxury Sustainable Spa" in the World World Luxury SPA Awards: "BEST LUXURY WELLNESS SPA" 2013

World Luxury SPA Awards:
"BEST DETOX PROGRAM" in the World
2022

World Luxury SPA Awards:
"BEST LUXURY ECO-SPA
IN SOUTHERN EUROPE"
2019

World Luxury SPA Awards:
"BEST LUXURY ECO-SPA"
2018 – 2017

World Luxury SPA Awards:
"BEST UNIQUE EXPERIENCE SPA"
2019

World Luxury SPA Awards:
"BEST UNIQUE SPA EXPERIENCE"
IN SOUTHERN EUROPE
AND "BEST LUXURY
World Luxury SPA Awards:
"LUXURY DESTINATION SPA IN ITALY"
2016 – 2013

World Luxury SPA Awards:
"LUXURY DESTINATION SPA" in Italy
2021– 2020 – 2019 – 2018

World SPA & Wellness Awards:
"SUSTAINABLE SPA OF THE YEAR"
2023

World SPA & Wellness Awards:
"WORLDWIDE HEALTH
& WELLNESS DESTINATION"
2021 – 2016

World SPA & Wellness Awards:
Finalist as
"WORLDWIDE HEALTH
& WELLNESS DESTINATION"
2023–2022–2020–2019–2018–2017

World SPA & Wellness Awards:
"RESORT SPA OF THE YEAR:
WESTERN EUROPE & SCANDINAVIA"
2015

World Travel Awards:
"EUROPE'S LEADING GREEN RESORT"
2017



Lefay Resort & SPA Lago di Garda
Via Angelo Feltrinelli, 136
25084 Gargnano (BS) - Italia
Tel. +39 0365 241800
res.garda@lefyresorts.com

Lefay Resort & SPA Dolomiti
Via Alpe di Gual, 16
38086 Pinzolo (TN) - Italia
Tel. +39 0465 768800
res.dolomiti@lefyresorts.com

Central Reservation Office
Tel. +39 0365 441700
reservation@lefyresorts.com

lefyresorts.com



lefayresorts.com

LAGO DI GARDA DOLOMITI