

Страна Лимония

О детоксе на озере Гарда

Александр Пигарев |



ОКРЕСТНОСТИ озера Гарда местные жители частенько называют «Лимонной Ривьерой», потому что на горных террасах в его окрестностях практически круглый год выращивают лимоны. По берегам озера разбросаны крохотные живописные городки, каждый из которых может похвастаться не только ратушей, древней базиликой, полуразрушенной крепостью, но и знаменитыми гостями, которые приезжали «на воды» отдохнуть и поправить пошатнувшееся здоровье. Практически каждый городишко — известный курорт. А весь регион озера Гарда пару десятилетий назад превратился в главную спа-Мекку Италии.

Хотя многие здешние курорты оккупированы жаждущими оздоровления и омоложения иностранцами, есть на озере и места, которые итальянцы приберегают для себя. Именно к этой категории относится курорт Lefay Resort & Spa Lago di Garda, расположенный в живописном парке с лимонными плантациями.

Это семейный бизнес. Альчиде и Лиана Леали десять лет назад открыли на озере Гарда водолечебный экоцентр,



положив в основу целебных практик методики древней китайской медицины. Здесь гости могут отдыхать круглогодично, обретая духовный и физический комфорт. Почему экокурорт? А потому, что он снабжает себя практически всем необходимым — начиная от органических продуктов, которые производят на собственной ферме и закупают у местных поставщиков, и заканчивая некоторыми деталями интерьера, в частности деревянными панелями. Отель вписывается в ландшафт таким образом, чтобы не нанести вреда ни природе, ни экосистеме.

Для отделки использовались только местные натуральные материалы, сотрудники отеля собирают дождевую воду, а электричество вырабатывается солнечными батареями. Забота об окружающей среде тут проявляется даже в том, что постельное белье на курорте стирают без отбеливателя.

Что такое спа-курорт нового формата? Это когда вас не заставляют выпивать на завтрак отвратительного вида «полезную» жижу из морских водорослей или до темноты в глазах поднимать тяжести в фитнес-центре для выведения из организма токсинов и реализации цели «минус три кило за четыре дня».

На самом деле куда важнее восстановить энергетический баланс организма, снять накопившуюся усталость и хронический стресс, пополнить силы. И научиться любить себя. Оказывается, это один из главных секретов успешного оздоровления. Ведь все остальное (спа-ритуалы, процедуры для тела и т. д.) лишь помогает вернуть утраченный баланс.

Концепция оздоровления, предлагаемая спа-комплексом, основана на сочетании классической китайской медицины и современных западных методик. Зона спа разделена на три области: «Мир воды

и огня» (в нее входят все зоны, связанные с бассейнами, сауны, гроты и маленькие искусственные озера), «Природа и фитнес» (большой спортзал с новейшим оборудованием для эффективных тренировок и индивидуальных занятий) и «В тиши под звездами: трилогия воздуха» (зоны на свежем воздухе, состоящие из нескольких площадок, оборудованных для спортивных упражнений, а также оздоровительных маршрутов в парке).

Оздоровительная программа у каждого гостя своя, ее подбирают после медицинского обследования, тестов и собеседования. Очень востребована программа очищения организма от токсинов. Процедуры по спа-методу Lefay сопровождаются легкой низкоуглеводной детокс-диетой и фитоароматерапией, разработанной в соответствии с индивидуальными особенностями клиента, и всего за три дня заметно укрепят его организм, избавив от усталости, раздражительности и сняв отечность.

Одна из важнейших составляющих спа-процедур — использование косметических средств Lefay SPA Cosmetic Line. В пять линий косметики входят 49 продуктов, созданных в соответствии с принципами нутрикосметики, при их изготовлении используются тщательно протестированные растения. В составе косметических средств содержатся антиоксиданты в высокой концентрации, витамины, фитокомплексы и натуральное оливковое масло, что гарантирует целебное и омолаживающее воздействие на кожу пациента.

Lefay Resort & Spa Lago di Garda — место для тех, кто ищет спокойствия, отдыха и обретения равновесия. Разочарованы они не будут.