



# Lefay Resort & SPA Lago di Garda

3800 metri quadrati tra saune, piscine, hammam, grotte e laghetti, dove luce, spazio, natura e relax si combinano in una filosofia di benessere olistico davvero unica. Grazie all'esclusivo Lefay SPA Method e alle tante le attività wellness da poter organizzare anche in gruppo

**P**rimo resort 5 stelle lusso del Lago di Garda, inserito nell'incantevole Riviera dei Limoni, a Gargnano, Lefay Resort & SPA Lago di Garda è una vera e propria wellness destination dove tutto è declinato secondo un moderno concetto di benessere olistico. A partire dall'attenzione per l'ambiente. Il Resort sorge, infatti, all'interno di un bellissimo parco naturale di 11 ettari, tra colline, boschi e uliveti con vista sul lago, ed è stato interamente progettato in base ai più aggiornati criteri di ecosostenibilità. Tra i numerosi riconoscimenti e attestati ottenuti, spicca il Green Globe, primo programma di certificazione mondiale per le strutture che operano nel settore benessere. Inoltre, nel 2011, il Resort ha lanciato il progetto Lefay Total Green per la compensazione delle emissioni residue di CO<sub>2</sub>.

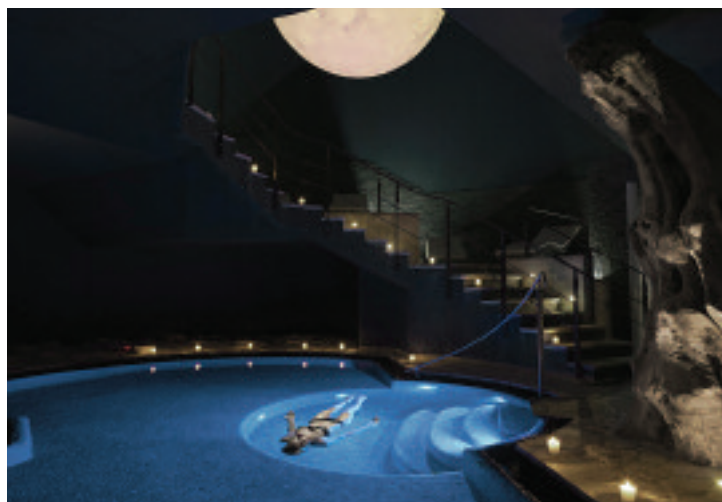
Anche all'interno, spazi e arredi sono stati pensati per il massimo comfort e realizzati con materiali naturali, in conformità con un nuovo concetto di lusso che lega lo stare bene sempre più ad aspetti quali lo spazio, la natura, il silenzio e il tempo libero. Questo vale sia per le suite sia per l'area meeting, che offre una magnifica vista ed è attrezzata per incontri fino a 60 persone. L'attenzione al benessere si coglie anche

dalla cura dell'ospite, dal dettaglio più piccolo alla sorpresa più grande, come la Royal Pool & SPA Suite inaugurata nel 2013 che vanta una superficie totale di 620 metri quadrati. Infine, da sempre il Resort riserva una grande attenzione alla cucina, sana e leggera, ispirata alla migliore tradizione mediterranea, che, qui, diventa anche occasione di apprendimento e aggregazione per le aziende, con le simpatiche cooking class.

## **E, poi, il fiore all'occhiello... la SPA**

Un sorprendente "Mondo Acqua e Fuoco", un connubio felice tra la Medicina Classica Cinese e le novità della ricerca scientifica occidentale. La SPA si distribuisce su oltre 3800 metri quadrati, con vista sul parco, con il quale costituisce un unicum, grazie alle enormi vetrate e alle numerose iniziative in e outdoor che si possono fare anche in gruppo, in occasione per esempio di un team building o di un post congress.

Ma veniamo al suo cuore: un dedalo di piscine, saune, hammam, grotte e laghetti. C'è l'area "Natura e Fitness" con una grande palestra, dove partecipare a corsi di risveglio muscolare, Qi Gong, Stret-



ching e Body Tonic e un suggestivo percorso (da fare in gruppo) nel verde del giardino energetico terapeutico, attraverso cinque diverse stazioni dai significati archetipici: il Drago Verde (che simboleggia la primavera, il risveglio), la Fenice Rossa (l'estate, il culmine dell'energia) la Tigre Bianca (l'autunno, il raccoglimento), La Tartaruga Nera (l'inverno, il riposo profondo) e il Centro, che, situato su una collina ricca di fiori gialli, collega energeticamente tutte le aree e favorisce l'equilibrio di mente e corpo.

Nell'ampio parco si può, inoltre, scegliere tra il percorso running, 2km tra boschi e colline, e il percorso vita, con otto stazioni attrezzate per esercizi di tonificazione ed elasticità. Per gli ospiti sono infine a disposizione i Programmi Salute Lefay SPA Method, personalizzabili secondo ogni esigenza per un benessere integrale. Vale la pena ricordare che nel 2017 il resort è stato premiato, tra i vari riconoscimenti, come: "World Best Wellness Spa" (World Boutique Hotel Awards), "Most Sensational Spa (Small Luxury Hotel Awards)", "Best Destination Spa" (European Health & Spa Awards), "Best Wellness Clinic" (Prime Traveller Awards), "Top 10 Destination Spas in the World" (Traveller's World Magazine).

### Wellness Experience nei dintorni

Il benessere, così come le occasioni di socializing, continuano su tutto il territorio circostante, offrendo, sempre alle aziende, spunti per intriganti post eventi. Per esempio, per gli amanti dei fiori e delle piante, nei dintorni si trova un vero e proprio gioiello botanico, lo scenografico giardino André Heller, dove oltre 3000

specie si alternano a sculture d'arte contemporanea. Qui si possono organizzare anche camminate di gruppo. Dal Resort si può, poi, partire per escursioni di trekking nel Parco dell'Alto Garda, salendo verso il Monte Castello di Gaino e per passeggiate a cavallo o pedalate in mountain bike. Mentre, chi desidera vivere una lake experience può prendere lezioni di vela presso il circolo Vela di Gargnano. Senza contare le vicine attrattive più note, come il Vittoriale, Gardaland e l'Arena di Verona. Infine vale la pena una visita alle cantine di vini biodinamici e ai mercati locali.

P.T.

