

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИ -
ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ
МАРШРУТЫ LEFAY
SPA METHOD

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИ - ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МАРШРУТЫ LEFAY SPA METHOD

МИР САУН занимает площадь более 1700 кв.м., и был создан в сотрудничестве с научным комитетом Lefay SPA Method с учетом принципов классической китайской медицины – одного из старейших в мире диагностических и терапевтических подходов.

火
КРАСНЫЙ
ФЕНИКС

土
ЦЕНТР

水
ЧЕРНАЯ
ЧЕРЕПАХА

金
БЕЛЫЙ
ТИГР

木
ЗЕЛЕНый
ДРАКОН

Данная идея основывается на концепции об энергии Ци, циркулирующей между двумя полюсами: Инь и Янь. Со временем появилась теория пяти фаз или движений, которые, в зависимости от времени года или времени суток, доминируют друг над другом в непрерывном и бесконечном цикле, поддерживая баланс мира и жизни. Все, что существует, связано с этими пятью фазами, которые также влияют на времена года, цвета, направления, части и органы тела.

Энергетическо-терапевтический мир Lefay SPA Method был разработан в соответствии с этими принципами и поделена на пять зон: «Зеленый дракон», «Красный Феникс», «Белый Тигр», «Черная Черепаха» и «Центр». Эти зоны отличаются уровнями температуры и влажности и подобранной фитотерапией.

Находясь внутри этих зон, в мире аналогий и символики, можно понять, какую энергию необходимо найти, чтобы восстановить внутренний баланс. Зоны представляют собой связь между нашим телом и элементами, временами года и уникальными путями, которые мы выбираем: каждая зона связана с органом или определенной индивидуальной характеристикой. На этом основании научный комитет Lefay SPA Method разработал инновационные энергетическо-терапевтические маршруты, которые подбираются индивидуально в соответствии с энергетическим состоянием конкретного человека.



ЗЕЛЕНый ДРАКОН

ДЕРЕВО

С энергетической точки зрения, эта зона отождествляется с обновлением природы, весной и восходом солнца. Используются светлое дерево, мягкий свет и пастельные цвета.

БИОСАУНА

АРОМАТИЧЕСКАЯ ЗОНА С БИОСАУНАМИ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭССЕНЦИЙ И
СРЕДНЕЙ ТЕМПЕРАТУРОЙ

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ОРГАН

ПЕЧЕНЬ

ФИТОТЕРАПИЯ

ОДУВАНЧИК
И ГОРЬКИЕ ТРАВЫ

АРОМАТЕРАПИЯ

РОЗМАРИН
АПЕЛЬСИН

МАРШРУТ «ЗЕЛЕНОГО ДРАКОНА»

Рекомендуется для импульсивных и беспокойных людей.

Весной энергия становится «светлее и ярче» (Ян), а «тяжелая и материальная» (Инь) исчезает. Поток энергии поднимается к животу и груди (пространственные движения). Если эти энергетические движения нарушаются, могут возникнуть физические симптомы (головные боли, усталость, утренняя сонливость, мышечные спазмы) и психологические эффекты (раздражительность, нервозность, нарушения памяти).



РЕКОМЕНДУЕМАЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ:

- ароматическая сауна (15 мин.), водопад, фитотерапия, отдых (15 мин.). Повторите, начиная с сауны с эссенциями (12 мин.)
- 1 массаж «Зеленый дракон» (50 мин.)
Проводится с использованием западной техники, массаж прорабатывает энергетические линии весны или восхода солнца, меридианы печени и желчного пузыря и оказывает расслабляющее действие на мышцы и все тело. Во время массажа используются испаренные эфирные масла мяты, розмарина, апельсина и ромашки. Хромотерапия предполагает такие цвета, как зеленый или синий.
- 1 энергетический массаж лица в зоне «Центра» (50 мин.)
- 1 занятие на дыхание/медитация, стретчинг меридианов (40 мин.)
- Фитотерапия

€ 260,00



火

КРАСНЫЙ ФЕНИКС

ОГОНЬ

Энергетически данная зона воплощает лето, полдень и тот момент, когда энергия достигает своего пика. Панорамный вид, используется красное дерево и материалы, напоминающие песок. Цвета представлены оттенками оранжевого и розового.

ЗОНА ФИНСКИХ САУН

СУХАЯ ЗОНА С ВЫСОКОЙ ТЕМПЕРАТУРОЙ, ОТОЖДЕСТВЛЯЕМОЙ С МАКСИМУМ ЭНЕРГИИ ЯНЬ

ХОЛОДНАЯ ВАННА, СИМВОЛИЗИРУЮЩАЯ МАКСИМУМ ИНЬ

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ОРГАН

СЕРДЦЕ

ФИТОТЕРАПИЯ

ЛАВАНДА
ПАССИФЛОРА

АРОМАТЕРАПИЯ

ЛАВАНДА
ВЕРБЕНА

МАРШРУТ «КРАСНОГО ФЕНИКСА»

Рекомендуется для беспокойных людей: расширяет спектр чувств, усиливает радость и гармонию с природой.

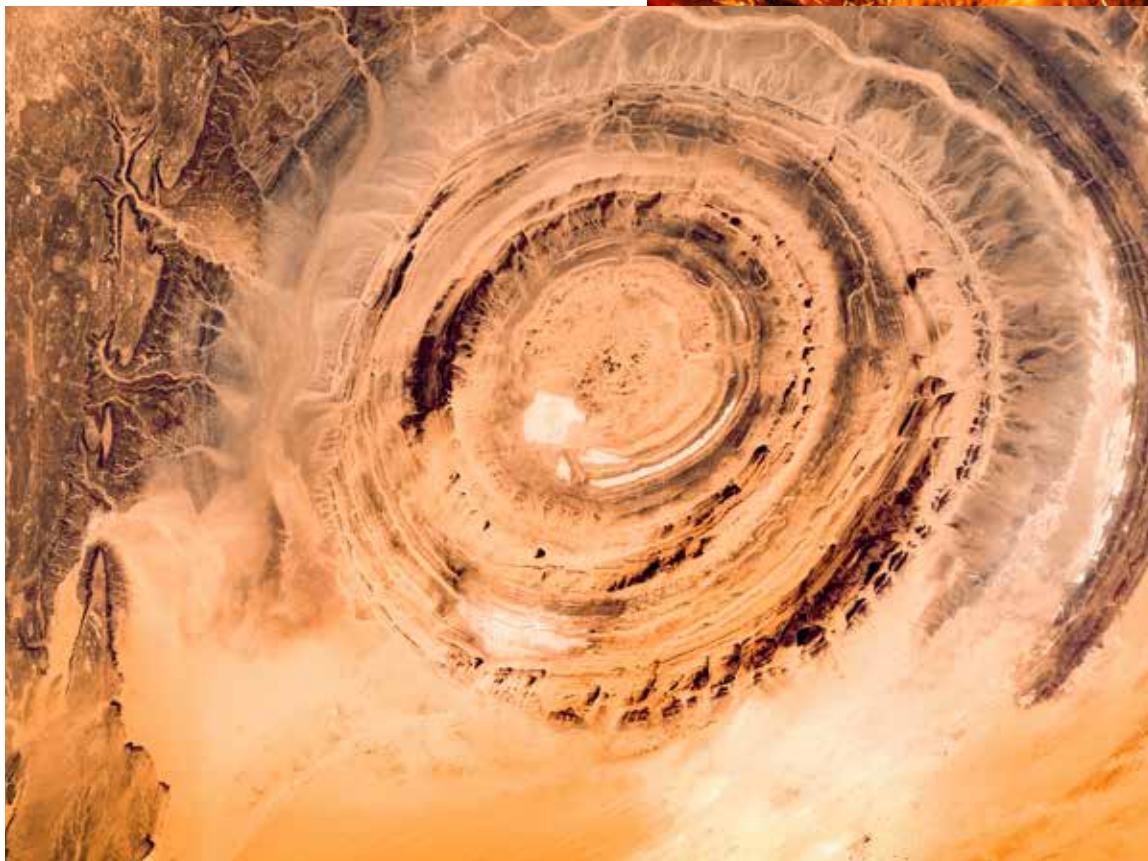
Летом энергия «света и сияния» (Ян) достигает своего пика: именно в это время непрерывного преобразования энергии появляется «тяжелая» энергия ночи (Инь). Поток энергии движется от груди к поверхности тела (пространственные движения). Если этого не происходит, могут возникнуть физические симптомы (низкое кровяное давление, усталость, тахикардия) и психологические эффекты (возбуждение, нарушения сна).



РЕКОМЕНДУЕМАЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ:

- финская сауна (12 мин.), ледяной бассейн, фитотерапия, отдых (15 мин.). Продолжите панорамной финской сауной (12 мин.), ледяным бассейном, мультисенсорным душем, ванной Кнайпа, фитотерапией и отдыхом (15 мин.)
- 1 массаж «Красный феникс» (50 мин.)
Проводится восточными техниками и работает на энергетических линиях лета или полудня, меридианах сердца и перикарде. Обладает расслабляющим эффектом, поскольку «Красный феникс» возрождается из пепла с обновленной энергией. Во время массажа испаряются эфирные масла лаванды или розы и нероли или вербены, а хромотерапия предполагает красный или розовый цвета.
- 1 энергетический массаж лица в «Центре» (50 мин.)
- 1 занятие тайчи на дыхание и медитацию
- Фитотерапия

€ 260,00



金

БЕЛЫЙ ТИГР

МЕТАЛЛ

Энергетически представляет собой урожай, осень и закат. Используются осенние краски, полированный металл и мягкие огни, отражающие цвета заката.

ПАРОВАЯ БАНЯ

ЗОНА С ВЫСОКОЙ ВЛАЖНОСТЬЮ И БОЛЬШОЙ КОНЦЕНТРАЦИЕЙ ПАРА

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ОРГАН

ЛЕГКИЕ

ФИТОТЕРАПИЯ

МАЛЬВА
ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА

АРОМАТЕРАПИЯ

ЭВКАЛИПТ
ТИМЬЯН

МАРШРУТ «БЕЛОГО ТИГРА»

Рекомендуется для людей, испытывающих слабость, усталость и тоску.

Осенью энергия «света и сияния» (Ян) значительно уменьшается, и появляется «тяжелая» энергия (Инь), достигающая своего пика зимой. Поток энергии движется и загибается от поверхности тела к груди (пространственные движения). Если этого не происходит, могут возникнуть физические симптомы (отеки лица и рук, утренняя усталость, отсутствие аппетита по утрам) и психологические эффекты (изоляция, грусть, тоска).



РЕКОМЕНДУЕМАЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ:

- тепидарий (мультисенсорный душ и 5-мин. пауза), затем калидарий с температурой 42° (10 мин.), фитотерапия и отдых (15 мин.). Повторите ту же последовательность с посещением калидария с температурой 48° (5 мин.). Завершите фитотерапией и расслабьтесь в течение 15 минут.
- 1 массаж «Белый тигр» (80 мин.)
Проводится на все тело с использованием западных техник и работает с регулирующими энергетическими линиями с целью восстановления баланса, расслабления и повышения уровня энергии в организме. Во время массажа испаряются эфирные масла эвкалипта или тимьяна и иссопа или цитронеллы. Хромотерапия белым или другими светлыми цветами.
- 1 энергетический массаж лица в зоне «Центра» (50 мин.)
- 1 медитативное занятие дыханием или цигун (40 мин.)
- Фитотерапия

€ 290,00



水

ЧЕРНАЯ ЧЕРЕПАХА

ВОДА

Энергетически это символическая зима, когда природа погружается в сон. Это место для того, чтобы побыть наедине с самим собой, оно представляет вершину Инь. Используемые материалы: темные камни, вода и соляные блоки. Тусклый и мягкий свет приглашает к уединению;

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ОРГАН

ПОЧКИ

ФИТОТЕРАПИЯ

БУЗИНА
ХВОЩ

АРОМАТЕРАПИЯ

МОЖЖЕВЕЛЬНИК
КИПАРИС

МАРШРУТ «ЧЕРНОЙ ЧЕРЕПАХИ»

Рекомендуется для людей, испытывающих стресс

Зимой «тяжелая» энергия (Инь) находится на пике и совпадает с началом «восходящей и светящейся» (Ян). Как говорят, «день начинается в полночь», и поток энергии направляется глубоко в область таза (пространственные движения). Если этого не происходит, могут появиться физические симптомы (люмбаго, поверхностный сон, отек нижних конечности) и психологические эффекты (низкая самооценка, потеря творческих способностей, страх).



РЕКОМЕНДУЕМАЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ:

- отдых в соляном гроте (15 мин.), плавание в гиперсоленой воде соленого озера (15 мин.), фитотерапия и отдых (10 мин.)
- 1 массаж «Черная черепаха» (50 мин.)
Глубоко питает, восстанавливая баланс энергетических линий, которые укрепляют структуру тела и омолаживают, обеспечивает тонус и жизненную силу энергетическим функциям, которые поддерживают нас. Во время массажа испаряются эфирные масла можжевельника или базилика, а также используется герань или кипарис, а для хромотерапии мы предлагаем черный или темные цвета.
- 1 энергетический массаж лица в зоне «Центра» (50 мин.)
- 1 медитативное занятие дыханием или статичным цигун (40 мин.)
- Фитотерапия

€ 300.00





ЦЕНТР

ЗЕМЛЯ

Это место соединения, потому что каждый сезон на какое-то время оказывается в центре, прежде чем смениться следующим. Зона «Центра» расположена на энергетической линии под названием «линия света» с невероятным видом на окружающие горы. Используемые материалы - камень и дерево. Свет яркий, интенсивный, цвета разных оттенков охры.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ОРГАН

ЖЕЛУДОК
СЕЛЕЗЕНКА

ФИТОТЕРАПИЯ

МЕЛИССА
ЛИМОН

МАРШРУТ «ЦЕНТРА»

Зона соответствует центру курорта, где находится большое джакузи в лучах падающего каскадом света.



РЕКОМЕНДУЕМАЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ:

- отдых в «Центре» предлагается перед тем, как перейти к определенному маршруту в соответствии с индивидуальными уровнями энергии. Гидромассажная ванна (15 мин.), фитотерапия и релаксация (15 мин.)
- Энергетический массаж в зоне «Центра» (входит в каждый «маршрут») направлен на придание коже сияния и расслабление мышц лица. Он начинается с нанесения эфирных масел на кончики пальцев, где находятся энергетические линии, которые воздействуют на мышцы головы и лица. Во время традиционного дренажного массажа стимулируются определенные энергетические точки на голове, которые оказывают глубокий расслабляющий эффект.

€ 115,00 (50 мин.)

