

SWN.RU

ПРОСТО О ЛУЧШИХ ВИНАХ



18+

9 785427 400190 >  
ISBN 978-5-4274-0019-0

# simple wine news

СЕРИЯ КНИГ

## Семейный ансамбль Marqués de Riscal

**Алехандро Аснар**

Риоха без кризисов

**88**  
испанских вин  
на дегустациях

топовые красные,  
автохтонные белые

**Валерий Тройчук**

«Ведерниковъ»,  
новое русское





ОТДЫХ

# Гастрономия жизни

«Даже обыкновенная еда может стать пищей для души» — такой девиз лёг в основу концепции «гастрономии жизни», которую исповедуют в Lefay Resort & SPA. Здесь можно постичь философию здорового образа жизни, созерцая Альпы и просторы озера Гарда.

Среди холмов и оливковых рощ Лимонной Ривьеры в окрестностях деревушки Гарньяно расположился живописный спа-курорт Lefay Resort & SPA Lago di Garda. Территория курорта — 11 га природного парка с потрясающим видом на самое большое озеро Италии.

Lefay Resort & SPA воплощает идею отдыха и оздоровления и души. Здесь бережно относятся и к человеческой природе, и к окружающей среде. Курорт построен из экологичных материалов с использованием новейших технологий и альтернативных источников энергии. В отделке номеров и спа-комплекса — натуральные ткани и материалы (мрамор, шпон оливкового дерева и древесина грецкого ореха).

Владельцы курорта, семья Леали, сотрудничают с командой врачей и специалистов в области оздоровительных практик, которые разработали методику Lefay Spa, объединяющую древние принципы классической китайской медицины и современные техноло-

гии. Её цель — помочь гостям восстановить энергию и достичь гармонии души и тела. Каждая программа индивидуальна и подбирается после консультации с врачами.

Спа-комплекс Lefay площадью 3000 кв. м разделён на три зоны. «Мир воды и огня» — это перетекающие друг в друга бассейны с морской водой, соляные гроты и искусственные озера. Это джакузи и сауны: туманная, ароматическая, финская, оливковая и специальная, с цветочными парами, а также сауна для женщин. Это фонтан с колотым льдом, который стимулирует кровоток, восстанавливает тонус кожи и рекомендован после сауны или горячей ванны.

Зона «Природа и фитнес» состоит из большого спортзала с новейшим оборудованием и студии фитнеса, где проходят индивидуальные и групповые тренировки (йога, цигун, тайчи, кардиогимнастика). «В тиши под звёздами: трилогия воздуха» — это площадки для занятий спортом под открытым небом и красивейший парк с маршрутами для пробежек и садом, символизирующим жизнь и предназначенным для даосских оздоровительных практик.

Концепция «гастрономия жизни» с уважением относится к ритмам природы, смене времён года и ценит сезонные продукты. Шеф-повар Lefay переосмыслил традиционную средиземноморскую диету в блюдах ресторана La Grande Limonaia и trattoria Trattoria la Vigna. Для гостей, которые следят за своим весом, предусмотрено низкокалорийное меню «Лёгкость бытия».

