



MONDO
LEFAY SPA

ACQUA E FUOCO

MONDO LEFAY SPA

Un esclusivo tempio del benessere, dove mente e corpo
si rigenerano attraverso la riscoperta delle emozioni più
autentiche e dell'armonia con se stessi.

01.

MONDO ACQUA E FUOCO

Lefay SPA si articola su tre aree: il *Mondo Acqua e Fuoco*, che raggruppa tutte le zone interessate da piscine, saune, grotte e laghetti; l'area *Natura e Fitness*, composta da una grande palestra e da una sala ginnastica per corsi e attività e *Nel Silenzio e fra le Stelle: Trilogia nell'Aria*, formata da tutte le ampie aree esterne adibite ad attività sportive e a percorsi dedicati al benessere e al relax.

PISCINE

- Interna ed esterna riscaldata
- Piscina sportiva da 25 metri omologata riscaldata (da marzo a ottobre)
- Idromassaggio Fonte Roccolino riscaldato

AREA RELAX

- Ampie aree relax con vista panoramica sul lago
- La Grotta Turchese con lettini ad acqua riscaldati
- Sunset Relax

SAUNE

Sauna degli Aromi

Temp 40-42° / Umidità 60-70%

Gli aromi di questa sauna offrono un prezioso contributo alla respirazione e alla liberazione dallo stress. È la stanza tiepida iniziale in cui ci si prepara alla sudorazione che avverrà poi all'interno della sauna Caligo.

Sauna Caligo

Temp 42-45° / Umidità 90-98%

L'elevata percentuale di umidità forma una nebbia dalla temperatura stratificata, ottima per rilassare la muscolatura del corpo e per ridurre le

tensioni. La pelle rimane morbida e setosa grazie all'azione detossinante e dermopurificante del bagno vapore.

Sauna dell'Ulivo

Temp 50-60° / Umidità 40%

Rivestita del legno di questo prezioso albero, è ideale per disintossicare la pelle che diviene luminosa e trasparente. La temperatura di questa bio-sauna favorisce anche il rilassamento e il sonno notturno.

Sauna Acqua e Fuoco

Temp 75-90° / Umidità 10%

Questa sauna finlandese a temperatura elevata e a bassa umidità permette di raggiungere una stimolazione organica e metabolica notevole, favorendo il ricambio cellulare, l'eliminazione delle tossine e la stimolazione del sistema neurovegetativo.

AREA CHARME D'ORIENT

Rievoca la magia delle sontuose atmosfere orientali. Un viaggio in cui corpo, anima e spirito si perdono nelle fragranze di tre aree:

Hamman

Temp 45-48° / Umidità 80%

Vero e proprio inno ai più bei palazzi orientali, l'Hamman ci allontana dal mondo quotidiano, in cui tutto è cerebrale, logorante e frettoloso, riportandoci al naturale equilibrio tra movimento e riposo; esercizio e rilassamento; realtà e fantasia.

Lady Sauna

Temp 38-42° / Umidità 50%

È riservata alle signore e grazie ad un delicato profumo di fiori avvolge il corpo in un'atmosfera che ricorda i giardini d'estate sul lago. Stimola la circolazione e depura la pelle, le tensioni si sciolgono e il corpo è rilassato.

Sunset Relax

Un'esclusiva area relax dove poter degustare pregiate selezioni di tè orientali.

ALTRO

Il Ruscello: percorso in acqua fresca, ottimo per coloro che hanno gambe pesanti e problemi di circolazione agli arti inferiori.

Crash Ice: frizioni di ghiaccio per stimolare la rivascolarizzazione e per una piacevole sensazione di freschezza dopo una sauna o un bagno caldo.

Ice Pool

Temp 12-17°

L'acqua fredda chiude i pori e incentiva la vascolarizzazione cutanea. Le sollecitazioni al sistema nervoso aumentano, producendo impulsi positivi benefici per il battito cardiaco, la respirazione e la circolazione sanguigna.