

A woman is swimming in a pool, her body partially submerged in the blue water. The background is a wall of large, grey, textured stone tiles. A vertical slot in the wall on the left is illuminated from within, and a vertical light fixture on the right casts a warm, orange glow. The overall atmosphere is serene and modern.

---

MONDE  
EAU ET FEU

SAUNAS  
ET PARCOURS

---

# MONDE EAU ET FEU

---

Un temple exclusif du bien-être, où l'Orient et  
l'Occident fusionnent entre le naturel et l'innovation.

01.

## PISCINES ET ESPACES DE DÉTENTE

Un univers d'éléments dans lequel se déploient différents espaces: la piscine sportive intérieure, entièrement revêtue de tonalite, s'inspire des ruisseaux de montagne et des reflets brillants créés par l'eau et les roches de granit clair ; tandis que les piscines intérieure et extérieure se fondent dans le paysage entre ciel et terre. L'espace aquatique est complété par un grand bain à remous rappelant les thermes antiques, épicerie du parcours énergétique de la Méthode Lefay SPA. Ici, au milieu des formes de l'eau, du feu et de la glace, les saunas vous emmènent dans un voyage à l'intérieur de vous-même. Enfin, la dimension minérale se trouve dans le lac salé et dans la grotte de sel.

### ESPACE DE DÉTENTE

---

- Espace de détente piscine intérieure et extérieure (panoramique)
- Espace de détente réservé à la zone des traitements (panoramique)
- Le Centre (panoramique)
- Dragon Vert
- Phénix Rouge
- Tigre Blanc
- Tortue Noire

### PISCINES ET AUTRES SERVICES

---

- Intérieure et extérieure - température 33-34° C - pour les familles
- Piscine sportive - température 27-29° C - pour les adultes (à partir de 16 ans)
- Hydromassage avec de l'eau enrichie en sels de magnésium - température 34-35° C - pour les adultes (à partir de 16 ans)
- Lac salé chauffé - température 36-38 ° C - uniquement sur réservation
- Piscine de glace - température 10° -14° C
- Parcours Kneipp
- Chute de glace

Toutes les piscines utilisent un système de chloration naturelle basé sur la technologie de l'électrolyse, qui garantit un assainissement optimal de l'eau dans le respect total de l'environnement.

02.

## SAUNAS ET PARCOURS

Lefay SPA Dolomiti propose neuf saunas avec différents niveaux de température et d'humidité: outre le grand Sauna familial, dédié au bien-être de la famille, cinq circuits spécifiques ont été créés en collaboration avec le Comité Scientifique et selon les principes de la Méthode Lefay SPA: cinq zones avec différents niveaux de température/ humidité et des phytothérapies dédiées, visant à rééquilibrer l'état énergétique individuel. Depuis le Centre, l'endroit qui relie énergétiquement toutes les autres zones, on transite vers le Dragon Vert, le Phénix Rouge, le Tigre Blanc et la Tortue Noire, les étapes d'un monde d'analogies et de symbolisme où l'on peut retrouver l'équilibre énergétique.

### SAUNA FAMILIAL

BAIN VAPEUR - 13 m<sup>2</sup> Température 40-42° / Humidité 95%

### DRAGON VERT

Saunas secs à température et humidité moyennes:

- Sauna des arômes (Orange)  
Température 50° / Humidité 40%
- Sauna des essences (Romarin)  
Température 60° / Humidité 40%
- Lady Sauna  
Température 50° / Humidité 45-50%
- Chute d'eau tempérée
- Espace de détente avec phytothérapie dédiée

### PHÉNIX ROUGE

Saunas secs à température élevée et faible taux d'humidité:

- Sauna finlandais panoramique  
Température 90° / Humidité 10%
- Sauna finlandais  
Température 70° / Humidité 20%
- Bassin d'eau froide
- Douches émotionnelles
- Parcours Kneipp
- Chute de glace
- Espace de détente avec phytothérapie dédiée

### TIGRE BLANC

Un grand espace divisé en trois zones avec des saunas humides avec un pourcentage élevé de vapeur:

- Tepidarium  
Température 38° / Humidité 70%
- Calidarium moyen  
Température 42° / Humidité 95%
- Calidarium élevé  
Température 48° / Humidité 95%
- Douches émotionnelles
- Espace de détente avec phytothérapie dédiée

### TORTUE NOIRE

- LAC SALÉ: température élevée d'environ 36°- 38°C permet au corps d'absorber les oligoéléments et les minéraux du sel alpin dissous dans l'eau. Il a un effet drainant, détoxifiant et relaxant.

- GROTTES DE SEL: un effet bénéfique, grâce à l'action combinée de la chaleur, de l'humidité de l'air et du sel. Régénère les voies respiratoires et la peau.

#### LUN / JEU

€ 50,00

(40 min.)

par personne (max. 6 personnes)

#### VEN / DIM\*

€ 55,00

(40 min.)

par personne (max. 6 personnes)

#### LUN / JEU

€ 90,00

(40 min.)

par couple

#### VEN / DIM\*

€ 99,00

(40 min.)

par couple

- Espace de détente avec phytothérapie dédiée