

**SOMMER, SPORT, BEAUTY & WELLNESS**

AQUA DOME, le terme tirolesi di Längenfeld attendono gli ospiti italiani con una **deliziosa sorpresa: dal 5 al 28 giugno, per gli ospiti italiani una notte è in regalo**; il pacchetto prevede la formula 4×3, si pagano tre notti e la quarta è in regalo. (da 471 euro a persona).

**Sia all'interno che all'esterno di AQUA DOME è estate**, il tepore non è solo nelle piacevoli saune ma anche nel grandissimo giardino arredato con comodi lettini per sdraiarsi al sole. Si respira **aria di vacanza, sia dinamica, sia riposante**. Ma comunque rigenerante in entrambi i casi. Sulle alte pareti di vetro delle piscine interne si riflette il sole, i colori sono potenziati dalla luce e le montagne incorniciano l'azzurro del cielo. La sensazione di leggerezza fa venire voglia di benessere e la natura della valle della Ötztal, che si snoda per ben 67 km nella natura, diventa protagonista.

**L'AQUA DOME è un tempio del benessere, dove assaporare il lusso del riposo assoluto.** Qui si allargano gli spazi, gli orizzonti e si prolunga il tempo. **E' un filo conduttore che porta a rigenerarsi grazie alle numerose saune, bagni turchi, piscine, angoli relax che diventano intimi rifugi dove passare il tempo in un ambiente di qualità.** Tutti gli angoli sono un omaggio al benessere e niente è dato al caso; ogni dettaglio è stato studiato per regalare emozioni agli ospiti.

**L'ampia e innovativa SPA 3000 - in esclusiva per gli ospiti dell'hotel - si estende su due livelli e comprende diverse saune con piscina interna (e idromassaggio esterno) e un emozionante bagno di vapore di cristalli della Ötztal.**

Qui si diffonde il profumo aromatico delle erbe e dei fiori alpini: la sauna alle erbe alpine, il "tea-corner" così come l'area rilassante della fiabesca piscina decorata con muschio vero alle pareti, garantiscono puro benessere. Attraverso la grande vetrata, gli ospiti possono lasciare vagare lo sguardo tra le montagne della Ötztal e attraverso gli occhi sperimentare il benessere nel vero senso della parola.

Altrettanto invitante: una **sala per trattamenti di coppia**, che gli ospiti possono affittare, la confortevole lounge che si snoda attorno al camino con il suo gioco di fiamme, il bar così come l'ampia sala relax con belle proiezioni video dell'alba. Lo sguardo e i pensieri spaziano all'infinito.

**Highlight della SPA 3000 sono le vasche gemelle esterne con l'originale acqua termale di Längenfeld e una sauna finlandese con vista panoramica sulle cime delle montagne circostanti.** Un esplosione dello spettacolo della natura alpina.

Passando alle terme: nelle **tre vasche esterne semisferiche** che sembrano galleggiare nell'aria, si nuota e ci si rilassa circondati da un paesaggio bianco. Tutti i sensi vengono coinvolti. Relax allo stato puro, **da non perdere il "Bagno al chiaro di luna": il venerdì terme e sauna sono aperti fino alle ore 24:00, per toccare con un dito il cielo della Ötztal.**

Oltre alle piscine, nella zona sauna del centro termale, ci sono saune per tutti i gusti, per provare l'esperienza più adatta ai propri desideri: con gettata di vapore o accompagnamento musicale, con effetti di luce o aromi speziati, con scrub pulizia o solo una sauna pura. Anche la zona docce offre varie possibilità: da una doccia rinfrescante a una pioggia tropicale, da una doccia a cascata ad un bagno di goccioline di vapore: anche questa è un'esperienza sensuale.

**Nelle saune si assapora il caldo, anche quello estivo:** quando si esce si respira l'aria di montagna e ci si sente come rinati. Dopo le saune, si può andare nella **grotta di ghiaccio**, situata nel grande giardino di AQUA DOME e ci si rinfresca grazie ai cristalli di neve. Per inebriarsi di benessere e di rituali benefici e salutari.

Le parole d'ordine all'AQUA DOME: riposo e relax, esercizio fisico e fitness, esclusivi trattamenti benessere termali e beauty e, naturalmente, tanti bagni in acqua termale. Ad AQUA DOME ci si smarrisce nel relax totale.

Tra le attività da fare al di fuori di questo spettacolare paradiso termale: innanzitutto si può andare a scoprire il **nuovo Widiversum a Hochoetz, (a 2000 metri di altitudine)**, 3000 metri quadri di divertimento per i bambini, in un mondo di magia e giochi, dove scoprire dove si nasconde il cristallo della montagna (**apertura il 4 giugno 2016**).

Per chi ama l'avventura e gli sport adrenalinici, **l'AREA 47**, con la più alta parete di arrampicata artificiale dell'Austria, sfida chiunque a provare il suo coraggio: dal rafting ai trampolini, qui davvero non ci si annoia mai. Adrenalina pura. Non meno avventurosi sono i

rafting sul fiume Ötztal Ache e canyoning nei canyon.

E tra gli sport classici alpini? In Oetztal (chiamata anche la “Valle dei superlativi”: la Stuibenfall è la cascata più alta del Tirolo, la Wildspitze è la vetta più alta in Tirolo) si può “vagabondare” tra le meravigliose montagne sui 120 km di percorsi per **jogging e nordic walking**, 1300 di sentieri **trekking** di tutti i gradi di difficoltà, oppure pedalare sulle **piste ciclabili** e per **mountain bike** che offrono brividi a tutti i livelli di difficoltà

**L’attività sportiva è a disposizione degli ospiti anche all’interno di AQUA DOME**, che ha preparato un programma ricco di attività per turisti e atleti professionisti grazie ad un elaborato allenamento fitness con apparecchi di alta qualità.

**La palestra di AQUA DOME è un gioiello per gli sportivi a livello europeo:** con i suoi 500 metri quadrati, ci si può efficacemente allenare con dispositivi di alta qualità degli Stati Uniti “**Cybex**”, **il trendsetter nel settore del fitness.**

I **dispositivi medici certificati** consentono un allenamento altamente specializzato sia per principianti sia per professionisti appassionati, naturalmente, sotto la supervisione di istruttori professionisti.

Attraverso le diverse possibilità di movimento delle attrezzature Cybex si può raggiungere rapidamente il proprio obiettivo personale - riduzione del peso, costruzione dei muscoli mirata o miglioramento della forma fisica generale. Oltre alla vasta gamma di attrezzature cardio e di potenziamento è stata brevettata anche la “**via della schiena**”: **una vera innovazione.**

Si tratta di una combinazione di attrezzi per il fitness sviluppata appositamente per il campo della terapia spinale e promette un rapido aiuto ai problemi alla schiena. Per la costruzione del muscolo si utilizza anche un dispositivo Power Plate.

Nessuno si annoia, in una settimana ci sono oltre 40 lezioni di fitness e aquagym dedicati agli ospiti - dallo spinning ad aqua cycle, dallo slingtraining alla zumba. E, naturalmente, vengono organizzati corsi di yoga, 5 tibetani e programmi di rilassamento.

**Per l’estetica, l’area beauty della spa offre diverse novità** come il **Q-TRONIC - LASER**, un sistema laser modulare per alte prestazioni con 65 indicazioni pre-programmate in base alle più recenti scoperte garantisce un utilizzo facile e veloce nell’applicazione laser cosmetica.

La **DERMASONIC** - microdermoabrasione: i cristalli finissimi agiscono sugli strati superiori dell'epidermide senza alcun dolore. La pelle diventa liscia, la barriera più esterna della pelle viene rimossa e quindi aumenta notevolmente l'assorbimento dei principi benefici e curativi. Definisce e rafforza la pelle riduzione della profondità delle rughe.

Il **VACUTRONIC** è un'onda di aspirazione che conduce ad una profonda attivazione del tessuto cutaneo e un significativo miglioramento di tutti i processi metabolici. Il tessuto connettivo è visibilmente più compatto.

## **AQUA DOME - Tirol Therme Längenfeld**

**Oberlängenfeld 140**

**6444 Längenfeld / Österreich**

**Tel.: +43-5253-6400**

**Fax: +43-5253-6400-480**

**office@aqua-dome.at**

**[www.aqua-dome.at](http://www.aqua-dome.at)**