



## AYURVIE SIGIRIYA SIGIRIYA

|

Votre référence : [xh\\_LK\\_avudangawa\\_0\\*\\_id9276](#)

Ouvert en février 2020, entre lac et rizière, l'Ayurvie Sigiriya mêle tradition et bien-être au cœur du triangle culturel sri lankais. Construction innovante et respectueuse de l'environnement, laissez-vous séduire par ce lieu paisible, en harmonie avec la nature et ressourcez-vous grâce aux cours de yoga et de soins ayurvédiques proposés. Un concept et un design tout à fait original pour cet hôtel conçu pour être le plus écologique possible. Des briques Eco empilées et des sacs de terre contenant beaucoup d'argile ont été utilisés pour sa construction de façon à limiter la consommation d'énergie et offrir une isolation optimale. Le revêtement des murs en argile, l'absence totale de béton et ciment (matériaux extrêmement pollués), son architecture vernaculaire, sont à la fois très écologique, mais présentent aussi une esthétique particulièrement réussie.

### Situation

L'établissement se trouve à 3h30 de route de Colombo et à seulement 30 minutes de Dambulla, étape importante du triangle culturel. Il est idéalement placé à proximité du fameux « Rocher du Lion » inscrit au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO ainsi que du rocher Pidurangala.

### Chambres

L'Ayurvie Sigiriya propose 10 chambres de 50 m<sup>2</sup> à la décoration traditionnelle, toutes équipées de climatisation.

### Saveurs

Les repas proposés sont végétariens et suivent les préceptes de l'ayurdeva. Les fruits et légumes sont d'origine biologique et proviennent du jardin de l'hôtel.

### Activités & Détente

**Ayurveda** : L'établissement vous accueille pour un séjour de 3 nuits minimum (incluant uniquement les séances de yoga. Les soins ayurvédiques sont prodigués pour les séjours de 5 nuits minimum. À votre arrivée, vous serez reçu par l'un des 6 médecins thérapeutiques de l'hôtel, dont 2 sont résidents permanents, ils vous conseilleront l'un des packages suivants :

- Panchakarma
- Purification (Shodhana)
- Amincissement
- Anti cholestérol
- Soins de beauté (en supplément)
- Anti-âge
- Gestion du stress
- Arthrite

Les massages prodigués durent entre 1h30 et 2h par jour et sont suivis d'un bain à vapeur ou d'un bain

aux plantes.

Yoga : deux cours de yoga quotidien, un le matin et un en fin de journée.