



# Legyen szaunamester saját szaunájában

Alig elviselhető forróság, gyöngyöző verejtékcseppek, páratlan regenerálódás. Ez a szauna: megelőzés és gyógyítás egyszerre. A modern kor emberének elsősorban a teljes kikapcsolódás, a relaxálás optimális helye, ahol a vérerek, a bőr pórusai kitágulnak, majd összehúzódnak a váltakozó hideg-meleg levegő hatására, a szervezet pedig megszabadul a méreganyagoktól a fokozott izzadás révén. Rohanó világunkban az egyre gyakoribb stressz hatások is kiküszöbölhetők vagy csökkenthetők a rendszeres szaunázás segítségével.

## Szauna Szeánsz® a szaunázás élménnyé válik

A Szauna Szeánsz® a jó hangulat és a jó közérzet "szellemét" idézi meg a száraz-, illetve gőz szaunában. Erre a szaunaprogramra, a "Felöntés" szót a német "Aufguss" tükörfordításából használjuk. A Szauna Szeánsz® ideje alatt a szaunamester bent tartózkodik a vendégekkel a szaunában, fokozatosan hevíti fel a kabin hőmérsékletét az aromás locsolásokkal, ezzel garantálva a vendégek akklimatizálódását. Személyre szabott ventilációt biztosít, szaunázászlója és törölközője segítségével kavarja a forró levegőt a vendégek körül. A felöntés ideje alatt a szaunamester szívesen válaszol minden, a szaunázást érintő kérdésre. Emellett felügyeli a szaunarészleget és ellenőrzi a helyes-, és higiénikus szaunázás szabályait.

A Szauna Szeánszok® abban is különböznek a hagyományos szaunázástól, hogy a szaunamesternek köszönhetően társalgás, viccelődés folyik a Szauna Szeánszokon®. Az egymást követő programok egyre erőteljesebbek. Egy-egy program időtartama maximum 12-15 perc, de bárki, aki úgy érzi elég volt számára, nyugodtan elhagyhatja a szaunát. Ezt követi a lehűlés, majd pihenés, relaxálás.





## Szauna Show

### Sweet Honey – mézes érintés

A szauna melegét, az aromás illóolajok és a konyak illatát, valamint a virágméz jótékony hatását egyesíti a mézes szeánsz. Rövid előizzadást követően a meleg hatására cseppfolyóssá váló mézzel a bőrt bekenve, az a pórusokon keresztül felszívódik. Az ásványi anyagok selymessé, egészségesebbé varázsolják a bőrt.

## Ice Mint Kamikaze

Az intenzív forró levegő és a jég fagyos ellentéte, valamint a szaunamester technikájának köszönhetően vérkeringés-serkentő, frissítő hatás érvényesül. A Borsmentának köszönhetően a légutak kitisztulnak. A váltakozás hatására testünkön többszöri jóleső borzongás fut végig, mely hatására boldogsághormonok szabadulnak fel.



## Citrus Cooler

a frissítő citrusos

A szauna extrém környezetben szervezetünk verejtékezéssel védekezik, a mérgeanyagok mellett számos ásványi anyag is távozik a szervezetből. A szaunamester ezért friss gyümölcscsel kínálja meg a vendégeket a szaunában a bőr átdörzsölésére, majd megkóstolásra is. A vitaminok és ásványi anyagok a szaunázást követően sokkal intenzívebben szívódnak fel.

## Tia Maria

kávéval felpörgetve

Szauna koktélunk első hétvégi felöntésén a kávé egyedi illata keveredik a csokoládé likőr és vanília aromájával. A testet, lelket és érzékeket ébresztő szeánsz méregtelenítő és stresszoldó hatása mellett kitűnő hangulatjavító is.



## Tequila Sunrise

az élet sója

Rövid előizzadást követően, miközben a Tequila vérpezsdítő aromája lengi át a szaunát – a vendégek verejtéktől nedves bőrüket – a szaunamester által kiosztott finomított himalájai sóval dörzsölik be. A himalájai só természetes testradírként használva megszabadulnak az elhalt hámsejtektől, ezáltal bőrük egészségesebbé válik. A só aktívabbá teszi a verejtékmirigyeket is, ezzel is fokozva a méregtelenítést. Rengeteg nyomelem és ásványi anyag található benne, amely a kitágult pórusokon keresztül könnyedén szívódik fel bőrünkbe. Újjávarázsolja, feszesíti a bőrt, csökkenti a cellulitisz tüneteit.

## After Eight

menta az esti érzékek ébredéséért

Az esti fürdővarázs party első felöntése a menta és a csokoládé aromájával az érzékeket célozza meg. A mentol hűsítő és tisztító hatásának köszönhetően a légutak és az elme is felfrissül. A csokoládé illata endorfint, boldogsághormont szabadít fel, miközben szaunamesterünk szaunazászlójával folyamatosan kavarja a forró levegőt.



## Pina Colada

trópusi hangulatban

A felöntés előtti hastánc bemutató vidám folytatásaként megidézzük a forró, trópusi hangulatot a szaunában. A fehér rum karakteres aromája keveredik a déli gyümölcsök friss illatával. Immunrendszer és közérzetjavító hatás mellett szaunamesterünk gondoskodik a feledhetetlen hangulatról, melyet a kókusszal megszórt friss ananász teszi fel a koronát.

## Chocolatte - flip

édes érzés (gőzkabin)

A többi szeánsszal ellentétben itt nem a finn szaunakabinban, hanem 45 °C-os gőzkabinban zajlik a program. A vendégek csokoládékrémmel kenik be testüket, amely a melegben és a magas páratartalom hatására lassan elolvad és felszívódik a bőrükön. Finom illatával elbódít, felemel a mindennapok szürkeségéből. A csokoládében található kakaóvaj magas antioxidáns tartalma miatt kiváló bőröregedés gátló. Látványosan javítja a fáradt és igénybe vett bőr minőségét.



# Yoghurt Dream

## joghurtos gőzölés (gőzkabin)

Aktív bőrápoló programjaink közé tartozik a szintén gőzkabinban zajló felöntés. Néhány perces előizzadás után - a méz és vanília aromájával körülölelve – a szaunamester mézes-joghurtot csorgat a vendégek kezébe, melyet a bőrükre kenve végzik a szeánszot. A meleg és az élőflórás joghurt hatására a bőr selymessé, egészséges kinézetűvé válik. Kitűnő program a szombat este méltó lezárásaként.

# Szauna felöntések típusai

---

## Sörös felöntés:

A szaunamester sört locsol a kályhára, és sült kenyérhez hasonló illat járja át a szaunát. A sörben található E és D vitamin szabadul fel, melyek selymessé teszik a bőrt.

## Vitaminos:

A szauna extrém környezetében szervezetünk verejtékezéssel védekezik, és számos ásvány anyag távozik a szervezetből. A felöntésekhez használt vízbe narancs-, eukaliptusz-, vagy citromolajat keverünk. A szaunamester friss gyümölcscsel kínálja meg a vendégeket a szaunázás végén, mert ilyenkor a vitaminok jobban felszívódnak.

## Jeges felöntés:

Az intenzív forró finn szauna levegője, és a jég ellentéte, valamint a szaunamester technikájának köszönhetően testünkön többszöri jóleső borzongás fut végig szaunázás közben, mely hatására boldogsághormonok szabadulnak fel.

## Sós felöntés:

A verejtéktől nedves bőrünket a szaunamester által kiosztott tengeri sóval dörzsöljük be, így megszabadulunk a szaunázás alatt megduzzadt és elhat hámsajtóktól és 3 millió verejtékmirigy válik sokkal aktívabbá. Utána javasolt a mézes felöntésen való részvétel is.

## Mézes felöntés:

A finn szauna melegét és a virágméz jótékony hatását egyesítve a szaunamester művészi munkájával, bőrünk fellélegzik selymessé válik, és újjászületik, miután testünket bekentük mézzel.

## Afrodiziákumos felöntés:

Olyan aromákat és gyümölcsöket használunk, melyek természetes afrodiziákumként hatnak szervezetünkre. A felöntésekhez használt vízbe hangulatjavító és élénkítő hatású illóolajokat keverünk. A szaunamester friss vágó- és vérkeringést fokozó gyümölcscsel kínálja meg a Vendégeket.

## Csokoládés felöntés a gőzfürdőben:

A csokoládékrémet a 15-20 perces felöntés alatt a gőzfürdőben alkalmazzuk, mert az egyenletes nedvesség és hő hatására az összetevők nagyon jól behatolnak a bőrbe. Az eredmény egy nagyon sima, ápolt, bársonyos, puha bőr. A csokoládé több, mint 300 értékes összetevőt tartalmaz, sejtépítő anyagokat, proteint, esszenciális zsírsavakat, ásványi anyagokat, polifenolokat, amelyek segítenek megelőzni a bőr öregedését. A természetes kakaóvaj és mandulatej hozzáadásával a bőrt esszenciális zsírokkal és nedvességgel tápláljuk. A fáradt és száraz bőr kipihen magát.