

Sauna- Ordnung

1. Bitte gehe vor jedem Saunagang duschen. Nach dem Saunagang empfehlen wir eine kalte Dusche und ein warmes Fußbad.
2. Wir gestatten keine Salzabreibungen in der Sauna und der Dusche.
3. Unsere Sauna ist eine textilfreie und duftfreie Sauna, bitte bringe daher ein ausreichend großes Badetuch als Unterlage mit und verwende keine Aufgüsse oder Duftöle.
4. Wir empfehlen dir eine Saunazeit zwischen 8 und 12 Minuten. Wenn du dich nicht wohl fühlst, unterbreche deinen Saunagang rechtzeitig.
5. Gönn deinem Körper bis zum nächsten Saunagang oder zum Abschluss deines Saunatages immer 10 bis 15 Minuten Ruhe.
6. Das Rauchen ist auch auf dem Balkon nicht gestattet.
7. Ein Gespräch in der Sauna ist nicht schlimm, stört aber eventuell andere Saunagäste beim Entspannen, bitte nimm hier Rücksicht.