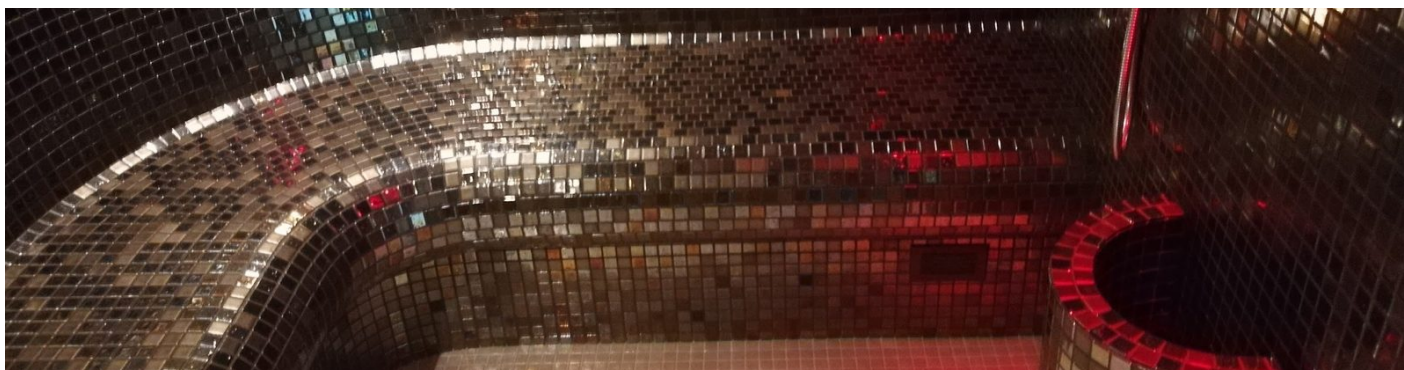




Łaźnia parowa

Niższa temperatura, ale wilgotność bliska 100%. Para skrapla się na skórze, więc 45 °C odczuwasz jak dużo więcej.

 40–50 °C TEMPERATURA	 ok. 100% WILGOTNOŚĆ	 10–20 min JEDNO WEJŚCIE	 1–3 WEJŚCIA
---	--	--	--

01 Przed

-  Nie wchodź po alkoholu ani z pełnym żołądkiem.
-  Weź ciepły prysznic — wycierać się nie trzeba.
-  Spłucz siedzisko chłodną wodą — higienicznie i przyjemniej w dotyku.

02 W łaźni

-  Oddychaj spokojnie, najlepiej nosem. Brakuje tchu — wyjdź.
-  Trzymaj się z dala od dyszy i nie zasłaniaj jej — para ma blisko 100 °C.
-  Gdy skóra zmięknie, to dobry moment na peeling.
-  Zapachy tylko przez dozownik.
Nigdy nie wlewaj olejków do generatora pary.

03 Po wyjściu

-  Spłucz siedzisko.
-  Chłodny prysznic, stopniowo — od stóp w stronę serca.
-  Odpocznij co najmniej 20 minut w szlafroku.
-  Pij wodę.



Wyjdź od razu, gdy czujesz zawroty głowy, nudności, kołatanie serca albo brakuje ci tchu.

Zawsze

- Nie po alkoholu ani lekach nasennych. Nie zasypiaj, najlepiej nie w pojedynkę.
- Dzieci tylko pod opieką dorosłego — krócej.
- **Podłoga jest śliska** — chodź ostrożnie.
- Eukaliptus i mięta mogą szkodzić astmatykom i małym dzieciom.
- Przy gorączce, infekcji skóry i otwartych ranach — nie korzystaj.

Dbanie na co dzień

- Po każdym użyciu ściągnij wodę, zostaw włączony wyciąg i uchylone drzwi.
- Regularnie myj powierzchnie środkiem do stref mokrych, czyść dyszę z kamienia.
- Generator serwisuj według instrukcji. Nie dokładaj zmiękczacza ani filtra wody bez konsultacji — może przestać działać.



Najpierw zapytaj lekarza przy chorobach serca, krążenia i płuc, astmie, zylakach, nieuregulowanym ciśnieniu, w ciąży oraz przy lekach na serce, na ciśnienie lub moczopędnych.

Twoja instalacja

DATA MONTAŻU

UWAGI

SERWIS, TELEFON