

## Парна баня

Написано от administrator

Събота, 24 Март 2012 00:30 - Последна промяна Неделя, 25 Март 2012 20:29

---



Парната баня може да бъде категоризирана като влажен вариант на сауната.

Освен, че е идеален начин за прочистване на тялото от вредните вещества чрез струя нагрята пара под налягане, тя има и противовъзпалително, резорбтивно, хидратиращо и болко-успокояващо действие. Както при сауните, така и тук може да се приложи ароматерапия с билки и етерични масла за пълна душевна и физическа релаксация на организма.

Препоръчително е комбинирането ѝ с таласотерапевтични процедури. Ефекта ще е несравним.

Посещавайки „**World Class Fitness**“ не я пропускайте!