

Sauna seansa

Saunovanie sa stane zážitkom

Sauna Seansy® vyvolajú v suchej aj parnej saune „ducha“ dobrej nálady a dobrého duševného stavu. Na tento program saunovania používame výraz „Poliatie“ doslovným prekladom nemeckého výrazu „Aufguss“. Počas Sauna Seansy® sa majster sauny zdržuje spolu s hosťami v saune, postupne zvyšuje teplotu kabíny dávkovaním aróm, tým zabezpečujúc aklimatizáciu hostí. Zabezpečuje individuálnu ventiláciu, svojou sauna vlajkou a osuškou mieša horúci vzduch okolo hostí. Počas poliatia majster sauny srdečne odpovie na vyskytujúce sa otázky, ktoré sa týkajú saunovania. Okrem toho dohliada na sauna oddelenie, a kontroluje pravidlá správneho a hygienického saunovanie.

Sauna Seansa® sa ďalej líšia od tradičného saunovania aj v tom, že vďaka majstra sauny na Sauna Seansoch® je väčšinou konverzácia, vtipkovanie. Programy nasledujúce po sebe sú čoraz viac intenzívnejšie. Dĺžka jednotlivých programov je maximálne 12-15 minút, ale keď niekto cíti, že mu bolo dosť, kludne môže opustiť saunu. Po saunovaní nasleduje chladenie, nakoniec relaxácia.

Stante sa Majstrom Sauny vo svojej saune

Ledva znesiteľná horúčava, stekajúce kvapky potu, jedinečná regenerácia. To je sauna: prevencia a liečba v jednom. Pre človeka modernej doby znamená v prvom rade miesto úplného uvoľnenia, relaxácie, kde striedaním chladného a horúceho vzduchu cievy a póry sa najprv rozširajú, potom sa uzavria, a nadmerným potením sa telo zbavuje toxínov. Pravidelným saunovaním sa môžeme zbaviť aj účinkov stresu, produktom nášho zrýchleného sveta.



Sauna Show

Sweet Honey – medový dotyk

Medová seansa zhŕňa v sebe teplo sauny, vôňu aromatických éterických olejov a koňaku, a blahodarné účinky kvetového medu. Po krátkom „predpotení“ natierame našu pokožku medom stekutým vplyvom tepla, ktorý sa cez póry vstrebáva. Minerálne látky vyživujú našu pokožku, zanechajú ju hodvábnu a zdravú.

Ice Mint Kamikaze

Ľadový kontrast intenzívne horúceho vzduchu a ľadu – spolu s technikou majstra sauny – má osviežujúci vplyv a povzbudzuje krvný obeh. Vďaka mäty priepornej sa dýchacie cesty vyčistia. Striedaním tepla a chladu sa stimuluje organizmus, pociťujeme príjemné mrazenie, vplyvom čoho sa vyplavujú hormóny šťastia.



Citrus Cooler

osviežujúci citrus

Naše telo sa bráni extrémnym podmienkam v saune potením, pričom sa z nášho organizmu vylučujú nielen toxíny, ale aj mnoho minerálnych látok. Preto majster sauny v saune ponúka čerstvé ovocie najprv na pretrenie pokožky, potom aj na ochutnanie. Vitamíny a minerálne látky sa vstrebávajú po saunovaní oveľa intenzívnejšie.

Tia Maria

inšpirovaná kávou

Pri prvom víkendovom poliatí nášho sauna-koktailu sa mieša jedinečná vôňa kávy s aromami čokoládového likéru a vanílie. Seansa povzbudzujúca telo, dušu a myseľ má nielen detoxikačné a protistresové účinky, ale má vynikajúce účinky v zlepšovaní nálady.



Tequila Sunrise

soľ života

Po krátkom „predpotení“ – pričom sa vo vzduchu sauny vznáša povzbudzujúca aroma Tequily – hostia vtierajú do spotenej pokožky jemnú himalájsku soľ, ktorú im ponúka majster sauny. Himalájska soľ používaná ako prirodzený telový peeling zbavuje pleť odumretých buniek podkožia, čím bude naša pokožka zdravšia. Soľ aktivuje naše potné žľazy, tým zvyšuje detoxikáciu. Obsahuje mnoho stopových prvkov a minerálnych látok, ktoré sa do pokožky ľahšie vstrebávajú cez rozšírené póry. Obnovuje, spevňuje pokožku a znižuje stopy celulitídy.

After Eight

mäta na zobudenie podvečerných zmyslÍ

Prvé poliatie večerného čarovného kúpeľa s aromou mäty a čokolády zamieri na zmysel. Ochladzujúcimi a čistiacimi účinkami mäty sa osviežia dýchacie cesty a zmysel. Vôňa čokolády uvoľní endorn, hormón šťastia, pričom majster sauny svojou vlajkou neustále mieša horúci vzduch.



Pina Colada

v tropickej nálade

Po veselom predstavení brušného tanca program pokračujeme v saune, kde vytvoríme horúcu, tropickú atmosféru. Charakteristická aroma bieleho rumu sa mieša so sviežou vôňou južného ovocia. Zosilňuje náš imunitný systém a zlepšuje náladu, navyše majster sauny sa stará o nezabudnuteľnú náladu, ktorú korunuje čerstvý ananás posypaný kokosom.

Chocolatte - flip

sladký pocit (parná kabínka)

Na rozdiel od ostatných seans tento program sa neodohráva vo fínskej kabíne, ale v parnej kabíne pri teplote 45 °C. Hostia si na telo natierajú čokoládový krém, ktorý sa v teple a pri vysokej vlhkosti roztopí a vstrebáva cez pokožku. Svojou chutnou vôňou nás omámi, vyzdvihne nás zo šedej každodennosti. Čokoláda obsahuje kakaové maslo, ktoré vďaka vysokému obsahu antioxidantov výborne zabraňuje starnutiu pokožky. Očividne zlepšuje kvalitu unavenej a poškodenej pokožky.



Yoghurt Dream

Jogurtová para (parná kabínka)

Tento program patrí medzi programy aktívnej starostlivosti o pleť, odohráva sa v parnej kabíne. Po niekoľkominútovom predpotení – obklopení aromou medu a vanilky – majster sauny vleje malé množstvo medového jogurtu do rúk hostí, čo počas seansy nanášajú na svoju pokožku. Vplyvom tepla a živej kultúry v jogurte sa pokožka stáva hodvábne jemnou a zdravo vyzerajúcou. Vynikajúci program na hodné ukončenie sobotňajšieho večera.

Typy sauna naliatí

Pivná show:

Majster sauny polieva kachle pivom, pričom vôňa pečeného chleba preniká celou saunou. Vitamíny D a E nachádzajúce sa v pive uvoľnia a robia pokožku hodvábnu.

Vitamínová show:

Naše telo sa bráni extrémnym podmienkam v saune potením, čím sa mnohé minerálne látky vylučujú z organizmu. Majster sauny primieša pomarančový, eukalyptový a citrónový olej do vody, ktorú používa pri programe. Na konci show ponúka hosťom čerstvé ovocie, lebo vitamíny sa vtedy lepšie vstrebávajú.

Ľadová show:

Vo fínskej saune je kontrast horúceho vzduchu a ľadu a vďaka technike majstra sauny príjemné mrazenie prebehne cez celé telo. Tento efekt spôsobuje uvoľnenie hormónov šťastia.

Solná show:

Morskú soľ ktorú ponúka majster sauny sa vtiera do spotenej pokožky, čím sa zbavíme odumretých buniek podkožia (epidermy) a aktivujeme viac ako 3 milióny potných žliaz. Po tom je odporúčaná účasť aj na medovej show.

Medová show:

Spojením tepla fínskej sauny, blahodarného účinku kvetinového medu a umeleckej práce majstra sauny si naša pokožka oddýchne, stane sa hodvábnejšou a znovuzrodí sa.

Afrodiziaková show:

Používame také afrodiziaky a ovocie, ktoré majú prirodzený afrodiziakový vplyv na náš organizmus. Do vody použitej na poliatia sa dávajú éterické oleje, ktoré zlepšia náladu a majú povzbudzujúce účinky. Majster sauny ponúka hosťom také čerstvé ovocie, ktoré zvyšujú sexuálnu túžbu a krvný obeh.

Čokoládová show v parnej kabínke: Čokoládový krém používame v parnej kabínke, kde zložky krému veľmi dobre prenikajú do pokožky počas 15-20 minútovej procedúry pri rovnomernej vlhkosti a teplote. Výsledok je veľmi hladká, pestovaná, zamatovo jemná pleť. Čokoláda obsahuje viac ako 300 hodnotných komponentov. Obsahuje látky podporujúce tvorbu buniek, esenciálne mastné kyseliny, minerálne látky a polifenoly, ktoré zabraňujú starnutiu pokožky. Aplikáciou prírodného kakaového masla a mandľového mlieka dodávame našej pleti potrebnú masť a vlhkosť.