

SAUNOVÁNÍ V LÉTĚ

...saunování zvyšuje odolnost těla vůči teplotním změnám a posiluje termoregulační schopnost organismu.

...tělo lépe reaguje na vyšší venkovní teploty – méně se potíme a jsme méně náchylní k nepříjemným následkům spojených s přechody z tepla do zimy a naopak (nachlazení, bolest v krku, angína...).

...po ochlazení těla, nejlépe vlažnou až studenou vodou, se tělo přestává potit. Venku se tak po saunování budete cítit příjemně, bez ohledu na tropické počasí.

...tělo skvěle regeneruje při relaxaci v přírodě na slunných či stinných zónách na čerstvém vzduchu.

LETNÍ SAUNOVÁNÍ

V NOVÉM VENKOVNÍM SAUNOVÉM SVĚTĚ



BYLINKOVÁ SAUNA • FINSKÁ PANORAMATICKÁ SAUNA • MEDOVÁ SAUNA • SADOVÁ SAUNA • CEREMONIÁLNÍ SAUNA • OCHLAZOVACÍ JEZÍRKO • RELAXAČNÍ ORANŽERIE • FRESH BAR • SLUNNÉ OPALOVACÍ ZÓNY • SAUNOVÉ CEREMONIÁLY • MASÁŽE • ZÁŽITKOVÉ BALÍČKY • WELLNESS POBYTY

KUDY SE K NÁM DOSTANETE



D1 sjezd 21 km
(parkoviště
zdarma)



zast. Senohraby na trase
Praha hl. nádraží – Benešov
(cca 10 min pěšky)



cyklostezka
Praha – Mnichovice
(cyklostojany připraveny)