

岩盤ロウリュ

～1F 岩盤浴『炉』にて連日開催～

サウナストーブにアロマを含んだ水かけることによって蒸気を生じさせ、タオルやうちわで扇ぐことにより香りと熱風を送り一気に発汗を促すものです。
マイナスイオンを含んだ熱気が身体の新陳代謝を促進させ、身体内の老廃物を大量の発汗で取り除かせる効果があります。
アロマを含んだ蒸気を吸うことにより精神のリラックスにも役立ちます。

開催時間

※予告なしに中止する場合がございます。ご了承下さいませ。

① 15 : 00 ② 18 : 00 ③ 21 : 00

① まずはお風呂で体をきれいに。
湯上がり後は水分補給を忘れずに。
ロウリュの時間になったら
岩盤浴『炉』で待ちましょう。

② ロウリュを楽しみましょう。
10分程度のロウリュです。
具合が悪くなったら
直ぐに岩盤浴から出ましょう。

❗ 下記の方はご利用できません ❗

- ① 小学生以下のお子様
- ② 心臓の弱い方、ペースメーカーを装着の方
- ③ 飲酒されている方
- ④ 妊娠中・生理中の方
- ⑤ 空腹の方
- ⑥ 体調の悪い方
- ⑦ 医師から入浴を禁じられている方

脱水症防止のため、水分補給は十分に行ってください。

熱波による低温やけどにお気をつけください。