SAUNAGUS

Onsdage fra 16.30

Opstart 6/10-21, efterfølgende hver onsdag i den offentlige åbningstid v. Jan H.P.

Der vil blive kørt 3 omgange gus á 5-7 minutters varighed med 10 minutter mellemrum til at trække luft og komme i det kolde vand.
I løbet af en session vil der blive brugt 2-3 forskellige dufte og Jan vil undervejs fortælle historier om bl.a. olierne, virkningen af gusen osv.

Adgang v. køb af billet til svømmehal

Den 1. onsdag i måneden vil være en særlig gus, hvor Jan fx tager ekstra rekvisitter med eller kører et særligt tema med olierne.

OBS: Saunagus anbefales ikke til gravide eller personer med hjertekarsygdomme!

12 ANSVARLIGT FORBRUG OG PRODUKTION
6 RENT VAND OG SANITET
7 BÆREDYGTIG ENERGI
3 SUNDHED OG TRIVSEL

DANHOSTEL RØDDING CENTRET

Meget mere end en overnatning

Søndergyden 15 6630 Rødding Tlf. 73 84 54 00 Post@rcentret.dk www.rcentret.dk