

Solegrotten, Salzkabinen & Floating Sauerstoff & Ionisation

Durchatmen – Entspannen - Aufblühen

Sauna • Infrarot • Dampfbad • Whirlpool • Erlebnisdusche • Solarium • Sole • Massage • Planung • Technik • Full-Service

Verschiedene Salzanwendungen



Sauna- bzw.
Infrarotwärmekabinen



Dampfbad (aus
Keramik oder Acryl)



© PlanetSpa

Gradierwerk



Ruheraum

Salzkabine als
Wärmeraum
(ähnlich Tepidarium)



Schwebebad/
Floatingpool



Salzziegel



Sole-Inhalation



Sauerstoff-
Ionisation

Definitionen

Solegrotten und Salzkabinen werden im Wellness-Markt unterschiedlich definiert.

- **Sauna- bzw. Infrarotwärmekabinen**
(aus Holz) mit Solevernebler und/oder Sauerstoffionisator
Sehr trocken, 40 - 60° C
- **Dampfbad (aus Keramik oder Acryl)**
mit Solezerstäuber.
Sehr feucht, ca. 45° C, ca. 100% rel. Luftfeuchte
- **Wärmeräume (ähnlich dem Tepidarium)**
aus Keramik und/oder Holz mit teilweiser oder vollständiger Salzsteinauskleidung,
dekorativem Kamin oder Salzfeldern.
Relativ trocken und mild-warm bis fast heiß
- **Ruhe- und Inhalationsräume**
aus Salzriegeln und Sprühsalz-Stalagtiten sowie Streusalzboden.
Trocken und kühl
- **Floatingpools**
große Wanne in einem abgeschiedenen Raum, die mit stark salzhaltigem Wasser - also Sole -
gefüllt ist. Man legt sich hinein und wird vom Salzwasser getragen. Auf diese Weise erreicht
man einen einzigartigen meditativen Zustand.

Die Komponenten

Salz

Salze sind lebenswichtig für den Körper und Stoffwechsel. Sie bestehen je nach Herkunft aus verschiedenen Mineralstoff-Zusammensetzungen.

Neben Kochsalz aus der Ernährung kennen wir Salzleuchten als dekorative Elemente, Solebäder in Heilkurorten, Schüssler-Salze in der Naturheilkunde, oder die Sole-Inhalation in der Lungen- und Hautmedizin.

Salz wirkt schleimlösend und ist essentiell notwendig für viele Stoffwechselfvorgänge. Salz ist ein Elektrolyt.

Sauerstoff

Sauerstoff ist neben Wasser und Salz das wichtigste Element, ohne das Menschen, Tiere und viele Organismen nicht existieren könnten.

Sauerstoffmangel führt z.B. zu Erschöpfung, Konzentrations- und Immunschwäche oder geringerer Stoffwechselftigkeit.

In unserer moderne schnelllebigen Zeit befinden wir uns häufig in geschlossenen Räumen mit stickiger, abgestandene Luft. Die Luft in unseren Großstädten ist mit Abgasen belastet. Viele Menschen haben kaum mehr Gelegenheit für ausgiebige Aufenthalte im Grünen. Bewegungsmangel hindert zusätzlich die Aufnahme von Sauerstoff in den Organismus.

Ionisation

Ionen sind elektrisch geladene Atome oder Moleküle. Negativ geladene Sauerstoff-Atome kommen in der Natur verstärkt nach Gewittern, an der Meeresbrandung oder in den Bergen vor.

Nach einem Gewitter z.B. spürt man deutlich die gereinigte Luft, sie ist wie „elektrisiert“.

Negative Luft-Ionen bewirken eine Luftklärung und –reinigung. Sie fördern bessere Sauerstoffaufnahme im Körper und damit Regeneration und Vitalisierung des gesamten Stoffwechsels.

Fortsetzung folgt...

Wenn Sie uns eine kurze Mail schicken, senden wir Ihnen die gesamte 24-seitige Präsentation gerne zu!

Bitte klicken Sie dazu auf diesen Link: graf@graf-wellness.de