

Circuito spa, no indicamos el tiempo máximo ni mínimo porque la sensibilidad y sensaciones de cada persona son diferentes, aconsejamos un uso consciente y responsable de cada pauta

1. Ducha previa.
2. Baño de vapor
3. Ducha secuencial bitérmica.
4. Bañera de hidromasaje
5. Ducha cubo
6. Sauna seca
7. Pediluvio.
8. Ducha nebulizada.
9. Baño de vapor
10. Tumbona Relax

Circuito post entreno, no indicamos el tiempo máximo ni mínimo porque la sensibilidad y sensaciones de cada persona son diferentes, aconsejamos un uso consciente y responsable de cada pauta

1. Ducha previa.
2. Baño de vapor.
3. Ducha gran caudal
4. Sauna seca
5. Ducha cubo
6. Bañera hidromasaje.
7. Ducha nebulizada.
8. Tumbona Relax.