



Beauty & Wellness

Centrum Tholen

Sauna rondgang

Om optimaal effect te hebben van een sauna rondgang is het van belang dit zo goed mogelijk te doen. Dit schema geeft in de juiste volgorde hoe u dit doet. Kortgezegd komt het er op neer dat u zichzelf opwarmt en weer afkoelt. U traint hiermee uw lichaam wat gunstig gevolgen heeft voor o.a. uw weerstand, spieren, stofwisseling en bloedcirculatie.



Heerlijk genieten van het **échte wellness gevoel**
in privé spa Tholen