ALLES FÜR DEINEN

Saunabesuch



EIN GROSSES HANDTUCH

im besten Fall so groß, dass du dich komplett drauflegen kannst, ohne dass dein Schweiß auf die Sitzflächen gelangt.

ZWEI KLEINERE HANDTÜCHER

kannst du evtl. als Kopfkissen nutzen oder um den Hals legen um dir den Schweiß aus dem Gesicht zu wischen.

BADEMANTEL

das dein Körper in der Ruhepause immer schön warm bleibt.

SOCKEN

verhindern kalte Füße in der Pause.

BADESCHLAPPEN

der Weg zur Dusche kann sehr glitschig sein und natürlich auch aus hygienischen Gründen.

GETRÄNKE WASSER, TEE ODER AUCH FRUCHTSCHORLEN.

Weil du gefühlt mehr Flüssigkeit verlierst als ein voller Planschbecken.

SNACKS

kleine Snacks für zwischendurch.

SHAMPOO UND DUSCHGEL

für vor und nach dem Saunieren.

KÖRPERCREME-ÖL

deine Haut braucht jetzt besonders viel pflege, vorallem weil ihr hierdurch Wasser entzogen.

EIN SAUNA HUT

schützt vor der Hitze, vor allem bei Aufgüssen.

BUCH

um in den Pausen mal auf andere Gedanken zu kommen.

Viel Spaß in der Sauna P.S.: Handy ist generell im Saunabereich verboten, schon aus dem Grund, dass heimlich Fotos gemacht werden könnten. Also eigentlich ein echter Gamechanger - dem ganzen mal zu entfliehen.