

Rentouttava hengähdyshetki Super ao 814, 818 ja 819 jäsenille!

Ammattiosasto tarjoaa jäsenilleen mahdollisuuden hyvinvointiin ja palautumiseen.

Olemme varanneet yksityisiä ryhmähoitoja Helsingin Suolahuoneelta.

Suolahuonehoito on luonnollinen tapa hoitaa hengitysteitä, helliä ihoa ja nollata stressitasot kiireen keskellä.

Tiistai 7.4. klo 17:00 (5 paikkaa) ja klo 18:10 (5 paikkaa)

Tiistai 14.4. klo 17:00 (5 paikkaa) ja klo 18:10 (5 paikkaa)



Paikka: Koroistentie 4, C-talo (katutaso), 00280 Helsinki.



Omadestuu: 10 €

Ilmoittautumiset: mikaela.purtilo@hel.fi

(Toimi nopeasti, paikkoja on rajoitetusti!)

Hyvä tietää hoidosta:

Pukeutuminen: Voit osallistua hoidon aikana normaaleissa sisävaatteissa tai vaihtaa kevyempiin (esim. shortsit/t-paita). Huoneen lämpötila on n. 22 astetta.

Tehokas ihonhoito: Mitä enemmän ihoa on paljaana, sitä paremmin hienojakoinen suolapöly pääsee ihoaukosiin. Suola ei näy vaatteissa hoidon jälkeen.

Suolainen jalkakylpy: Huoneen lattialla on vuorisuolaa. Voit käyttää omia sukkia + talon tossuja **TAI** ottaa mukaan ohuet nylon-nilkkasukat, jolloin suola pääsee sukan läpi hellimään jalkojasi (kuivajalkakylpy).

Tule mukaan nauttimaan hiljaisuudesta ja puhtaammasta hengityksestä!

