



KAN EEN INFRAROOD SAUNA HELPEN BIJ EEN BETERE GEZONDHEID?

De zon is de belangrijkste energiebron op aarde. Tijdens een warme zomerdag ervaren we de weldaad van de zonnestrallen op onze huid. Een infraroodcabine werkt op eenzelfde manier als de zon: u krijgt volop positieve energie! Dit kan positief zijn voor de gezondheid. De infraroodstralers van een infraroodcabine verwarmen u van binnenuit en hebben daardoor een betere dieptewerking dan een traditionele sauna. Klinische studies tonen aan dat infraroodwarmte verlichtend kan werken bij spier- en gewrichtspijnen. Maar doordat u in een infraroodcabine ook flink transpireert, reinigt u uw lichaam en verbetert u uw weerstand. Wist u dat u in een infrarood sauna tot 7 keer méér gifstoffen kwijtraakt?

EEN INFRAROOD SAUNA KAN UITKOMST BIEDEN BIJ FIBROMYALGIE

Bij de introductie van de infrarood sauna waren de meeste wetenschappers, reumatologen en therapeuten erg terughoudend over het gebruik van de infrarood sauna. Nu meer dan 30 jaar later zijn steeds meer wetenschappers en therapeuten erg positief over de werking van een infrarood sauna bij mensen die lijden aan fibromyalgie. Voor meer informatie hierover ga naar:

<https://www.supersauna.nl/fibromyalgie-infraroodcabine>

DE INFRAROOD SAUNA VOOR NA HET SPORTEN

Bij (sport) blessures herstellen spieren sneller bij regelmatig gebruik van een infraroodcabine. Maar ook als men een buitensport beoefent is het heerlijk om voor het sporten even gebruik te maken van de infraroodsauna. Daarnaast bevordert het gebruik van de infraroodcabine de stofwisseling. Veel artsen bevelen het gebruik van infrarood therapie aan bij sportblessures en chronische pijnen wat door klinische studies is aangetoond.

GEBRUIK INFRAROOD SAUNA

De infrarood sauna is voor iedereen beschikbaar, informeer indien u gezondheidsklachten heeft de arts of het ook voor u geschikt is. Om optimaal te genieten adviseren wij u een verblijf van tussen de 15 tot 30 minuten. Voor kom over verhitting van uw lichaam en koel daarom na het gebruik van de infrarood sauna goed met koud water.

Wij wensen u een prettig verblijf in onze infrarood sauna.