HELVETURANT -----

Floatingregeln

- ✓ Duschen Sie lauwarm
- Wenn Sie möchten stehen Wasserdichte
 Ohrstöpsel zu Verfügung
- Nach dem Einstieg in das Becken, schliessen Sie den Deckel, damit die Wärme in der Kapsel bleibt.
- ✓ Die Füsse nach unten, der Kopf bleibt beim Deckel
- Eine Nackenstütze muss nicht verwendet werden, Sie können diese aber Nutzen, falls Sie sich wohler fühlen
- Entspannende Musik und leichtes Licht begleitet Sie am Anfang und «weckt» Sie wieder gegen Ende der Session
- Geniessen Sie 60 Minuten schwereloses floaten und lassen
 Sie sich gehen, damit Sie in die Tiefenentspannung fallen
- Sollte Solewasser in die Augen kommen, können Sie die Augen mit einem nassen Tuch auswaschen
- ✓ Schwarzer Knopf links Licht

rechts Alarm

- Nach der Session verlassen Sie langsam das Becken und schliessen den Deckel
- Gut duschen die Ohren jeweils 5 Sekunden mit der Brause ausduschen, damit keine Salzkristalle im Ohr bleiben
- Ohren mit den bereitgestellten Ohrenstäbchen reinigen

Wollen Sie mehr über Floating erfahren? So scannen Sie doch einfach diesen QR-Code



BAINVGNU



Hotel **HELVETIA AG** Fam. Grond (4. Generation) Via Maistra 30 CH-7537 Müstair TEL +41 81 858 55 55

info@helvetia-hotel.ch www.helvetia-hotel.ch