

# 遠赤外線サウナ・自動ロウリュ



当館の遠赤外線サウナは自動ロウリュです。噴射口からサウナストーンにナノ水を掛け、同時に循環ファンで熱風を送ります。この熱風により体感温度を一気に上昇させ、発汗を促します。毎月25・26日はアロマ水での自動ロウリュを開催します。

## 男湯

### 自動ロウリュ開催時間

平日

11:00 / 13:00 / 15:00 /  
17:00 / 19:00 / 21:00

土日祝

9:00 / 11:00 / 13:00 / 15:00 /  
17:00 / 19:00 / 21:00

自動ロウリュは約5分間のイベントです。

## 女湯

### 自動ロウリュ開催時間

平日

12:00 / 14:00 / 16:00 /  
18:00 / 20:00 / 22:00

土日祝

10:00 / 12:00 / 14:00 / 16:00 /  
18:00 / 20:00 / 22:00

自動ロウリュは約5分間のイベントです。

※ロウリュ開催中は室内が大変熱くなりますので、気分のすぐれない方は無理をせず退室してください

※ロウリュとは、フィンランドの伝統的なサウナ入浴法です。加熱したサウナストーンに水をかけることで蒸気の熱波を発生させ一気に発汗を促します。このサウナ入浴法を自動で開催するシステムが自動ロウリュです。

# ロウリュ塩サウナ・オートロウリュ

## 男湯 オートロウリュ開催時間

平日

12:00 / 14:00 / 16:00 /  
18:00 / 20:00 / 22:00

土日祝

10:00 / 12:00 / 14:00 / 16:00 /  
18:00 / 20:00 / 22:00

オートロウリュは約10分間のイベントです。

- 体調の悪い方、肌の弱い方はご利用をお控えください。
- 高温設備等危険なところがありますので、小人・幼児の方のご利用はお断りしております。
- ご利用後は必ず汗を流してください。

## 女湯 オートロウリュ開催時間

平日

11:00 / 13:00 / 15:00 /  
17:00 / 19:00 / 21:00

土日祝

9:00 / 11:00 / 13:00 / 15:00 /  
17:00 / 19:00 / 21:00

オートロウリュは約10分間のイベントです。

- サウナストーンに水や塩をかけないでください。
- ご退室の際は、お体やイスについた塩を洗い流してください。
- 浴槽にはシャワーを浴びてからご入浴ください。

