

CIRCUITO TONIFICANTE LA CASA DEL AGUA SPORT

- 1. Ducha inicial.**
- 2. Sauna baño turco 5´-10´.**
- 3. Ducha contrastes.**
- 4. Sauna finlandesa 5´-10´.**
- 5. Cubo suizo.**
- 6. Duchas higienizantes.**
- 7. Vaso Termal.**
(Hidromasajes piernas, hidromasaje lumbar) 15´
- Estaciones 1,2**
- 8. Pileta de agua fría 1´. Estación 10**
- 9. Vaso Termal.**
(Cascada relajante, banco lumbar y relajante) 10´
- Estaciones 4, 7 Y 8**
- 10. Pasillo Pediluvios 5´.**
- 11. Zona de relajación 10´. Estación 9.**

Duración recomendada: 75 minutos

Nota: En caso de duda consulte con el socorrista.

CIRCUITO RELAJANTE LA CASA DEL AGUA SPORT

1. Ducha inicial

2. Sauna romana/baño turco 5´-10´

3. Ducha invierno y verano.

4. Sauna finlandesa 5´-10´

5. Ducha otoño e invierno.

6. Vaso Termal.

(Cascada relajante, chorro cervical, bancos relajantes y lumbares) 15´ Estaciones 3, 4,5 ,6 Y 7

7. Ducha estaciones.

8. Vaso Termal.

(Camas de relax) 10´ Estación 6

9. Zona de relajación 10´ Estación 9

Duración recomendada: 75 minutos

Nota: En caso de duda, consulte con el Socorrista.