



SPATERRA

Sauna Peelingsalz



Schritt 1

5 Minuten in der Sauna bleiben:

Anwendung: Gehen Sie in die Sauna und bleiben Sie für etwa 5 Minuten drinnen. Die Wärme öffnet Ihre Poren, was den weiteren Pflegeprozess erleichtert.

Wirkung: Während dieser Zeit wird Ihr Körper beginnen zu schwitzen, und die Poren der Haut öffnen sich, um Schmutz und abgestorbene Hautzellen besser abzugeben.



Schritt 2

Ganzkörperpeeling mit Peelingsalz:

Anwendung: Verlassen Sie die Sauna und nehmen Sie das Peelingsalz. Reiben Sie es gleichmäßig auf Ihrem gesamten Körper ein. Massieren Sie das Salz sanft in die Haut ein, um abgestorbene Hautzellen zu entfernen und die Durchblutung zu fördern.



Schritt 3

Rückkehr in die Sauna und Einmassieren des Salzes:

Anwendung: Gehen Sie wieder in die Sauna und verbringen Sie etwa 20 Minuten darin. Während dieses Zeitraums können Sie das Salz, das Sie aufgetragen haben, leicht in die Haut einmassieren, damit es weiter einwirken kann. Das Salz wird sich während des Saunagangs nach und nach auflösen.



Schritt 3

Kalt duschen:

Anwendung: Nach dem Saunagang duschen Sie sich mit kaltem Wasser ab, um die Poren zu schließen und den Körper zu erfrischen. Lassen Sie das aufgetragene Öl jedoch auf der Haut, da es weiterhin seine pflegenden Eigenschaften entfaltet.