

# Terapia prin plutire

## Recomandări



  
ANA SPA

WELLNESS SPA  
la CROWNE PLAZA  
BUCHAREST

Starea ta de bine este o prioritate pentru noi și de aceea ne dorim să îți creăm o experiență cât mai plăcută atunci când beneficiezi de serviciile noastre. Pentru o eficiență cât mai ridicată te rugăm să citești cu atenție următoarele recomandări referitoare la terapia prin plutire:

- Nu consuma alimente cu mai puțin de 90-120 minute înainte de începerea terapiei prin plutire și evită consumul de alcool, cafea, energizante și tutun;
- În cazul în care ai părul proaspăt vopsit, asigură-te că vopseaua de păr nu iese la spălat;
- Bărbieritul sau epilatul este recomandat să fie efectuat cu cel puțin 6-8 ore, respectiv 10-12 ore pentru epilare, înainte de începerea terapiei. În caz contrar, există riscul să simți un disconfort la contactul pielii cu apa sărată;
- Spală-te pe corp înainte de terapie și asigură-te că ai îndepărtat orice urmă de loțiune sau cremă de corp folosită, pentru a beneficia de o eficiență sporită a apei sărate asupra epidermei și pentru a asigura o igienă a apei;
- Dacă efectuezi terapia prin plutire în costumul de baie, te rugăm să îl clătești bine cu apă din abundență pentru a înlătura orice urmă de detergent sau alte substanțe;
- După efectuarea terapiei, clătește-ți corpul doar cu apă pentru a înlătura sarea și nu folosi loțiuni de corp pentru a spori efectul sării asupra epidermei. Spală părul bine cu șampon pentru a îndepărta sarea dacă nu ai folosit casca de protecție;

Pentru a avea parte de o relaxare profundă și o experiență cât mai frumoasă, îți oferim un ceai antioxidant pe care îl poți savura în zona de relaxare.

Îți mulțumim,

Echipa Ana Spa