

特別イベント

Löyly

ロウリュ

悠久の歴史と厳しい自然環境で知られる、北欧フィンランド。

サウナ入浴は、この地を発祥に 2000 年もの永い年月に育まれてきた伝統的な健康法です。

その本場・フィンランドで生まれの湿式サウナがロウリュです。

日本で主流の高温乾式サウナと違い、熱したサウナストーンに水をかけて熱気（ロウリュ）

を発生させ、体感温度を上げて発汗を促します。このため、サウナ室自体の温度は変わら

ないので、高温乾式サウナの息苦しい・肌がぴりぴりするといったストレスを感じるこ

と無く、中～高温サウナ入浴を楽しめます。

高温熱による血行の促進が内臓器官の機能を活発にするため、食欲不振になりがちな方や、

疲れやすい体質の方に効果的です。

普段、サウナをご利用されない方も是非、この機会にお楽しみください！

1回目 17:00 2回目 19:00