

セルフ式ロウリュの方法



まずはまわりに
ひと声かけましょう。

ロウリュを行うと急激に室内の温度が上昇します。

まずはサウナ室内の方に
「ロウリュしてもよいですか？」の
ひと声がマナーです。



柄杓に少しの水を汲んで
真上からゆっくりサウナストーンに
かけましょう。

多くの水を一気にかけたり、横からかけたりすると
やけどやストーブ故障の原因となります。

充分にご注意願います。