

Infrarotwärme auch im Sommer

Nun sollen sie kommen, die heißen Tage – und es wird auch ohne Sauna und Infrarotkabine geschwitzt. Immer wieder werden die Mitarbeiter von Well & Fit, Andrea Littau, darauf angesprochen, dass nun der Wellnessbereich Sommerpause hat. Das ist aber nur teilweise richtig, denn hier bei uns gibt es selten lange Hitzeperioden. Jeder erinnert sich bestimmt daran, dass so mancher Sommerausflug mit einem heftigen Regenguss geendet hat und man doch recht verkühlt zu Hause ankommt. Wie angenehm ist es da, schnell die Infrarotkabine einzuschalten und sich innerhalb weniger Minuten wieder aufzuwärmen.

In der warmen Jahreszeit sind auch Gartenarbeit und Renovierungen am Haus angesagt. Am Abend dann „tun einem alle Knochen weh“ von der ungewohnten Tätigkeit. Ein Wärmebad in der Infrarotkabine entspannt die strapazierten Muskeln, so dass am nächsten Tag wieder fleißig weiter gewerkelt werden kann.

Ausgedehnte Radtouren und lange Wanderungen stehen ebenfalls auf dem Sommerprogramm. Oft wird dabei vergessen, dass der Heimweg genauso lang ist wie der Hinweg – und man kommt zerschlagen daheim an. Auch hier kann das Infrarotlicht helfen, wieder auf die Beine zu kommen.

Sommergrippen sind besonders unangenehm. Wer sich bei den ersten Anzeichen an seine Wärmekabine erinnert, hat die Chance, den Schnupfen „auszuschwitzen“.

Für alle, die noch keine Infrarotkabine genießen können, die Anschaffung aber für den Herbst geplant haben, gibt Well & Fit den Tipp: frühzeitig daran denken! Wenn die ersten kühlen Tage kommen, will jeder zuerst bedient werden und seine Infrarotkabine daheim haben. Die meisten Kabinen haben aber Lieferfristen, die sich bei großer Nachfrage innerhalb kurzer Zeit auch verlängern können. Deshalb rät das Team von Well & Fit, gerade im Sommer sich in aller Ruhe beraten zu lassen und so rechtzeitig zu bestellen, dass auch an kühlen Sommertagen und zu Herbstbeginn die wohlige Wärme der Infrarotkabine genossen werden kann.

Über alle Möglichkeiten der Infrarotkabinen berät sie gerne das Team von Well & Fit, Tel. 0 62 01 – 47 07 04, Fax 0 62 01 – 49 30 78 oder per E-Mail [info\(at\)wellandfit.de](mailto:info(at)wellandfit.de)

www.wellandfit.de

www.wellandfit.de/infrarotkabine.html