

WARMBADHUSET

Sparitual med produkter från L:A BRUKET

Vi har tagit fram en sparitual med produkter från L:A BRUKET som lyfter upplevelsen på Warmbadhuset. Ritualen gör du i din egen takt, i sex steg. Nedan hittar du en rekommendation för hur du kan använda produkterna, i vilken ordning och i vilket rum. Men kom ihåg att det är din egen stund att utföra precis som du vill.

TYAGNING

1

Ritualen börjar i omklädningsrummet där du kan ta en varm dusch som hjälper kroppen att slappna av. Rengör ansiktet med Mild Cleansing Gel, en skonsam gel med naturlig BHA från vit pilbark, och tvätta kroppen med Hand & Body Wash, en mild och återfuktande tvål. Därefter fortsätter du ritualen en trappa upp i badhuset.

HAMAM

2

Kliv in i ett välvt rum klätt i mosaik där du omsluts av värme med en temperatur runt 40 °C och en luftfuktighet på 60–70 %. De uppvärmda stenbänkarna bjuder in till vila och det varma badet hjälper kroppen att slappna av. Applicera 2–3 skopor av Purifying Face Mask i hela ansiktet. Masken rengör och lugnar huden; den vita leran absorberar och mattar ner samtidigt som zink och probiotika skyddar och stärker hudbarriären. Ansiktsmasken innehåller havreolja och glycerin som rengör utan att torka ut, vilket gör den lämplig för alla hudtyper. Njut av Hamam under verkningstiden.

ÅNGBASTU

3

Stig in i ångbastun och njut av den varma ångan i ett rum klätt i mosaik, med 100 % luftfuktighet och en temperatur på cirka 45–48 °C. Den heta ångan ökar blodcirkulationen, mjukar upp musklerna och verkar avslappnande. Efter ångbastun applicerar du Hydra Firming Sea Mist som återfuktar, skyddar och ger huden lyster.



WARMBADHUSET

Sparitual med produkter från L:A BRUKET

4

FOTBAD

Njut av ett fotbad med varmt eller kallt vatten. Häll i ett par skedar Sea Salt, ett naturligt och lugnande sjösalt. Det näringsrika saltet verkar antiinflammatoriskt, rengör huden från orenheter och balanserar kroppens fuktnivåer.

5

SALTRUMMET

Njut av en stund för dig själv i ett tyst rum inrett med saltblock och saltkristaller från de bayerska alperna. Den salta luften har visat sig ha positiva effekter på luftvägarna och bjuder på en lugnande atmosfär. Den behagliga temperaturen på cirka 25–28 °C och de sköna loungestolarna inbjuder till total avkoppling, medan en saltgenerator sprider mikroskopiskt salt och ånga som renar och återfuktar luftvägarna.

6

OMKLÄDNINGSRUMMET

När du har spaat klart är det dags för de sista stegen i ritualen. I duschen peelar du kroppen med 3–4 skopor Sea Salt Scrub, en naturlig havssaltskrubb som exfolierar på djupet och vårdar huden med. Efter duschen återfuktar du ansikte och hals med Protective Fluid, en mjukgörande kräm som reparerar, skyddar och balanserar huden. Smörj in fötterna med Foot Cream med pepparmint och patchouli som stimulerar hudcellerna och verkar antiinflammatoriskt, och avsluta med Body Lotion, en fuktgivande lotion med örtig och aromatisk doft för normal till torr hud.

