Déroulement d’une séance de sauna

Pour que votre expérience soit inoubliable, voici le descriptif plus précis d’une séance :

- Venez avec un grand linge de bain (pas de microfibre) et év. des schlaps et un maillot de bain
- Inscrivez-vous à une séance de sauna à l’accueil du musée
- Rendez-vous au sauna à l’heure indiquée sur votre contremarque
- Un vestiaire mixte non chauffé est à votre disposition
- Laissez vos vêtements au vestiaire et vos valeurs dans une caisse surveillée
- Détendez-vous dans le sauna : 10 à 15 minutes maximum
- Gardez votre linge autour de vous : pas de peau sur le bois
- Un bac d’eau froide est à votre disposition dans une cabine extérieure
- Pour profiter au maximum des bénéfices de la séance, reposez-vous sur la terrasse

- Pour prolonger l’expérience, testez le sauna dans une roulotte au bord du lac, à la plage de la Maladaire à La Tour-de-Peilz
  Par Steam on the Water

MUSÉE DE/LA MAIN

UNIL / CHUV