



INDBYDELSE TIL SAUNAARRANGEMENT

FREDAG D. 13. JANUAR 2012 KL. 1700-1800

Vi ved jo alle, at kombinationen af varmen fra saunaen og dyppet i den kolde Limfjord har en positiv effekt på det store kredsløb - hjerte, blodkar og blodbaner, idet det hæver og sænker pulsen.

Den dygtige gusmester Anne fra DGI-byen i Herning kommer og guider os gennem en totaloplevelse, hvor æteriske olier i kombination med varme/kulde har en positiv detox-effekt på krop og hud.

Hun har forberedt et "sauna-tema" hvor vi vil nyde duften af aromatiske olier på saunaens glohede sten, samtidig med at hudens porer åbnes og der sættes gang i en svedproces, herudover vil der løbende blive budt på nogle overraskelser – herunder til lidt ganen. Vi køler ned ved at bade i fjorden.

Pris for deltagelse er 100,- pr. person.

Betales på dagen.

Vi mødes i saunaen kl. 17.

Bindende tilmelding sker efter "først til mølle" princippet via mail til undertegnede.

Minimum 10 og maksimum 16 deltagere.

Tilmelding senest 6. januar 2012. De heldige deltagere får besked.

Med VISKI-hilsen

Bestyrelsen

Tilmelding:

Michael Queck (michael@queck.dk)