



## *INDBYDELSE TIL SAUNAARRANGEMENT*

*FRE D. 9. DECEMBER 2011 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.

Vi har igen i denne sæson fået en aftale med Anne - den dygtige gusmester. Hun vil guide os gennem en totaloplevelse, hvor æteriske olier i kombination med varme/kulde har en positiv detox-effekt på krop og hud.

Der er forberedt et **romersk** "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.

**Pris for deltagelse er 100,- pr. person.**

For at sikre, at deltagerne i denne seance har de rigtige betingelser er der sat et maksimum antal på 15 personer. Der arbejdes på et lignende arrangement 13. januar 2012 hvis der er opbakning nok.

Bindende tilmelding sker efter "først til mølle" princippet via mail til undertegnede. Tilmelding senest 4. december 2011. De heldige deltagere får besked.

Med VISKI-hilsen  
Bestyrelsen

Tilmelding:  
Michael Queck ([michael@queck.dk](mailto:michael@queck.dk))