

Afguss – vad är det?

Om du inte redan älskar Afguss så kommer du att göra det, det är vi helt övertygade om. Afguss kommer från tyskan och den närmaste beskrivningen av ordet är "hälla på" eller "pågjutning".

Och "häller på" är exakt vad din bastuvärd gör under en afgussittning, närmare bestämt underbart väldoftande eteriska oljor och vatten över heta stenar. Värmen "viftas" sedan omkring så att den mjukt sprider sig i bastun. Sagolika effekter skapas, allt från lugnande till uppiggande.

En afgussittning varar i 5-7 minuter och som gäst på Aqua Vitalis kan du vara med på dagens/kvällens hela utbud om du vill. Under en sittning har man badkläder på sig, men självklart kan du i stället svepa en eller flera handdukar om dig. Vår rekommendation är att basta hela kroppen.

Det finns bara ett krav - att du sitter och har fötterna på en handduk så att all fukt hamnar på den.

Varmt välkommen!