

Jaskinia solno-jodowa

Jaskinia solno-jodowa Galos

W górach jest namiastką wycieczki nad morze. Polecana jest przede wszystkim osobom znerwicowanym i przemęczonym, cierpiącym na schorzenia górnych dróg oddechowych, astmę, alergię, niedoczynność tarczycy, mającym problemy z krążeniem.

Ściany i strop jaskini solno-jodowej Galos (Park Zdrojowy Łazienki III Uzdrawiskowy Zakład Przyrodolecznicy, ul. Bukowina 1) zbudowane są z bloków solnych wytwarzanych na Krymie, ojczyźnie solno-jodowych jaskiń, których twórcą jest prof. Władimir Strojewski.

Sól ze ścian paruje, uwalniając cenne dla zdrowia mikroelementy. Powietrze w jaskini jest więc nasycone cząsteczkami jodu, magnezu żelaza, wapnia i potasu. Dodatkowo przed każdym seansem, który trwa 45 min., ściany jaskini przedmucha się silnym strumieniem powietrza, by zmusić sól do intensywniejszego parowania.

Przyjemność przebywania w jaskini potęgują umieszczone w niej kolorowe światełka oraz relaksacyjna muzyka.

W jaskini znajdują się wygodne, rozkładane fotele, jednakże osoby chętne bardziej aktywnie spędzić seans mogą w specjalnym, foliowym obuwiu chodzić po grubych, rozsypanych na podłodze kryształkach soli, które doskonale masują stopy, poprawiając krążenie i ogólną kondycję ciała.

Tekst: Sandra Nejranowska-Białka