

Die Infrarot - Wärmekabinen.....

.....eine Alternative zur Sauna

Die Infrarotkabine ist eine Sitzkabine, in der man durch die direkte Einwirkung der Infrarotstrahlen auf die Haut ins Schwitzen kommt, und nicht durch erwärmte Luft. Diese nimmt nur etwa 20 % der ausgestrahlten Wärme auf. Wir sprechen von einer Sitzkabine, da man in der Kabine sitzt und nicht auf dem Rücken liegt, denn sonst würden die Strahlen nur seitlich auf den Körper, die Fußsohlen und den Kopfbereich einwirken. Die erwärmte Luft in der Kabine ist ein Nebeneffekt der Strahlen daher ist auch eine Temperatur von 45 bis 50 Grad völlig ausreichend.

Eine Infrarot-Wärmekabine ist aber nicht mit einer Sauna vergleichbar. Sie wird zwar oft „Infrarot-Sauna“ genannt, weil man darin schwitzt, aber da gehören die Gemeinsamkeiten bereits auf. Eine Sauna ist zu aller erst ein Ritual. Man benötigt Zeit, Platz und Gesellschaft zum Genießen. Man liegt oder sitzt und kommt über den Umweg „heiße Luft“ ins Schwitzen. Das Schwitzen ist eine Schutzreaktion der Haut auf Hitze. Durch den Wechsel zwischen Aufguss und kaltem duschen oder tauchen werden Abwehrkräfte gestärkt und man ermüdet nach einem Sauna gang.

Infrarotstrahlen bräunen nicht

Braun werden wir von den UV-Strahlen. Die Wärme, die wir in der Sonne empfinden, kommt von den IR-Strahlen. In einer Infrarot- Wärmekabine werden Sie also nicht braun und Sie brauchen auch nicht Ihre Augen zu schützen.

Der menschliche Körper „strahlt“ auch Infrarot, und zwar im Bereich zwischen 7 und 9 Mikrometer, mitten im Infrarot-C Bereich. Dies ist der Grund, warum Flächenstrahler mit Infrarot-C Strahlen gewählt werden. Sie harmonieren am besten mit unserem Körper. Einer täglichen Nutzung steht nichts im Wege.

Wissenswertes über Infrarot

Wenn Infrarotstrahlen auf eine Oberfläche treffen, wie z. B. unsere Haut, wird die Strahlungsenergie von den Oberflächenatomen aufgenommen und direkt durch die Durchblutung über den Körper verteilt. Es entwickelt sich die Tiefenwärme durch Molekülschwingungen im Körper. Die Erwärmung des Körpers erfolgt also nicht über den Umweg „heiße Luft“, was gerade Menschen mit Kreislaufproblemen sehr zu schätzen wissen. Infrarotstrahlen werden in den Kabinen elektromagnetisch erzeugt. Es bedarf so gut wie keiner Aufwärmzeit der Kabine, man kann kurz entschlossen die Wärme genießen.

Auf - und Abbau

Unsere Infrarot-Wärmekabinen lassen sich zu zweit sehr leicht aufbauen (deutlich einfacher als so manches Möbelstück). Die einzelnen Elemente werden nur zusammengesteckt (bei den Eck-Kabinen innen befestigt). Sie lassen sich ebenso problemlos wieder auseinander nehmen, wenn Sie die Kabine an einem anderen Ort aufstellen möchten. Die Verkabelung der einzelnen Infrarotelemente sind einfache Steckverbindungen.

Transportabel wie ein Möbelstück

Eine Infrarot-Wärmekabine ist nicht nur aus gesundheitlichen Gründen eine gute Wahl, Sie können sie beim Umzug einfach wie ein Möbelstück mitnehmen, was mit einer traditionellen Finnischen Sauna kaum möglich ist. Genießen Sie die Sauna Vorteile auch in einer Mietwohnung.

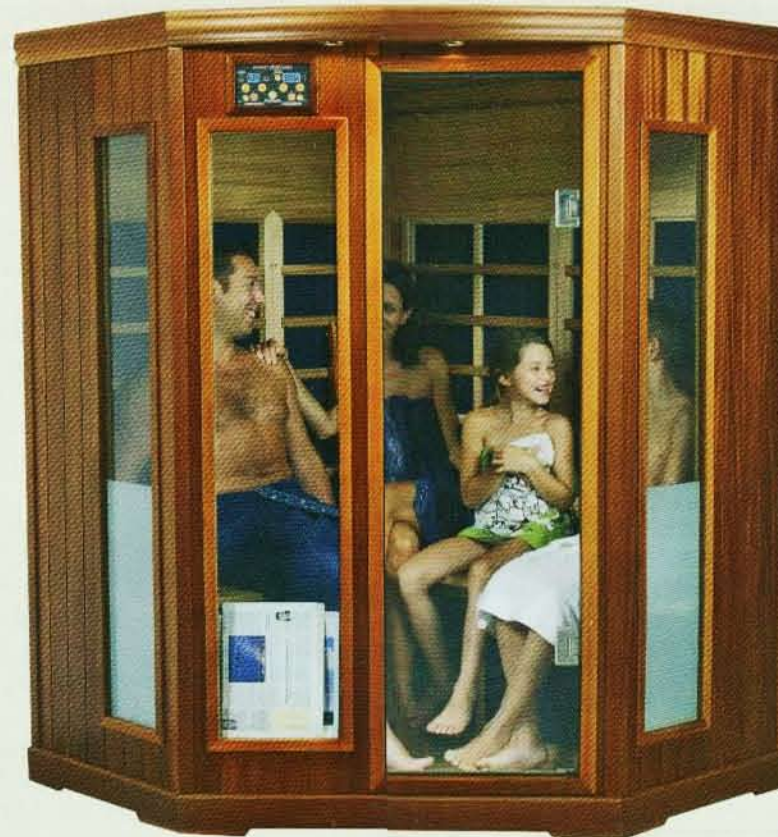
Stellfläche / Anschluss / Anleitung

Die 1-Personen-Kabine benötigt weniger als 1 m² Stellfläche (zuzüglich des Platzes für das Öffnen der Tür) und dürfte somit in fast jeder Wohnung einen Platz finden. Für den elektrischen Anschluss benötigen Sie nur eine normale 230-V-Haushaltssteckdose, ohne Notwendigkeit eines 380-V-Anschlusses wie bei einer traditionellen Sauna. Eine gutverständliche An- und Aufbauanleitung nach neuesten CE-Richtlinien sind in einer deutschen Montage- und Bedienungsanleitung selbstverständlich dabei.

Flächenheizelemente

Ältere Heizstrahler, wie Sie in Badezimmern oder Balkons zu finden sind, bestehen meist aus Magnesium und verlieren über die Zeit Ihre Heizkraft. Neue Heizstrahler sind aus Keramik und praktisch unzerstörbar, vergleichbar zwischen einer modernen Sparlampe und einer herkömmlichen Glühbirne.

Unsere Kabinen benutzen eine noch modernere Heizfolie. Diese spendet genau so Infrarotwärme, jedoch deutlich gleichmäßiger verteilt, platzsparender und benötigt weniger Leistung (und somit auch Strom sparend). Im Gegensatz zum Stabstrahler verbrennt man sich nicht die Finger, wenn man einmal versehentlich daran kommen sollte.



Die Farben! Was bewirken Farben auf uns Menschen?

Zu allererst vermeiden Sie einen ständigen Wechsel zwischen den Farben während einer Sitzung. Beispiel: Sie benötigen Vitalität und wählen Rot oder Sie möchten sich beruhigen, dann wählen Sie Blau. Ein Hin- und Herschalten ist also nicht ratsam, ebenso, wie es nicht zu empfehlen ist, eine Beruhigungstablette zusammen mit einem Espresso einzunehmen.

ROT ist die Farbe der Liebe, des Feuers und des Blutes = Vitalität und Wärme. Mit Ihrer eindringlichen Kraft, die die stärkste ist von allen Farben, wirkt sie anregend auf die Durchblutung, die Muskeln und das Herz. Sie erzeugt Begeisterung, weckt die Leidenschaft und hebt die Stimmung.

GRÜN ist eine kühlende Farbe, die das Anschwellen von Gelenken und Gewebe reduziert. Sie wirkt besänftigend auf den Körper und soll helfen, Entzündungen zu lindern. Sie ist die Farbe des entspannten Herzens.

Blau ist eine kalte Farbe, die einen beruhigenden Effekt hat - innerlich wie äußerlich. Sie ist sehr hilfreich zur Behandlung von Schlafstörungen und Kopfschmerzen, ebenso für die Elastizität des Gewebes im Organismus. Sie soll bei allen Arten von Krämpfen helfen, sowie einen antibakteriellen Effekt haben.

Gelb ist eine klare und reinigende Farbe, die den Geist stimuliert ebenso die Verarbeitung und Ausscheidung von Giftstoffen. Sie kann helfen bei Lernschwierigkeiten sowie zur Regulierung von Magen- und Darmstörungen. Sie vermittelt eine positive Lebenseinstellung und wirkt erheiternd (wie die Sonne).

Türkis ist die Farbe für die mentale Entspannung und Befreiung von psychologischen Barrieren. Sie wirkt wie ein Stärkungsmittel und hilft Störungen in der Lunge und im Verdauungssystem zu regulieren. Es ist eine Farbe, die die spirituellen Fähigkeiten begünstigt.

Violett fördert das Bewusstsein und erhöht den Effekt der Meditation. Es fördert die einwandfreie Funktion des Lymphsystems und ist hilfreich in den Wechseljahren. Es ist eine Farbe, um emotionale Wunden zu heilen und spirituelle Fähigkeiten zu erweitern.

Technische Vorteile in Kürze:

Einfacher Auf- und Abbau

- Transportabel wie ein Möbelstück
- ab 1 m² Stellfläche
- Standard 230-Volt-Standardanschluss
- Deutsche CE konforme Anleitung
- Flächenheizelemente statt altmodische Strahler

Vorteile einer Infrarot Wärmekabine:

- die Raumluft ist nur 40 - 55° warm
- die Luftfeuchtigkeit ist sehr niedrig
- somit ist das Klima wesentlich angenehmer als in einer klassischen Sauna
- der Schwitzeffekt ist durch die Tiefenwärme, die Zellaktivierung und die Anregung des Stoffwechsels sogar noch besser.
- es reicht daher nur ein Gang von etwa 30 Minuten
- man fühlt sich eher vitalisiert anstatt müde.

Einige positive gesundheitliche Aspekte:

- Stärkung des Immunsystems
- Muskelverspannungen werden gelöst
- Entschlackung und Entgiftung des Körpers
- Porentiefe Reinigung der Haut
- Bessere Durchblutung
- Stressabbau
- Blutdrucksenkung



Weitere Informationen über:

my-sauna GmbH
Am Weiher 8
61250 Usingen
Tel.: 0 60 81 - 5 83 68 41
Fax: 0 60 81 - 5 83 68 42

Tel.: 08 00 - 6 97 28 62
(gebührenfreie Hotline)

Mo.-Fr.: 9:00 - 21:00
Sa.-So.: 10:00 - 18:00 Uhr

www.infrarot-waermekabinen.de
kontakt@my-sauna.de