

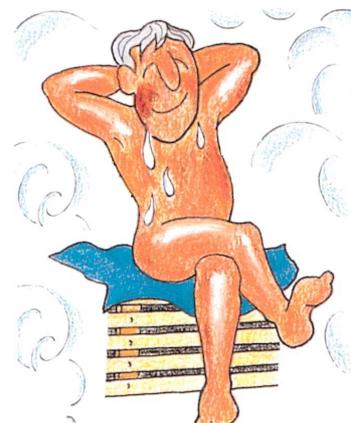
# 北欧式TYLOのスチーム岩



①入浴前に体を洗いましょう！



②しっかり水分補給してから入浴しましょう！



③スチームで満たされた浴室のイスに座ってリラックス！10分程で汗が出てきます。



④時々シャワーを浴びてクールダウンします。



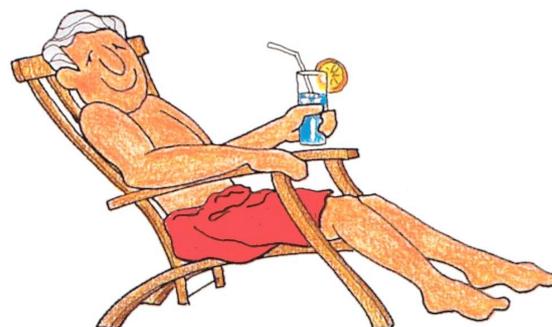
⑤再びスチームの浴室で好きなだけリラックス！



⑥シャワーを浴びてクールダウン！



⑦満足いくまで繰り返し入浴したら...



⑧入浴後はミネラル水などで水分補給をしてのんびり過ごしましょう！