

# CIRCUITO CIRCULACIÓN

Duración aproximada: 1 hora

Estimular el sistema circulatorio con una mayor irrigación sanguínea con los contrastes de temperatura y los chorros acuáticos.



4 Hidromasaje  
6 minutos



13 Tumbonas Térmicas  
5 minutos



12 Pasillos de Contraste  
4 vueltas - 3 minutos



19 Fuente de Hidratación



10 Jacuzzi Caliente  
6 minutos



11 Pileta de Agua Fría



1 Ducha Bitérmica  
2 ciclos - 2 minutos



16 Terma Romana  
5 minutos



15 Fuente de Hielo



5 Tumbonas de Masaje  
2 ciclos - 4 minutos



18 17 Sauna Finlandesa o  
Baño de Vapor o Turco  
5 minutos



8 Geiser  
5 minutos



20 Ducha Regulación Térmica  
Agua Fría



2 3 Ducha Nebulizada o  
Ducha Ciclónica (esencias)