かるまる岩サウナ

アウフグース・ロウリュ スケジュール

30分に1回のオートロウリュ
1分ごとに300mlの蒸気を数回に分けて放出 !!

岩サウナ タイムスケジュール

12:00 ～ 深夜1:00

12:00	スタッフアウフグース（連続２巡）
12:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
13:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
13:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
14:00	スタッフアウフグース（連続２巡）
14:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
15:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
15:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
16:00	スタッフアウフグース（連続２巡）
16:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
17:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
17:30	開催なし
18:00	スタッフアウフグース（連続２巡）
18:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
19:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
19:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
20:00	スタッフアウフグース（連続２巡）
20:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
21:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
21:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
22:00	スタッフアウフグース
22:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
23:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
23:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
0:00	スタッフアウフグース
0:30	開催なし
1:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）

朝 5:00 ～ 8:00

5:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
5:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
6:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）
6:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
7:00	スタッフアウフグース
7:30	温熱オートロウリュ（連続３回）
8:00	熱烈オートロウリュ（連続６回）

※かるまるスタッフによるショーアウフグースのスケジュールは、Twitter にてお知らせいたします。

＜ご注意事項＞

・オートロウリュ、アウフグース実施中は、サウナ室の温度と湿度が上昇し、大変熱くなります。決して我慢されずに、ご気分が悪くなる前にご退室ください。
・サウナのご利用前後には、必ず十分な水分補給をお願いいたします。
・スタッフアウフグースは、１回の開催でアウフグースを２巡（１巡 15 分程度）いたします。
※スタッフの状況によって１巡のみの回もございます。当日、スタッフまでお問い合わせください。