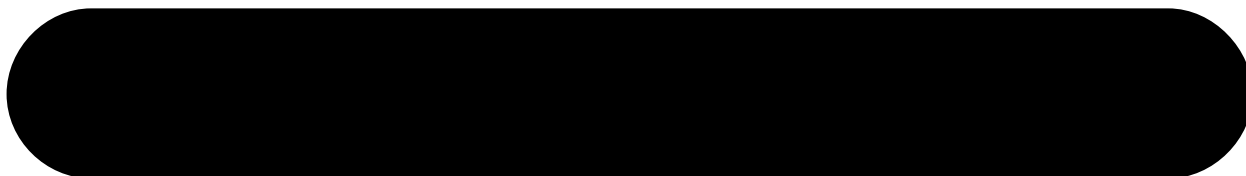
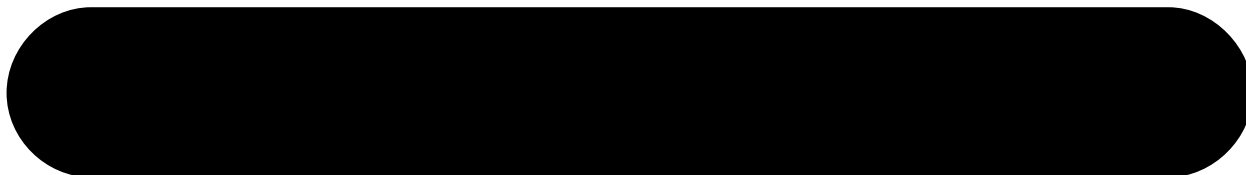
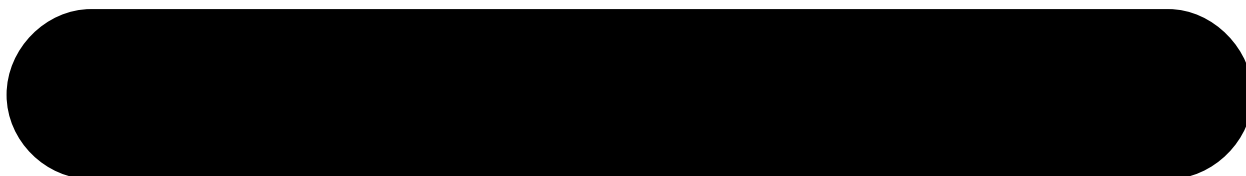


مکان های عجیب برای آرامش

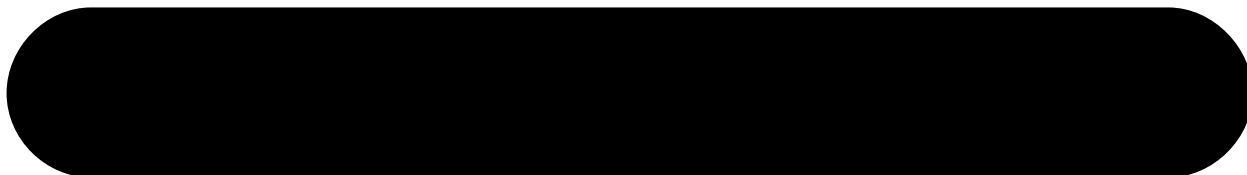
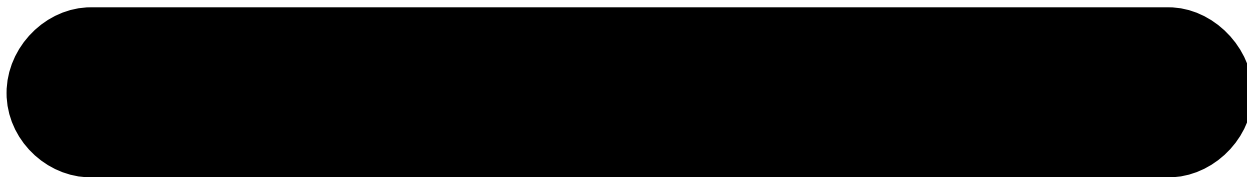
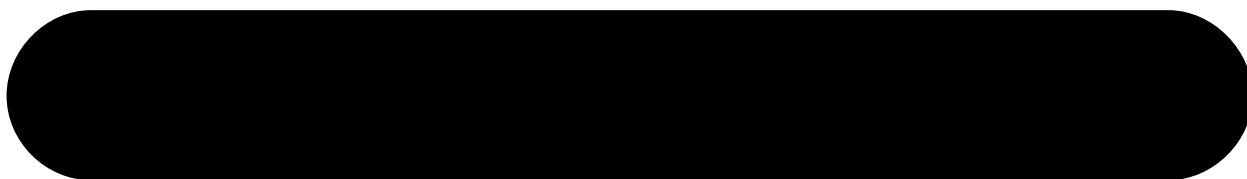
غار نمک:

نمک همیشه به عنوان ماده شفا بخش به کار رفته است که در آمریکای شمالی خیلی معروف است. ماندن در غار نمک باعث کاهش فشار خون، افزایش گردش خون می شود و هم چنین مکان آرام بخشی را برای شما فراهم می کند که در درمان افسردگی و اضطراب مفید است. از فواید دیگر آن گفته می شود که در بیماران مبتلا به بیماری های تنفسی به فرد کمک می کند. با [نیلوفر آبی](#) همراه باشید.



حمام با جلبک دریایی:

جلبک دریایی در ایرلند خیلی معروفه و حمام جلبک دریایی مثل حمام اصلی است و از یک وان پر از آب گرم و روغن مخصوص و جلبک دریایی پر می شود. مواد معدنی داخل جلبک دریایی برای درمان آرتروز و روماتیسم مفید است.



غار سونا:

در کره جنوبی وارد یک کلبه سنگی می شوید که در اطرافش گرما ایجاد می شود که تا 200 درجه سلیوس هم بالا می رود. برای همین از لباس هایی با الیاف مصنوعی نمی تونید استفاده کنید چون احتمال سوختن دارد.

