

Grota solna

22 stycznia br. całą grupą byliśmy w Grocie Solnej w Tarnowskich Górach. Byliśmy tam 45 minut – właśnie tyle trwa seans. Przez ten czas mogliśmy się naprawdę zrelaksować. Wszyscy leżeliśmy na leżankach, przykryte kocami i odpoczywaliśmy. Grała cichutko relaksacyjna muzyka, a dookoła świeciły pięknie małe lampki.

Na ścianach były kaskady wodne połączone z sołą aby wydobywał się zdrowotny jod. Pobyt w Jaskini znaczy bardzo dużo dla naszego zdrowia uspakajamy się, wdychamy jod – pierwiastek który występuje głównie nad morzem. Przy takiej muzyce można usnąć, i rzeczywiście niektóre osoby usnęły. Chwilami byliśmy rozkojarzone bo w oddali było słychać jak ktoś chrapie. Było naprawdę fajnie. Zrelaksowaliśmy się. Mamy nadzieję że jeszcze uda nam się zrelaksować w takim klimacie wiele razy. :)