

# LE CENTRE DE BEAUTE ANNA MARCI

VOUS PROPOSE

## BAINS ET SAUNAS DE JARDIN EN BOIS

Enfin, il est possible de décompresser à sa guise, en famille, entre amis, chez soi...



**Les matériaux utilisés sont d'excellente qualité, cèdre de Sibérie ou épicéa sélectionnés.**

**Les poêles à bois sont en acier inox, réalisés en atelier.**

**De nombreux équipements et accessoires sont disponibles ou éventuellement réalisés sur commande.**

**Nous proposons aussi des abris pour bains et saunas (photo ci-dessus) et des terrasses en bois pour agencer et décorer l'extérieur de ces équipements (sur devis).**

**Le sauna de jardin peut aussi être transformé en bureau ou studio de jardin (à la demande).**

Sommaire :

- 1 Photos bains
- 2 Les vertus des bains chauds
- 3 Photos saunas
- 4 Les bienfaits du sauna
- 5 Les accessoires (1/2)
- 6 Les accessoires (2/2)
- 7 Tarifs bains et saunas
- 8 Tarifs accessoires

## BAINS ET SAUNAS DE JARDIN EN BOIS



## Les vertus des bains chauds

**Été comme hiver, sous la neige, au soleil ou sous les étoiles on en profite à tous les moments de la vie, que l'on soit grand ou petit.**

**Dans l'eau d'un bain chaud votre poids disparaît, votre corps est immergé.**

**L'esthétique du bois, la facilité de son entretien agrmente votre environnement.**

### Prendre le temps

En plongeant dans un bain chaud, on oublie le temps, les préoccupations disparaissent pour laisser place à un moment de relaxation intense.

### Se retrouver en famille ou entre amis

A l'heure où les échanges sont virtuels, où le temps est un luxe, il est bon de se retrouver dans une ambiance de détente et de bien-être qui favorisant les échanges, auprès d'un feu de bois grésillant.

### Se relaxer

Le bain chaud possède des vertus thermales, vous retrouverez bien-être et détente, votre stress s'effacera. Les douleurs du corps disparaîtront et laisseront place à la douceur.

### Santé

Les spas en bois ont de nombreuses vertus médicinales :

- Relaxent les personnes soumises au stress ou hyperactives.
- Permettent une déconnexion totale de l'esprit.
- Améliorent la circulation sanguine, en faisant progresser la température du corps et en dilatant les vaisseaux sanguins.
- Atténuent les tensions musculaires et articulaires, favorisent la décontraction.
- Contribuent à éliminer les toxines.
- Soulagent l'arthrose et les rhumatismes.

Il est possible d'agrémenté le bain avec des arômes ou essences naturels aux vertus multiples.

**Capacité de 2 à 8 personnes, diamètre de 120cm à 200cm, hauteur 100cm, volume de 1200L à 2900L.**

### Quelle est la différence entre un jacuzzi plastique et un spa en bois

Aujourd'hui, nous commençons seulement à nous préoccuper de notre santé liée à notre habitat. Le bois est une matière naturelle qui a beaucoup d'avantages, matière écologique recyclable ne nécessitant pas de composant pétrolier à la production, matière saine (les salmonelles et listeria présentes dans un jacuzzi ne peuvent pas exister au contact du bois). Un spa en bois est plus profond qu'un jacuzzi et la sensation de flottaison est plus importante donc beaucoup plus relaxante. Parce que le respect de la planète reste une priorité.

### Le chauffage :

Il est assuré par un poêle à bois immergé

### Remplissage et vidange :

Un simple tuyau d'arrosage suffit. La contenance varie selon les modèles de 1200L à 2900L. L'évacuation se fait par une bonde au fonds et l'eau peut être utilisée pour l'arrosage. Il est possible de prévoir un système d'évacuation à un autre endroit. Des systèmes de filtration existent aussi afin de garder une eau propre et claire plus longtemps.

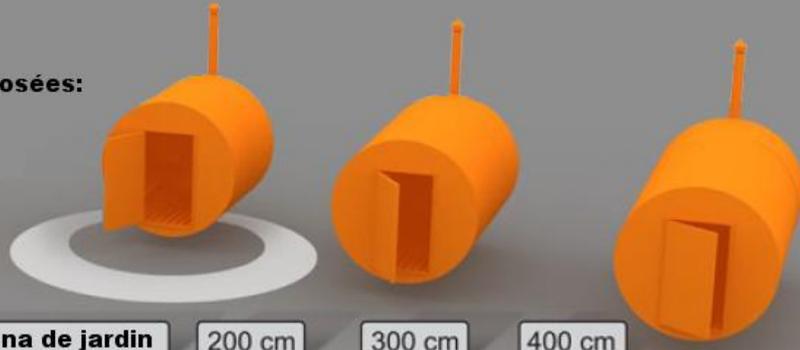
### Faut-il beaucoup de temps pour chauffer mon spa en bois

Il ne faut que 2 heures 30 pour chauffer une eau de 4°C à 38°C avec seulement un panier de bois. Nous disposons aussi des systèmes de chauffage électriques pour ceux qui n'ont pas la possibilité d'utiliser un poêle à bois.

*Evidemment, il est toujours possible de se rafraichir dans un bain froid.*

# LES SAUNAS DE JARDINS

Les différentes tailles proposées:



## Les bienfaits du sauna

La pratique du sauna est appréciée pour ses vertus relaxantes, son action contre la fatigue et de façon générale pour ses bienfaits sur la santé.

Rien de tel qu'un passage au sauna pour pouvoir se relaxer après une journée harassante si vous cherchez un moment de détente et de sérénité, la chaleur du sauna est faite pour vous : une séance **calme les nerfs**, favorise l'évacuation du stress et permet de libérer les tensions d'une journée agitée.

Véritable bulle de bien-être, il vous offre une **parenthèse loin de l'agitation** de la vie quotidienne. Vous en ressortez totalement détendu et dormirez apaisé, le soir venu.

### Origine et principe du sauna

Le sauna est une pièce dans laquelle on prend un bain de chaleur (entre et 70°C et 100°C) dans le but d'éliminer les toxines de l'organisme par la transpiration, de se débarrasser des tensions musculaires et du stress. La pratique du sauna est une coutume finlandaise vieille de plus de 2000 ans. Le mot « sauna » vient d'ailleurs du finnois. En Finlande, on trouve des saunas partout, des maisons d'habitation aux entreprises en passant par les hôtels et les bateaux. Cette pratique fait totalement partie intégrante de la vie sociale.

Contrairement au hammam, la chaleur du sauna est sèche, c'est pourquoi les températures y sont beaucoup plus élevées (il est possible de prendre un sauna à 100°C). Dans ce contexte, la température du corps augmente sensiblement (elle peut atteindre 40°C), les glandes sudoripares se mettent à sécréter beaucoup d'eau, la respiration se fait plus profonde et la circulation sanguine devient plus rapide.

Entre les séances en cabine, les douches fraîches permettent, de leur côté, de **raffermir la peau**, d'améliorer son élasticité et de relancer la **circulation sanguine**.

Ces manifestations physiologiques sont réputées pour avoir de multiples bienfaits sur la santé. D'une manière générale, le sauna est pratiqué pour :

- L'hygiène (étant donnée la température, c'est un moyen radical d'éliminer les poux et autres parasites).
- Éliminer la fatigue et le stress (le sauna calme les nerfs et est un facteur de relaxation indéniable).
- Stimuler la circulation sanguine (la chaleur dilate les vaisseaux).
- Éliminer les toxines de l'organisme (par la transpiration).
- Nettoyer la peau (la chaleur décolle les peaux mortes) et agit en profondeur.
- Assouplir les muscles et éliminer les tensions musculaires.
- Il est recommandé pour apaiser, les rhumatismes, les affections dermatologiques mais aussi pour soulager arthrose et courbatures.

### Précautions et contre-indications pour le sauna

Une séance de sauna offre beaucoup d'avantages sur la santé à condition de pouvoir supporter les fortes chaleurs :

- Le sauna est **contre-indiqué si** vous souffrez d'hypertension, de troubles cardiaques, de problèmes rénaux, d'insuffisances veineuses, d'épilepsie, de diabète ou de graves maladies de peau.
- Les risques dus à l'accélération de la respiration. Le sauna est donc déconseillé aux personnes souffrant de troubles respiratoires, d'asthme et d'infections aiguës telles que des bronchites, des gripes récurrentes, la tuberculose et certaines tumeurs malignes.
- Il est aussi **déconseillé aux femmes enceintes et aux jeunes enfants**.

Moyennant quelques précautions, le sauna est un loisir conseillé à tous les adultes, enfants et personnes âgées. Le sauna dispose donc de multiples vertus, que ce soit sur le plan du bien-être physique que psychologique. A noter cependant : contrairement aux idées reçues, et malgré la transpiration qu'il provoque, le sauna ne fait pas mincir !

Vous pouvez perdre jusqu'à 1 litre d'eau lors d'une séance de sauna. Pensez donc à boire beaucoup d'eau minérale avant et après le sauna afin d'éviter tout risque de déshydratation !

## LES ACCESSOIRES (1/2)



Arômes pour saunas Harvia  
(Eucalyptus, citron, bouleau, pin, menthe poivrée, pomme  
500 ml)



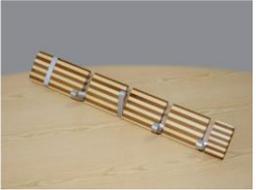
Rame en bois pour remuer le bain



Kit entretien pour saunas



Sablier



Patères pour serviettes



Bassine en bois pour sauna



Louche bois pour sauna



Thermo-hygromètre pour sauna



Lampe multicolore pour sauna

## LES ACCESSOIRES (2/2)



Couvercle en bois pour bain



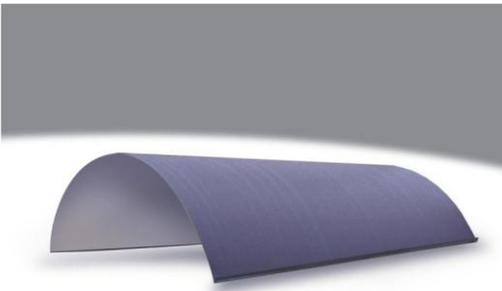
Bâche pour bain



Poêle à bois pour bain avec tubulure et chapeau de cheminé, puissance 10KW



Poêle à bois pour sauna avec 40kg de pierres de lave, barrière de protection, tubulure et chapeau de cheminé, puissance 8KW



Couverture en zinc pour sauna

## TARIFS BAINS ET SAUNAS DE JARDINS

### Bains (prêt à l'utilisation, avec poêle, bancs...)

Référence	Produit	Epicéa	Cèdre de Sibérie
		TTC	TTC
BO-16A	Diam=160cm, h=100cm, 1900L, 3-4 personnes	1 531,00 €	1 844,00 €
BO-18A	Diam=180cm, h=100cm, 2300L, 4-6 personnes	1 750,00 €	1 969,00 €
BO-20A	Diam=200cm, h=100cm, 2900L, 6-8 personnes	1 937,00 €	2 156,00 €
BO-16-BP	Diam=160cm, h=100cm, 1900L, 3-4 personnes, sans poêle	969,00 €	1 125,00 €
BO-12-BP	Diam=120cm, h=100cm, 1200L, 2-3 personnes, sans poêle	594,00 €	688,00 €

### Saunas (prêt à l'utilisation, avec poêle, bancs...)

Référence	Produit	Epicéa	Cèdre de Sibérie
		TTC	TTC
SO-2A	Diam=200cm, long=200cm, 4-6 personnes, sans vestiaire	3 406,00 €	3 719,00 €
SO-3A	Diam=200cm, long=300cm, 6-8 personnes, sans vestiaire	4 344,00 €	4 657,00 €
SO-3B	Diam=200cm, long=300cm, 4-6 personnes, avec vestiaire	4 969,00 €	5 281,00 €
SO-4B	Diam=200cm, long=400cm, 6-8 personnes, avec vestiaire	4 547,00 €	5 906,00 €

	TTC
Montage bain (forfait)	340,00 €
Montage sauna (forfait)	440,00 €

**Transport/livraison selon lieu et modèle sur devis**

## TARIFS ACCESSOIRES POUR BAINS ET SAUNAS DE JARDINS

Produit	TTC
Rame en bois pour remuer le bain	46,88 €
Couvercle en bois pour bain	203,13 €
Couverture bois devant sauna ou bain (au m <sup>2</sup> )	121,88 €
Bâche pour bain	140,63 €
Ensemble d'ustensiles pour poêle (pelle, brosse, tison...)	60,94 €
Couverture en zinc pour sauna	140,63 €
Point d'éclairage halogène sous l'eau, avec installation.	203,13 €
Système de filtration d'eau 4000l/h, avec installation	306,25 €
Système d'aération de l'eau avec installation	306,25 €
Poêle à bois pour bain avec tubulure, cache cheminé, puissance 10KW	875,00 €
Thermo-hygromètre pour sauna	29,69 €
Louche bois pour sauna	25,00 €
Bassine en bois pour sauna	31,25 €
Repose tête en bois pour sauna	46,88 €
Sablier	28,13 €
Patère 4 supports pour serviettes pour sauna	15,63 €
Lampe multicolore pour sauna	14,06 €
Arômes pour saunas Harvia : Eucalyptus, citron, bouleau, pin, menthe poivrée, pomme 500 ml	10,94 €
Kit entretien pour saunas (agent nettoyant et désinfectant, huile pour imperméabilisation, éponge, gants, papier de verre paraffiné)	43,75 €
Pierres de lave pour sauna 20kg pour poêle sauna	28,13 €
Poêle à bois pour sauna avec 40kg de pierres de lave, barrière de protection, puissance 8KW	921,88 €
Poêle électrique pour sauna Harvia Sound régulateur central	887,50 €
Poêle électrique pour sauna Harvia Vega régulateur sur le poêle	390,63 €
Eclairage pour sauna, avec installation (lampe, interrupteur, sécurité)	296,88 €
Lampe avec abat jour	96,88 €
Abris en bois largeur 2m50, longueur 5m, hauteur 2m20, couverture tuiles ou zinc	2 484,38 €
Abris en bois largeur 2m50, longueur 7m, hauteur 2m20, couverture tuiles ou zinc	3 109,38 €
Chalet de repos et/ou vestiaire avec douche, largeur 2m50, longueur 3m, hauteur 2m30 couverture tuiles ou zinc	4 031,25 €