

SAUNOVÁNÍ SE NEDOPORUČUJE LIDEM TRPÍCÍM:

akutními stavy (po operaci, angína, bolest zubů apod.)

chronickými stavy (cukrovka apod.)

s rakovinou (akutní stavy, jinak pouze po konzultaci lékaře)

infekcí

onemocněním štítné žlázy

krvácivými stavy

vysokým tlakem (hypertenzí)

psychopatií

epilepsií

podvýživou

ve věku nad 70 let (platí pouze pro začínající saunující)