Puntur nr. 21

Hylurin mitt í heilsumiðstøðini er 35 gradir heitur

Fuglasangur og stjørnuhimmal í Laugarspa

Hvílurúmið hevur einar 30 leðurstólar har ein kann slappa av

Paradís á jørð er funnið

Tit kunnu gevast at leita – eg havi funnið himmilríkið á jørð. Laugarspa í Reykjavík, meini eg er tað nærmasta, ein kann koma paradís á jørð. Ein fimmstjørna heilsumiðstøð, ið fær teg í balansu bæði sálarliga og likamliga

SPA
Inna Tørnroos
inna@sosialurin.fo

Hvussu vit hava tað bæði likamliga og sálarliga verður raðfest alt hægri. Í hesum viðfangi eru sokallaðar heilsumiðstøðir opnaðar nógvastaðni. Spa verður tað nevnt uttanlands. Spa er stytting av setninginum »Salus per aqua«, sum merkir heilsa gjøgnum vatn.

Á Laugarspa hava tey so sanniliga tikið hetta til sín. Ikki færri enn seks hitarúm eru tøk og brúsir við ymiskum vatni renna omanyvir teg.

At koma inn í Laugarspa er sum at koma inn í eina aðra verð. Tað fyrsta ein verður biðin um, er at blunda við høgra eyganum og hyggja við vinstra inn í eina fotolinsu. Tað er sokallað »eye identification«. Tað vil siga at ein nýtist bara at vísa vinstra eyga fyri at komað inn í teir ymsku partarnir av húsinum.

Angandi luft

Ljósið er dempað og luftin angar av frískum citrus fruktum. Ljóðið av perlandi vatni hoyrist alla tíðina.

Vætan í luftini og hitin er ymiskur inni í teimum seks hitarúmunum. Í fyrsta rúminum eg fari inn í, er tað stjørnuhimmal oman fyri mær, og ógvuliga nógv væta í luftini. Tað er næstan so, at ein ikki sær hurðina, frá einum enda í hin av rúminum.

Tá tað gerst ov heitt er bara at fara út í brúsuna. Har kann ein velja millum tropiskt regn ella 10 sekundir av køldum vatni. Git hvat eg velji? Sjálvandi tað tropiska regnið, sum sirmar niður yvir meg og er deiliga svalkandi.

Tað kaldasta hitarúmið er 64 stig og tað heitasta er 95 stig. Harímillum eru so nøkur, sum eru um 70 stig. Eitt hitarúm er, sum at koma inn í eina Vicks karamellu. Tað angar frískt av mentholi, og lunguni gera gleðihopp av tí væturíku luftini. Í hátalarunum hoyrur ein fuglasang.

Øll heilsumiðstøðin er sera vakurt sniðgivin í granitti, og rundir formar á stólum, benkrum og borðum eru gjøgnumgangandi. Í tveimum av hitarúmunum er mosaik á øllum veggjum. Hini eru gjørd í træ við vøkrum steinum á vegginum.

Tað er kendi sniðgevarin Sigurdur Gudmundsson, sum hevur gjørt heilsumiðstøðina.

Hylur gerst bobblibað

Tá ein gerst troyttur av hitarúmunum er bara at fara í hylin, ið er mitt í rúminum. Har er vatnið behagilig 35 stig, og tað er bara at trýsta á ein knøtt, so gerst hylurin um til bobblibað. Eisini kann ein vaska føtirnar í sergjørdum baljum til tað endamálið.

Við síðuna av heilsumiðstøðini er ein kaffistova. Har kann taka ett glas av vatni, lesa eitt blað ella fáa mat ella drykk serveraðan. Kaffistovan er bara fyri viðskiftafólki í heilsumiðstøðini, so har er gjørligt at sita í síni baðikápu og eta.

Størsta rúmið er hvílurúmið við einum 30 stórum leðurstólum og einum eldstaði mitt í rúminum. Har er næstan bølamyrkt og gjørligt er at leggja stólin niður til liggjandi.

Venjingarstøð

Lagugarspa er bara ein partur av eini stórari miðstøð har ein kann venja, svimja, fáa viðgerðir og klippa sær. World Class, sum venjingarmiðstøðin eitur, er tann størsta í øllum Íslandi. Hon opnaði fyri 2,5 árum síðani, og tá hildu nógv, at støðin var alt ov stór og leigaðu partar av henni út. Hetta fingu tey tó umprøvað eftirsum fólk streymaði til, og nú hava tey longu verði noydd at byggja út.

Svimjihylurin er eisini ein tann størsti í Ìslandi, við bæði innandura og uttandura hylum.