Bláa vatnið er blandað fesk- og saltvatn. Serstaka samansetingin við mineralum, algum og silicium gevur sanna heilsubót

Heilsa og vælvera í **heitum vatni**

Ein vitjan til Bláu Lón er mest sum treytaleysur partur av vitjanini í Íslandi

ÍSLAND

Jákup Mørk
jakup@sosialurin.fo

Tað tekur ikki stórt meira enn hálvan tíma at koyra úr Reykjavík til Bláa Lón, har heitar keldur við mineralum, silicium og algum veita húðini – og eisini sálini – tiltikna heilsubót. Enntá heilsubót, sum í dag verður góðkent sum bati móti psoriasis.

Við 6 milliónum litrum av vatni, sum støðugt verður skift gjøgnum geothermisku pumpurnar, er talan um rimmar baðikar, har fólk úr øllum heraðshornum fylkjast.

Eftir at hølini við Lónið vórðu endurnýggjað, er talan í dag um bað- og heilsustovu í altjóða flokki. Umframt sjálvt Bláa Lón, har ymsu víkirnar verða nýttar til ymisk endamál, ber til at fáa sær andlitsmasku við hvítu silicia-rununi, sita í sauna, haðani útsýnið yvir Lónið er framúr, dampbað er eisini á skránni, eins og tiltikna waterfall-massasjan, sum aloftast er neyðug at bíleggja, tá tú annars kann standa ongul í reyv hvat massasju viðvíkur.

Umframt lokkandi heita vatnið eru eisini góðir møguleikar at taka sær meira av løttum.

Innan fyri veggirnar til skiftirúmið og baðifasilitetirnar er hugnalig café, har til ber at keypa sær bæði leskidrykkir og heilsugóðan mat. Og sera ómaksleyst kann hetta bara skrásett upp á chip-armbandið, ið virkar sum lykil, soleiðis at rindað verður, tá farið verður úr tí partinum, sum er beinleiðis tengdur at váta elemtinum.

Og eisini uppi á turrum ber væl til at fáa tíðina at ganga. Lava Restaurant er kanska í dýrarheva endanum, men við 25 kilometrum til nærmasta alternativið er lætt at freistast av góða matinum, sum keypast kann á staðnum. Og sum ferðastað hevur Bláa Lón sjálvandi sína egnu sølubúð. Bæði við skreytlutum og tiltiknu 66 norður klæðunum. Men ikki minst við alskynd vørum til húðrøkt, sum eru framleidd við ekstraktum frá lónini.

Tá tú hevur koyrt av høvuðsvegnum millum Reykja- og Keflavík er skjótt at síggja, hvar ferðamálið er

Eftir at hava verið í vatninum eru fleiri møguleikar at taka sær av løttum