

A group of people, including children and adults, are swimming and playing in the ocean. The water is clear blue, and the shore is sandy. In the background, there is a large rocky structure, possibly a breakwater or pier, with a small boat partially visible. The scene is bright and sunny, suggesting a summer day.

Láttu líða
úr þér

Sjópottur – Slökun í dagsins önn

Sjór blandaður jarðhitavatni hefur góð áhrif á húðina og í sjónum eru ýmis efni sem auka teygjanleika hennar og styrkja. Sjóböð þykja mjög slakandi fyrir líkamann og hafa góð áhrif á vöðva og liði. Í sjónum er að finna mangan sem er gott fyrir húð psoriasis sjúklinga. Þessi heilsulindameðferð er uppruninn frá Grikkjum og er um 5.000 ára gömul.

Sjóveitan er ein af þeim afurðum sem Orkuveita Reykjavíkur býður til sölu.

Jarðsjórinn kemur úr borholu Orkuveitu Reykjavíkur við Kirkjusand og inniheldur 85% sjó sem blandast við grunnvatn. Sjórinn er hreinsaður og geislaður með útfjólubláum geislum til að drepa allar bakteríur. Hitastigið sveiflast með útihitastigi, en að jafnaði er það um 6–12°C.

Í dag er hægt að fara í sjóböð á þremur stöðum á höfuðborgarsvæðinu, þ.e. í Laugar-
dalslaug, Hreyfingu og World Class Laugum.

„Viðskiptavinir hafa verið mjög ánægðir með sjópottinn. Hann er mjög vinsæll og mikið notaður og margir hafa talað um að sjórinn hafi afar jákvæð áhrif á húðina.“

Ágústa Johnson
framkvæmdastjóri Hreyfingar

„Við erum með jarðsjóinn bæði í heitum og köldum pottum og fólk er mjög ánægt með pottinn. Auk þess eyðir saltið hálfu á gólfum.“

Björn Leifsson
framkvæmdastjóri World Class

