

Aufgussplan

Montag/Dienstag/Mittwoch/Donnerstag					
	Finnische Sauna 3	Kelo-Teichs.	Kelo-sauna	Finnische Sauna 1	Dampf-bad EG
9:00		*			
9:30		*			
10:00	Smaragd				
10:30				Segel	
11:00			X		
11:30					
12:00	Salz				
12:30					
13:00			Tibet		
13:30					
14:00		Fahnen I			
14:30					
15:00			Ruhe		
15:30				Segel	
16:00	Salz				
16:30					
17:00			X		
17:30					
18:00		Eis			
18:30					
19:00				Maske	
19:30			Tibet		
20:00	Salz				Cocoa
20:30				Ruhe	
21:00		Eis			
21:30					
22:00	Salz				
22:30					
23:00					

Freitag/Samstag					
	Finnische Sauna 3	Kelo-Teichs.	Kelo-sauna	Finnische Sauna 1	Dampf-bad EG
9:00		*			
9:30	Smaragd	*			
10:00			Ruhe		
10:30					
11:00	Salz				
11:30				Ruhe	
12:00			Tibet		
12:30				Segel	
13:00		Fahnen II			
13:30					
14:00	Salz				
14:30				Ruhe	
15:00			X		
15:30					
16:00		Fahnen I			
16:30				Segel	
17:00	Maske				
17:30					
18:00		Eis			
18:30			Ruhe		
19:00	Salz				
19:30			Tibet		
20:00	Salz				Cocoa
20:30				Ruhe	
21:00		Eis			
21:30					
22:00	Salz				
22:30					
23:00	Nacht				

Sonntag/Feiertag					
	Finnische Sauna 3	Kelo-Teichs.	Kelo-sauna	Finnische Sauna 1	Dampf-bad EG
9:00	Smaragd	*			
9:30		*			
10:00			Ruhe		
10:30					
11:00	Salz				
11:30				Ruhe	
12:00			Tibet		
12:30				Segel	
13:00		Fahnen II			
13:30					
14:00			Ruhe		
14:30				X	
15:00			Ruhe		
15:30					
16:00	Salz				
16:30			Tibet		
17:00				Segel	
17:30					
18:00		Arktis			
18:30				Maske	
19:00	Salz				Cocoa
19:30			Ruhe		
20:00		Arktis			
20:30					
21:00	Salz				
21:30				Ruhe	
22:00	Nacht				
22:30					
23:00					

- Ruhe:** Ruhe- und Entspannungsaufguss; hierbei wird um absolute Ruhe gebeten.
- Tibet:** Meditationsaufguss zur Entspannung mit tibetischen Klangschalen bei ca. 70° - 80° Grad. 10 Min. vor dem Aufguss wird die Sauna durchgelüftet.
- Eis:** Ein heißer, intensiver Aufguss mit Eiswürfeln und anschließendem Getränk.
- Salz:** Peelingaufguss bei dem man erst vorschwitz, sich dann mit aromatisiertem Salz einreibt und anschließend das Salz in der Sauna wirken lässt.

- Smaragd:** Aufguss über 3 Runden, zum Schluss reichen wir Ihnen ein Glas Sekt mit O-Saft.
- Fahnen I:** Aufguss über 3 Runden mit einer Fahne.
- Fahnen II:** Aufguss über 3 Runden mit einer Fahne und Eiswürfeln.
- Segel:** Aufguss über 3 Runden mit einem Segel.
- X:** Aufguss mit verschiedenen Duftvarianten.

- Cocoa:** Körperpeeling mit Zucker und Honig im Dampfbad.
- Arktis:** Heißer und intensiver Aufguss mit Eiswürfeln, anschließend reichen wir Ihnen Speiseeis.
- Maske:** Aufguss über 3 Runden, anschließend reichen wir Ihnen eine Gesichtsmaske.
- Nacht:** Aufguss über 3 Runden, anschließend erhalten Sie eine süße Überraschung.