

Aufgussplan

Willkommen zu RÜCKsicht!
Zu Ihrer Sicherheit und der anderer beachten Sie bitte die maximale Belegungszahl der Saunen und folgen Sie den Anweisungen unseres Teams. Danke!

Montag/Dienstag/Mittwoch/Donnerstag					
	Finnische Sauna 3	Kelo-Teichs.	Kelo-sauna	Finnische Sauna 1	Dampfbad EG
9:00					
9:30					
10:00	Smaragd				
10:30				Ruhe	
11:00		X			
11:30					
12:00	Salz				
12:30					
13:00			Tibet		
13:30					
14:00		X			
14:30					
15:00			X		
15:30		X			
16:00	Salz				
16:30					
17:00		X			
17:30					
18:00		Arktis			
18:30					
19:00	Maske				
19:30			Tibet		
20:00	Salz				
20:30				Ruhe	
21:00		Arktis			
21:30					
22:00	Salz				
22:30					
23:00					

Freitag/Samstag					
	Finnische Sauna 3	Kelo-Teichs.	Kelo-sauna	Finnische Sauna 1	Dampfbad EG
9:00					
9:30	Smaragd				
10:00		X			
10:30					
11:00	Salz				
11:30				X	
12:00			Tibet		
12:30				Ruhe	
13:00		X			
13:30					
14:00	Salz				
14:30				Ruhe	
15:00			X		
15:30	Ruhe				
16:00		X			
16:30				X	
17:00		X			
17:30					
18:00		Arktis			
18:30				Maske	
19:00	Salz				
19:30			Tibet		
20:00	Salz				
20:30			Ruhe		
21:00		Arktis			
21:30					
22:00	Salz				
22:30					
23:00	Schoko				

Sonntag/Feiertag					
	Finnische Sauna 3	Kelo-Teichs.	Kelo-sauna	Finnische Sauna 1	Dampfbad EG
9:00	Smaragd				
9:30					
10:00		X			
10:30					
11:00	Salz				
11:30				X	
12:00			Tibet		
12:30				X	
13:00		X			
13:30					
14:00		X			
14:30				X	
15:00			Ruhe		
15:30					
16:00	Salz				
16:30			Tibet		
17:00		X			
17:30					
18:00		Arktis			
18:30				Maske	
19:00	Salz				
19:30			Ruhe		
20:00		Arktis			
20:30					
21:00	Salz				
21:30				X	
22:00	Schoko				
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.
- X:** Aufguss mit verschiedenen Duftvarianten.

- Smaragd:** Aufguss über 3 Runden, zum Schluss reichen wir Ihnen ein Glas Sekt mit O-Saft.
- Salz:** Peelingaufguss, bei dem man erst vorschwitzt, sich dann mit aromatisiertem Salz einreibt und anschließend das Salz in der Sauna wirken lässt.

- Arktis:** Heißer und intensiver Aufguss mit Eiswürfeln, anschließend reichen wir Ihnen Speiseeis.
- Maske:** Aufguss über 3 Runden, anschließend reichen wir Ihnen eine Gesichtsmaske.
- Schoko:** Aufguss über 3 Runden, anschließend erhalten Sie eine Schoko-Überraschung.