



AUFGUSSPLAN

März 2026



UHRZEIT	SAUNA	AUFGUSS	BESCHREIBUNG
10:00 Uhr	Kleine Auszeit oben	Sonnenaufgang	Atemfrisch oder klassisch 
11.00 Uhr	Erlebnissauna unten	Sandelholz	ätherisch 
12.00 Uhr	Kleine Auszeit oben	Litsea	ätherisch 
12.30 Uhr	Sanarium	Thermo-Stretching Leichte Übungen Schulter/Nacken im Sitzen	Anmeldung Infotheke
13.00 Uhr	Erlebnissauna unten	Fächeraufguss	 ätherisch 
14.00 Uhr	Kleine Auszeit oben	Allerlei Kräuter	ätherisch 
15.00 Uhr	Erlebnissauna unten	Der Frühling kommt, irgendwann!	 ätherisch 
16.00 Uhr	Kleine Auszeit oben	Ingwer	Klassisch heiß 

OBERE EBENE: Kleine Auszeit, Sanarium, Dampfbad

UNTERE EBENE: Erlebnissauna

SYMBOL-LEGENDE:



: heiß



: Aufguss mit Musik



: Sude



: ätherische Öle



: Smoke Aufguss



AUFGUSSPLAN

März 2026



UHRZEIT	SAUNA	AUFGUSS	BESCHREIBUNG
17.00 Uhr	Erlebnissauna unten	Goodbye Winterblues	🎵 ätherisch 🔥
18.00 Uhr	Kleine Auszeit oben	Atemgold	menthol, ätherisch
18.30 Uhr	Sanarium	Wünsch dir was!	Anmeldung Infotheke
19.00 Uhr	Erlebnissauna unten	Holzig wird es	💧 ätherisch
20.00 Uhr	Kleine Auszeit oben	Orange bitter und süß	💧 ätherisch
21.00 Uhr	Erlebnissauna unten	Abendglühen	🎹 Klassisch heiß
DAMPFBAD	Peeling Varianten und Pflegeprodukte erhalten Sie kostenpflichtig an der Infotheke. Bitte wenden Sie sich an unser Saunapersonal.		

Sonntags & an Feiertagen findet der letzte Aufguss um 19.00 Uhr statt.

Änderungen im Aufgussplan sind dem Personal vorbehalten. In der Eventsauna finden Aufgüsse erst ab 2 Personen statt. Unsere Eiskugel-Aufgüsse werden mit 100% natürlichen ätherischen Ölen durchgeführt.

SYMBOL-LEGENDE:



: heiß



: Aufguss mit Musik



: Sude



: ätherische Öle



: Smoke Aufguss