



AUFGUSSPLAN Oktober – Dezember

Dienstag Donnerstag Freitag		Mittwoch (Damensauna)	Samstag Sonntag Feiertag
10:00			SAUNAMED Ein wohltuender Duft, der die Bronchialmuskulatur entspannt.
11:00			GRÜNE LIMONE Der fruchtige Duft sorgt für gute Laune.
12:00		KLANGSCHALE Entspannende Klänge bei niedriger Temperatur fördern die innere Ruhe.	EISKUGEL Sanfter Aufguss ohne Wedeln.
13:00		SUNNY ORANGE Ein süßer Duft, der motivierend wirkt.	GEBIRGS-LATSCHENKIEFER Der Duft von Urlaub in den Bergen wirkt durchblutungsfördernd.
14:00	NORDISCHE FICHTE Ein urwüchsiger Duft, der die Frische des Waldes vermittelt.	DAMPFBAD ANWENDUNG Das Salz-Body Peeling pflegt die Haut und fördert die Durchblutung.	ÜBERRASCHUNGS-AUFGUSS
15:00	GRÜNE LIMONE Der fruchtige Duft sorgt für gute Laune.	ZITRONENGRAS-BASILIKUM Ein frisch-würziger Duft, der Stress entgegenwirkt.	WHISKY Ein charaktvoller Duft, der holzige und würzige Noten vereint.
16:00	EISKUGEL Sanfter Aufguss ohne Wedeln.	EISKUGEL Sanfter Aufguss ohne Wedeln.	EISKUGEL Sanfter Aufguss ohne Wedeln.
17:00	WHISKY Ein charaktvoller Duft, der holzige und würzige Noten vereint.	SANDDORN Befeit Atemwege, fördert die Durchblutung und steigert die Abwehrkräfte.	ALPENKRÄUTER Ein Duft aus urwüchsiger Stärke, krautig und frisch.
18:00	DAMPFBAD ANWENDUNG Das Salz-Body Peeling pflegt die Haut und fördert die Durchblutung.	DAMPFBAD ANWENDUNG Das Salz-Body Peeling pflegt die Haut und fördert die Durchblutung.	ÜBERRASCHUNGS-AUFGUSS
18:45			EISKUGEL Sanfter Aufguss ohne Wedeln.
19:00	SAUNAMED Ein wohltuender Duft, der die Bronchialmuskulatur entspannt.	EISMINZE Ein kühlender Duft, der für ein reines Frischegefühl sorgt.	
20:00	ÜBERRASCHUNGS-AUFGUSS	ÜBERRASCHUNGS-AUFGUSS	
20:45	EISKUGEL Sanfter Aufguss ohne Wedeln.	EISKUGEL Sanfter Aufguss ohne Wedeln.	

Aufgüsse werden zu jeder vollen Stunde durch das Saunapersonal durchgeführt. Alle Aufgüsse finden mit einer standardisierten Wassermenge (900 ml) entsprechend den Richtlinien des Deutschen Saunabundes statt.
 Aufguss-Sauna: Temperatur 90-95°C – Luftfeuchte 10-25 %