











Aufgussplan


Montag - Freitag

ZEIT	AUGUSS	SAUNA	INFORMATION
10:00 Uhr	 Guten Morgen	Bachsauna	Entspannter Start in den Tag
11:00 Uhr	 Salzaufguss	Kelo-Blocksauna	Reinigendes und entwässerndes Salzpeeling
12:00 Uhr	 Birkenud	Panorama-Sauna	Naturaufguss
13:00 Uhr	 Maifeuer	Finnische Sauna	Kurz, heiß und intensiv! - bringt den Kreislauf in Schwung!
14:00 Uhr	 Fliederaufguss	Bachsauna	Entspannter Aufguss
15:00 Uhr	 Lotusblütenufguss	Kelo-Blocksauna	Blumige Grüße für die Atemwege
16:00 Uhr	 Birkenud	Panorama-Sauna	Naturaufguss
17:00 Uhr	 Früchtetraum	Kelo-Blocksauna	liefert neue Energien durch Vitamine und Spurenelemente
18:00 Uhr	 Tanz im Flammenmeer	Finnische Sauna	Kurz, heiß und intensiv! - bringt den Kreislauf in Schwung!
19:00 Uhr	 Salzaufguss	Kelo-Blocksauna	Reinigendes und entwässerndes Salzpeeling
20:00 Uhr	 Birkenud	Panorama-Sauna	Naturaufguss
21:00 Uhr	 Feierabendaufguss	Kelo-Blocksauna	Gefühlvoller Ausklang am Abend

Intensitätsstufen:

 = mäßig warm

 = warm

 = sehr heiß!