

Aufgussplan

Uhrzeit	Aufguss	Sauna
11:00 Uhr	Frucht-Aufguss **	Kelo-Sauna
12:00 Uhr	Kräuter-Aufguss **	Salzkristall-Sauna
13:00 Uhr	Aufguss-Zeremonie ****	Kelo-Sauna
14:30 Uhr	Kräuter-Aufguss **	Kelo-Sauna
15:30 Uhr	Überraschungs-Aufguss *-****	
16:30 Uhr	Kräuter-Aufguss **	Kelo-Sauna
17:30 Uhr	Frucht-Aufguss **	Salzkristall-Sauna
18:30 Uhr	Aufguss-Zeremonie ****	Kelo-Sauna
20:00 Uhr	Überraschungs-Aufguss *-****	
21:00 Uhr	Kräuter-Aufguss ** nur freitags	Kelo-Sauna

Aufguss-Zeremonie

Dauer:

ca. 30 Minuten

Ablauf:

2 x ca. 10 Minuten

Intensität:

sehr intensiv ****

Aufguss: ★ sanft ★★ mittel ★★★ intensiv

Sonder-Zeremonien entsprechen nicht den Richtlinien des Deutschen Saunabundes