

AUFGÜSSE & TREATMENTS

Saunawoche - Innere Ruhe

Tag der Sauna



Uhrzeit	Name	Ort	Hinweise	Intensität
10:00 Uhr	MORGEN-MEDITATION	Aufgusssauna Innen		◦ ◦
10:30 Uhr	HONIG-EINREIBUNG	Halvet		
11:00 Uhr	PEEL AND RELAX	Aufgusssauna Außen		◦ ◦ ◦
12:00 Uhr	AUGUSS DER SINNE	Aufgusssauna Innen		◦ ◦ ◦
12:30 Uhr	KAKAO-ZEREMONIE	Kaminzimmer	mit Voranmeldung an der Saunatheke	
12:30 Uhr	KAFFEE-PEELING	Feminarium	mit Voranmeldung an der Saunatheke	
13:00 Uhr	WALDSPAZIERGANG	Aufgusssauna Innen		◦ ◦
13:30 Uhr	KAFFEE-PEELING	Bingöl		
14:00 Uhr	AYURVEDA-AUGUSS	Aufgusssauna Innen		◦ ◦
15:00 Uhr	EISIGE DUFTREISE	Aufgusssauna Innen		◦ ◦ ◦
16:00 Uhr	WORLD OF YOGA	Aufgusssauna Innen		◦ ◦
16:00 Uhr	KAKAO-ZEREMONIE	Kaminzimmer	mit Voranmeldung an der Saunatheke	

Uhrzeit	Name	Ort	Hinweise	Intensität
17:00 Uhr	KRÄUTER-AUGUSS	Aufgusssauna Außen		◦ ◦ ◦
17:00 Uhr	BIO INGWER	Aufgusssauna Innen		◦ ◦ ◦
17:30 Uhr	KAFFEE-PEELING	Feminarium	mit Voranmeldung an der Saunatheke	
18:00 Uhr	PEEL AND RELAX	Aufgusssauna Außen		◦ ◦ ◦
19:00 Uhr	KLANGSCHALEN-AUGUSS	Aufgusssauna Innen		◦ ◦
19:00 Uhr	ESSENZ DER JAHRESZEITEN	Aufgusssauna Außen		◦ ◦ ◦
19:30 Uhr	HONIG-EINREIBUNG	Halvet		
20:00 Uhr	AUGUSS DER SINNE	Aufgusssauna Innen		◦ ◦ ◦
20:00 Uhr	ATEMFREI	Aufgusssauna Außen		◦ ◦
20:30 Uhr	KAKAO-ZEREMONIE	Kaminzimmer	mit Voranmeldung an der Saunatheke	
21:00 Uhr	YOGA HARMONY	Aufgusssauna Innen		◦ ◦
22:00 Uhr	GUTE NACHT	Aufgusssauna Innen		◦

Die verwendeten Düfte können Sie der Tafel neben der Aufgusssauna entnehmen