

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	AUFGUSS DER SINNE	Aufgusssauna Innen		○○○
12:30 Uhr	KAKAO-ZEREMONIE	Kaminzimmer	mit Voranmeldung an der Saunateke	
12:30 Uhr	KAFFEE-PEELING	Feminarium	mit Voranmeldung an der Saunateke	
13:00 Uhr	WALDSPAZIERGANG	Aufgusssauna Innen		○○
13:30 Uhr	KAFFEE-PEELING	Bingül		
14:00 Uhr	AYURVEDA-AUFGUSS	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 Saunateke	

Uhrzeit	Name	Ort	Hinweise	Intensität
17:00 Uhr	KRÄUTER-AUFGUSS	Aufgusssauna Außen		○○○
17:00 Uhr	BIO INGWER	Aufgusssauna Innen		○○○
17:30 Uhr	KAFFEE-PEELING	Feminarium	mit Voranmeldung an der Saunateke	
18:00 Uhr	PEEL AND RELAX	Aufgusssauna Außen		○○○
19:00 Uhr	KLANGSCHALEN-AUFGUSS	Aufgusssauna Außen		○○
19:00 Uhr	BE MINDFUL	Aufgusssauna Innen		○○○
19:30 Uhr	HONIG-EINREIBUNG	Halvet		
20:00 Uhr	AUFGUSS DER SINNE	Aufgusssauna Innen		○○○
20:00 Uhr	ATEMFREI	Aufgusssauna Außen		○○
20:30 Uhr	KAKAO-ZEREMONIE	Kaminzimmer	mit Voranmeldung an der Saunateke	
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