

Aktivitätsplan

Uhrzeit	Art	Ort
13.00	Aufguss	Wald - Sauna
14.00	Eisschwitzen	Jäger - Sauna
15.00	Menthol - Kristalle	Wald - Sauna
16.00	Entspannungskurs	Felsenlounge
17.00	Eisschwitzen	Turm - Sauna
18.00	Aufguss	Wald - Sauna
18.00 - 19.30	Peeling	Dampfbad
19.00	Menthol - Kristalle	Wald - Sauna

Aufguss: Aromatisierte Aufgüsse mit wechselnden Aromen, durchgeführt von unserem Personal.

Eisschwitzen: Aromatisiertes Eis wird auf dem Saunaofen platziert.

Biosphärensauna: Genießen den Duft von getrocknetem Heu oder Tannenzweigen in unserer Biosphären-Landschaft

Menthol-Kristalle: Aus Minzöl hergestellte Kristalle verdunsten auf den heißen Saunasteinen. Trockener Aufguss (ohne Wasser; befreit Ihre Atemwege).

Peeling: Zucker mit Traubenkern-Öl, Himalaya-Salz mit Traubenkernöl.

Es beginnt hier