

# 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	Banja-Aufguss **** (kostenpflichtig)	Erd-Sauna
20:00 Uhr	Überraschungs-Aufguss *-****	

## Sonder-Zeremonien

	Banja-Aufguss	Aufguss-Zeremonie
Dauer:	ca. 45 Minuten	ca. 30 Minuten
Ablauf:	3 x ca. 10 Minuten	2 x ca. 10 Minuten
Intensität:	sehr intensiv ****	sehr intensiv ****
Preis:	5 Euro	

Die Teilnahme an der Banja ist kostenpflichtig.  
Eine Platzreservierung in der sauna~lounge ist erforderlich.

Aufguss: \* sanft \*\* mittel \*\*\* intensiv

Sonder-Zeremonien entsprechen nicht den Richtlinien des Deutschen Saunabundes