

Aufgussplan 16.10. - 22.10.2017

ZEIT	SCHWITZRAUM	AUGUSS	DUFTSTOFFBEREICH	DUFTSTOFF	BEIGABEN	TEMPERATUR	INTENSITÄT	GESPRÄCH	BESONDERHEITEN
10:00	Blocksauna	Energieschub	Frucht	Maracuja	Obst	90 °C	 	gesellig	
11:00	Blocksauna	Wald & Wiese	Blüte	Akazienblüte		90°C	 	ruhig	Regenkelle
12:00	Blocksauna	Gesundheit	Kräuter	Fenchel	Bon Bon	90°C	 	ruhig	Fächer
12:30	Dampfbad	Salz							
13:00	Blocksauna	Vulkan	Spezial	Menthol	Getränk oder Eis	90°C	  	gesellig	Eisformen
14:00	Blocksauna	Herbsttraum	Mix	Ingwer / Mandarine	Tee	90°C	  	gesellig	
15:00	Blocksauna	Energieschub	Frucht	Blutorange	Obst	90°C	 	gesellig	
15:30	Dampfbad	Salz							
16:00	Blocksauna	Wald & Wiese	Baum	Fichtennadel		90°C	 	ruhig	Regenkelle
17:00	Blocksauna	Gesundheit	Kräuter	Kräutermischung	Bon Bon	90°C	 	ruhig	Fächer
18:00	Blocksauna	Vulkan	Spezial	Pfefferminz	Getränk oder Eis	90°C	  	gesellig	Regenkelle
18:30	Dampfbad	Salz							
19:00	Blocksauna	Herbsttraum	Mix	Tanne / Honig	Tee	90°C	  	gesellig	
20:00	Blocksauna	Vulkan	Spezial	Sonnenaufgang	Getränk oder Eis	90°C	  	gesellig	Eisformen
21:00	Blocksauna	Wald & Wiese	Blüte	Heublume		90°C	 	ruhig	Regenkelle
22:00	Blocksauna	Energieschub	Frucht	Citrus	Obst	90°C	 	gesellig	Nur am Freitag

Bitte wechseln Sie die Sitzhöhe oder verlassen Sie den Schwitzraum, wenn Sie sich nicht mehr wohlfühlen.

INTENSITÄTEN

Sanfter Aufguss



Mittlerer Aufguss



Starker



