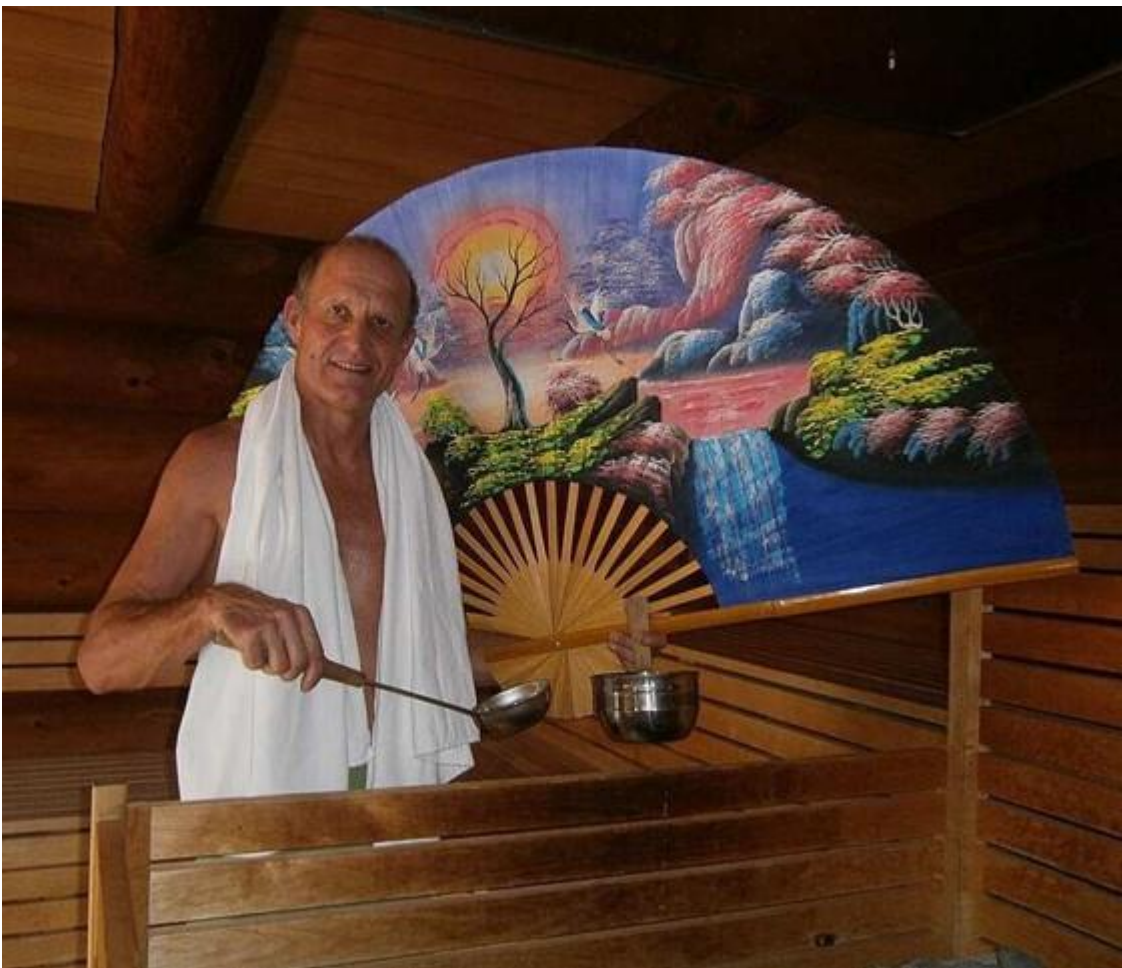


SAUNA-AUFGUSSPROGRAMM

von Donnerstag 20. bis Sonntag 23. April 2023 mit
Saunameister Bernd Gritschacher aus Kärnten



Donnerstag, 20.04.

15:00 Uhr Frühlingsspaziergang
16:00 Uhr Ice & Fire
17:00 Uhr Klassik-Musikaufguss

Freitag, 21.04.

15:00 Uhr Kräuteraufguss
16:00 Uhr Träume mit Musik
17:00 Uhr Klangschalen-Meditation

Samstag, 22.04.

15:00 Uhr Am Carmen Sylva Weg
16:00 Uhr Literarischer Saunaaufguss
„Mein erster Saunagang“
17:00 Uhr Lavendel-Kräuteraufguss

Sonntag, 23.04.

15:00 Uhr Bergwanderung
16:00 Uhr Ice & Fire
17:00 Uhr Fernweh

Alle Aufgüsse dauern zwischen 12 und 15 Minuten bei 82 bis 85 Grad Celsius und geringer Luftfeuchte. Ein Verlassen der Saunakammer ist immer möglich.
Bitte ca. 5 Minuten vorher bei der Sauna eintreffen.

„Gut Schwitz!“

Für Gäste, die es bevorzugen die Sauna ohne den Saunameister zu genießen,
steht die Panoramasauna beim Süßwasserpool (in der Gästevilla 2) zur Verfügung.