



# SAUNA ERLEBNIS FAHRPLAN

Bitte beachten Sie unsere Extra-Sauna-Aufgusspläne zum Romantischen Vollmondschwimmen und bei Sonderveranstaltungen.



ZEIT	AUFGUSS	SAUNA
09.30 Uhr	Frühaufsteher-Aufguss	Altenauer Pfeffer-Sauna
10.00 Uhr	Hildegard-von-Bingen-Aufguss	Kräuter-Mistel-Sauna
10.30 Uhr	Wassergymnastik Aqua-Fit in den Tag	großes Innenbecken
11.00 Uhr	Oberharzer Salz-Aufguss mit anschließender Kneippanwendung	Fichten-Sauna im Freibereich
11.30 Uhr	Hafer-Aufguss	Harz-Quarz-Sauna im Freibereich
12.00 Uhr	<b>Spezial-Brutal-Aufguss</b>	Dr.-Eisenbarth-Sauna
13.00 Uhr	Bergknappen-Aufguss	Harz-Quarz-Sauna im Freibereich
13.30 Uhr	Wassergymnastik Aqua-Rücken	großes Innenbecken
14.00 Uhr	Feuerdrachen-Aufguss Vitaminbombe	Mega-Brocken-Sauna
15.00 Uhr	Oberharzer Salz-Aufguss	Fichten-Sauna im Freibereich
15.30 Uhr	Hafer-Aufguss	Harz-Quarz-Sauna im Freibereich
16.00 Uhr	Honig-Spezial-Aufguss	Mega-Brocken-Sauna
16.30 Uhr	Wassergymnastik Aqua-Freestyle*	großes Innenbecken
17.00 Uhr	Hildegard-von-Bingen-Aufguss	Kräuter-Mistel-Sauna
17.30 Uhr	Bio-Aufguss	Fichten-Sauna im Freibereich
18.00 Uhr	Bergknappen-Aufguss	Dr.-Eisenbarth-Sauna
18.30 Uhr	Damen-Spezial-Aufguss „Brocken Hexe“	Altenauer Pfeffer-Sauna
18.30 Uhr	Herren-Spezial-Aufguss „Selbst ist der Mann“	Dr.-Eisenbarth-Sauna
19.00 Uhr	Oberharzer Salz-Aufguss mit anschließender Kneippanwendung	Fichten-Sauna im Freibereich
19.30 Uhr	Wassergymnastik Aqua-Stretching	großes Innenbecken
20.00 Uhr	<b>Spezial-Brutal-Aufguss</b>	Mega-Brocken-Sauna
21.00 Uhr	Hildegard-von-Bingen-Aufguss	Kräuter-Mistel-Sauna
<b>ZUSÄTZLICH – NUR FREITAGS UND SAMSTAGS</b>		
21.45 Uhr	Überraschungs-Aufguss	Harz-Quarz-Sauna im Freibereich
22.15 Uhr	Harzer-Nacht-Aufguss	Altenauer Pfeffer-Sauna

\*Auf Wunsch reichen wir danach ein Aqua-Fluid.