

Aufgussplan November 2025

Lange Saunanacht 29.11.

Wintermärchen

Uhrzeit	Aufguss	Ort
11.00	Frau Holle	Stollensauna
12.00	Salz oder Honig	Finnische Sauna
13.00	Rotkäppchen 	Stollensauna
13.20	Schlaraffenland	Dampfbad
14.00	Rumpelstilzchen	Finnische Sauna
15.00	Regen Trude	Stollensauna
15.20	Klangschalenmeditation	Biosauna
16.00	Wintermärchen	Finnische Sauna
17.00	Dornröschen	Stollensauna
17.20	Schlaraffenland	Dampfbad
18.00	Banja	Finnische Sauna
19.00	Schneewittchen	Stollensauna
20.00	Salz oder Honig	Finnische Sauna
21.00	Hensel und Gretel 	Stollensauna
21.15	Hexensuppe	Gastro
22.00	Schneeweißchen und Rosenrot	Finnische Sauna

