



# Aufgussplan Januar 2026

## „Vollmond“ LANGEsaunaNACHT

Uhrzeit	Aufguss	Ort
11:00	Merkur	Stollensauna
12:00	Salz oder Honig	Finnische Sauna
13:00	Jupiter 	Stollensauna
13:20	Vollmondpeeling	Dampfbad
14:00	Erde	Finnische Sauna
15:00	Venus	Stollensauna
15:20	Klangschalenmeditation	Biosauna
16:00	Mars	Finnische Sauna
16:20	Vollmondpeeling	Dampfbad
17:00	Saturn	Stollensauna
18:00	Banja	Finnische Sauna
19:00	Uranus	Stollensauna
20:00	Salz oder Honig	Finnische Sauna
21:00	Neptun 	Stollensauna
21:15	Late Night Suppe	Gastro
22:00	Pluto	Finnische Sauna