

Aufgussplan Januar 2026

SAUNA für FRÜHAUFSTEHER

am 14. und 28. Januar

Uhrzeit	Aufguss	Ort
10:00	Sonnenaufgang	Finnische Sauna
11:00	Fruchtaufguss	Stollensauna
11:20	Klangschalenmeditation	Biosauna
12:00	Salz oder Honig	Finnische Sauna
13:00	Kaffee ☺☺☺☺	Stollensauna
14:00	Klassischer Aufguss	Finnische Sauna
15:00	Duo Aktiv	Stollensauna
15:20	Schokopeeling	Dampfbad
16:00	Entspannung	Finnische Sauna
17:00	Kristallzauber	Stollensauna
18:00	Winter	Finnische Sauna
19:00	Schneetreiben	Stollensauna
20:00	Salz oder Honig	Finnische Sauna
21:00	Kräuter ☺☺☺☺	Stollensauna

