

Sauna-Erlebnis-Fahrplan



Sonder-Aufgüsse nach Ansage!

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



09.30 Uhr	Frühaufsteher-Aufguss		Altenauer Pfeffer-Sauna
10.00 Uhr	Hildegard-von-Bingen-Aufguss		Kräuter-Mistel-Sauna
10.30 Uhr	Wassergymnastik Ganzkörper*		im großen Innenbecken
11.00 Uhr	Oberharzer Salz-Aufguss mit anschließender Kneippanwendung		Fichten-Sauna
12.00 Uhr	Spezial-Brutal-Aufguss		Mega-Brocken-Sauna
12.30 Uhr	Aroma-Peeling-Zeremonie		Dampfstollen
13.00 Uhr	Bergknappen-Aufguss		Harz-Quarz-Sauna
13.30 Uhr	Wassergymnastik Beine**		im großen Innenbecken
14.00 Uhr	Feuerdrachen-Aufguss Vitaminbombe		Mega-Brocken-Sauna
15.00 Uhr	Oberharzer Salz-Aufguss		Fichten-Sauna
16.00 Uhr	Honig-Spezial-Aufguss		Mega-Brocken-Sauna
16.30 Uhr	Wassergymnastik Rücken*		im großen Innenbecken
17.00 Uhr	Hildegard-von-Bingen-Aufguss		Kräuter-Mistel-Sauna
17.30 Uhr	Aroma-Peeling-Zeremonie		Dampfstollen
18.00 Uhr	Bergknappen-Aufguss		Harz-Quarz-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
19.30 Uhr	Wassergymnastik Ganzkörper*		im großen Innenbecken
20.00 Uhr	Spezial-Brutal-Aufguss		Mega-Brocken-Sauna
21.00 Uhr	Hildegard-von-Bingen-Aufguss		Kräuter-Mistel-Sauna
Nur Freitag und Samstag zusätzlich:			
21.45 Uhr	Überraschungs-Aufguss		nach Ansage
22.15 Uhr	Harzer-Nacht-Aufguss		nach Ansage

* Jeder Gast erhält im Anschluss an die „Wassergymnastik Ganzkörper und Rücken“ eine Einreibung mit Massagefluid

** Jeder Gast erhält im Anschluss an die „Wassergymnastik Beine“ einen Kneippschen Beinguss

Die Harz-Quarz-Sauna und die Fichten-Sauna finden Sie im Sauna-Freibereich

(Änderungen vorbehalten)