










KRISTALL THERME ALTENAU

10:30 Uhr Frühaufsteher-Aufguss	 	Fichten-Sauna	90 °C
11:00 Uhr Natursud	  	Dr. Eisenbarth-Sauna	95 °C
11:30 Uhr Wassergymnastik		Thermen Innenbecken	
12:00 Uhr Oberharzer Salz-Aufguss (mit Verwedelung)	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
12:30 Uhr Menthol-Aufguss	  	Dr. Eisenbarth-Sauna	95 °C
13:00 Uhr Entspannungs-Aufguss	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
13:30 Uhr Wassergymnastik		Thermen Innenbecken	
14:00 Uhr Musik-Aufguss (mit Verwedelung)	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
14:30 Uhr Natursud	  	Dr. Eisenbarth-Sauna	95 °C
15:00 Uhr Entspannungs-Aufguss	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
15:30 Uhr Wassergymnastik		Thermen Innenbecken	
16:00 Uhr Oberharzer Salz-Aufguss (mit Verwedelung)	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
16:30 Uhr Natursud	  	Dr. Eisenbarth-Sauna	95 °C
17:00 Uhr Entspannungs-Aufguss	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
17:30 Uhr Wassergymnastik		Thermen Innenbecken	
18:00 Uhr Musik-Aufguss (mit Verwedelung)	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
18:30 Uhr Menthol-Aufguss	  	Dr. Eisenbarth-Sauna	95 °C
19:00 Uhr Entspannungs-Aufguss	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C
20:00 Uhr Oberharzer Salz-Aufguss (mit Verwedelung)	  	Mega-Brocken-Sauna	95 °C

Zusätzlich freitags und samstags:

21:00 Uhr **Gute-Nacht-Aufguss**   Fichten-Sauna 90 °C

Alle unsere Aufguss-Öle sind ausgewählte Bio- und Naturdüfte.

   **heiß / hot**   **normal / medium**  **sanft / light**  **mit Musik / with music**

Alle Aufgüsse in der Mega-Brocken-Sauna können von Musik begleitet werden.

Die Aufgüsse und Wassergymnastik stellen ein freiwilliges Angebot dar, es besteht kein Anspruch auf diese Leistung von Seiten des Gastes. Änderungen vorbehalten! Stand 01/2020.

