



KRISTALL THERME ALTENAU

SAMSTAG
+ SONNTAG
**14. + 15.03.
2026**

Frühlingsfest

ERLEBNIS-FAHRPLAN

Uhrzeit	Aufguss	Wo?
09.30 Uhr	Frühlingserwachen	🔥🔥 Altenauer-Pfeffer-Sauna ca. 85 °C
10.20 Uhr	Harzer Bergfrühling	🔥🔥🔥 Dr. Eisenbarth-Sauna ca. 95 °C
11.00 Uhr	Frühlingspeeling „Sakura“ 🏠	🔥🔥 Fichten-Sauna ca. 90 °C
11.30 Uhr	Wassergymnastik „Fit in den Frühling“	🏊 Thermalsole Innen-/ Außenbecken
12.00 Uhr	Citrus-Genuss 🎵	🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
12.30 Uhr	Altenauer Kräuter-Sud-Aufguss 🏠	🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna ca. 100 °C
13.00 Uhr	Frühjahrs-Entspannung 🎵	🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
13.30 Uhr	Rasoul-Anwendung 🎵	🔥 Dampfstollen ca. 50 °C
14.00 Uhr	Blütenzauber-Aufguss 🎵	🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
15.00 Uhr	Frühlingspeeling „Sakura“ 🏠	🔥🔥 Fichten-Sauna ca. 90 °C
16.00 Uhr	Citrus-Genuss 🎵	🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
16.30 Uhr	Altenauer Kräuter-Sud-Aufguss 🏠	🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna ca. 100 °C
17.00 Uhr	Frühjahrs-Entspannung 🎵	🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
17.30 Uhr	Rasoul-Anwendung 🎵	🔥 Dampfstollen ca. 50 °C
18.00 Uhr	Blütenzauber-Aufguss 🎵	🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
18.30 Uhr	Altenauer Kräuter-Sud-Aufguss 🏠	🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna ca. 100 °C
19.00 Uhr	Frühlingspeeling „Sakura“ 🏠	🔥🔥 Fichten-Sauna ca. 90 °C
20.00 Uhr	„Guru Beats“-Frühlingskick 🏠 🎵	🔥🔥 Fichten-Sauna ca. 90 °C
21.00 Uhr	Harzer Bergfrühling	🔥🔥 Dr. Eisenbarth-Sauna ca. 95 °C



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

Die Aufgüsse und Wassergymnastik stellen ein freiwilliges Angebot dar,
es besteht kein Anspruch auf diese Leistung von Seiten des Gastes.
Änderungen vorbehalten! Stand 03/2026.

🔥🔥 heiß / hot

🔥 normal / medium

🔥 sanft / light

🏊 Wassergymnastik / water aerobics

🏠 Außensauna / outdoor sauna

🎵 mit Musik / with music

Folgen Sie uns!  

www.kristalltherme-altenau.de