



KRISTALL THERME ALTENAU



DUFTREISE ERLEBNIS-FAHRPLAN

Uhrzeit	Aufguss		Wo?	
09.40 Uhr	Kaffee-Aufguss		🔥🔥 Altenauer-Pfeffer-Sauna	ca. 85 °C
10.20 Uhr	Eukalyptus-Session		🔥🔥🔥 Dr. Eisenbarth-Sauna	ca. 95 °C
11.00 Uhr	Kräuter-Salz-Aufguss	🏠	🔥🔥 Fichten-Sauna	ca. 90 °C
11.30 Uhr	Wassergymnastik		🏊 Thermalsole Innen-/ Außenbecken	
12.00 Uhr	Citrus-Aufguss		🎵 🔥🔥🔥 Dr. Eisenbarth-Sauna	ca. 95 °C
12.30 Uhr	Wenik-Aufguss	🏠	🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna	ca. 100 °C
13.00 Uhr	Räucherentspannung		🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna	ca. 85 °C
13.30 Uhr	Zucker-Peeling		💧 Dampfstollen	ca. 50 °C
14.00 Uhr	Kräuterreise		🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna	ca. 85 °C
15.00 Uhr	Kräuter-Salz-Aufguss	🏠	🔥🔥 Fichten-Sauna	ca. 90 °C
16.00 Uhr	Citrus-Aufguss		🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna	ca. 85 °C
16.30 Uhr	Wenik-Aufguss	🏠	🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna	ca. 100 °C
17.00 Uhr	Räucherentspannung		🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna	ca. 85 °C
17.30 Uhr	Ingwer-Peeling		🎵 💧 Dampfstollen	ca. 50 °C
18.00 Uhr	Kräuterreise		🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna	ca. 85 °C
18.30 Uhr	Wenik-Aufguss	🏠	🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna	ca. 100 °C
19.00 Uhr	Kräuter-Salz-Aufguss	🏠	🔥🔥 Fichten-Sauna	ca. 90 °C
20.00 Uhr	Eukalyptus-Session		🎵 🔥🔥🔥 Dr. Eisenbarth-Sauna	ca. 95 °C

Die Aufgüsse und Wassergymnastik stellen ein freiwilliges Angebot dar, es besteht kein Anspruch auf diese Leistung von Seiten des Gastes. Änderungen vorbehalten! Stand 09/2026.



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



heiß / hot



normal / medium



sanft / light



Wassergymnastik / water aerobics



Außensauna / outdoor sauna



mit Musik / with music

Folgen Sie uns!  

www.kristalltherme-altenau.de