



KRISTALL THERME ALTENAU

DUFTREISE ERLEBNIS-FAHRPLAN



Uhrzeit	Aufguss	Wo?
09.40 Uhr	Schoko-Aufguss	🔥🔥 Altenauer-Pfeffer-Sauna ca. 85 °C
10.20 Uhr	Harzer-Bergfrische	🔥🔥🔥 Dr. Eisenbarth-Sauna ca. 95 °C
11.00 Uhr	Banja Salz-Aufguss	🏠 🔥🔥 Fichten-Sauna ca. 90 °C
11.30 Uhr	Wassergymnastik	🌊 Thermalsole Innen-/ Außenbecken
12.00 Uhr	Eukalyptus-Session	🔥🔥🔥 Dr. Eisenbarth-Sauna ca. 95 °C
12.30 Uhr	Pfefferdampf	🏠 🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna ca. 100 °C
13.00 Uhr	Klangreise 4 Elemente	🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
13.30 Uhr	Zucker-Peeling	🔥 Dampfstollen ca. 50 °C
14.00 Uhr	Orientalischer Aufguss	🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
15.00 Uhr	Kräuter Salz-Aufguss	🏠 🔥🔥 Fichten-Sauna ca. 90 °C
16.00 Uhr	Japanischer Aufguss	🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
16.30 Uhr	Kaffee-Banja	🏠 🔥🔥🔥 Harz-Quarz-Sauna ca. 100 °C
17.00 Uhr	Klangreise	🏠 🔥🔥 Fichten-Sauna ca. 90 °C
17.30 Uhr	Zucker-Peeling	🎵 🔥 Dampfstollen ca. 50 °C
18.00 Uhr	Afrikanischer Aufguss	🎵 🔥🔥 Mega-Brocken-Sauna ca. 85 °C
18.30 Uhr	Kaffee-Banja	🏠 🔥🔥🔥 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 08/2026.



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