



Samstag,
08. März
2025

Ladies First

FRAUENTAG IN DER THERME

AUFGUSS-PLAN

Uhrzeit	Aufguss		Wo?
10.00 Uhr	Aufguss „Wachgeküsst!“	🎵 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
10.30 Uhr	Wassergymnastik „Fit in den Tag“	🌊	Großes 1,5 % Solebecken
11.00 Uhr	Orangen-Salzpeeling	🔥🔥	Mega-Sauna DOM
11.00 Uhr	Klangmeditation mit Isabella*	🥁	Meditationsgrotte
11.30 Uhr	Dampfbadritual „Samtrote Harmonie“ (Bezahlung im Voraus an der Kasse, 15 € statt 17 € pro Person)		Dampfbad
12.00 Uhr	Aufguss „Feuer und Flamme“	🎵 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
12.30 Uhr	Damenaufguss „Frauensache“ (nur für Damen)	🎵 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
13.00 Uhr	Zeremonie „Ruhe und Harmonie“	🎵 🥁 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
13.30 Uhr	Wassergymnastik „Rücken“	🌊	Großes 1,5 % Solebecken
14.00 Uhr	Aufguss „Zitrusfrische“	🔥🔥🔥	Mega-Sauna DOM
14.00 Uhr	Klangmeditation mit Isabella*	🥁	Meditationsgrotte
14.30 Uhr	Aufguss „Natur Pur“	🎵 🔥🔥	Heu-Sauna
15.00 Uhr	Orangen-Salzpeeling	🔥🔥	Mega-Sauna DOM
15.30 Uhr	Wassergymnastik „Ganzkörper“	🌊	Großes 1,5 % Solebecken
16.00 Uhr	Aufguss „Du bist nie allein“	🎵 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
16.30 Uhr	Dampfbadritual „Samtrote Harmonie“ (Bezahlung im Voraus an der Kasse, 15 € statt 17 € pro Person)		Dampfbad
17.00 Uhr	Aufguss „Starke Seele, sanfte Ruhe“	🎵 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
17.30 Uhr	Wassergymnastik „Rücken“	🌊	Großes 1,5 % Solebecken
18.00 Uhr	Aufguss „Zitrusfrische“	🔥🔥🔥	Mega-Sauna DOM
18.00 Uhr	Klangmeditation mit Isabella*	🥁	Meditationsgrotte
18.30 Uhr	Damenaufguss „Kraft und Eleganz“ (nur für Damen)	🎵 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
19.00 Uhr	Orangen-Salzpeeling	🔥🔥	Mega-Sauna DOM
19.30 Uhr	Wassergymnastik „Aqua-Stretching“	🌊	Großes 1,5 % Solebecken
20.00 Uhr	Aufguss „Stark und schön“	🎵 🔥🔥	Mega-Sauna DOM
21.00 Uhr	Aufguss „Abendgruß“	🎵 🔥	Edelstein-Sauna

🌊 Wassergymnastik / water aerobics
🎵 mit Musik / with music
🥁 mit Klangschale / with singing bowl

🔥🔥 heiß / hot
🔥 normal / medium
🔥 sanft / light

🌿 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!

* Genießen Sie mit unserer Künstlerin ISABELLA ein Klangerlebnis, das Sie auf eine Reise der Entspannung und Achtsamkeit mitnimmt, während Sie den Klang der Schalen und Gongs spüren. Während Ihrer Meditation reichen wir Gesichtsmasken.

