kiezsauna

Aufgussplan

Montag (Frauensauna) | Donnerstag

Uhrzeit	Schwitzraum	Aufguss
10.30 Uhr	Kräutersauna	Entspannt in den Tag
11.30 Uhr	Kelosauna	Früchteaufguss
12.30 Uhr	Kelosauna	Jahreszeitenaufguss
13.30 Uhr	Kelosauna	Duftreise (Beduftung)
14.30 Uhr	Kelosauna	Gesundheitsaufguss
15.30 Uhr	Kelosauna	Aufguss des Tages
16.30 Uhr	Kelosauna	Vulkanfeuer
17.30 Uhr	Kelosauna	Meditationsaufguss
18.30 Uhr	Kelosauna	Jahreszeitenaufguss
19.30 Uhr	Kelosauna	Potsdamer Spezial
20.30 Uhr	Kräutersauna	Ausklang (Beduftung)

Änderungen individuell durch das Personal

Winter 2025

kiezsauna

Aufgussplan

Dienstag | Mittwoch | Freitag

Uhrzeit	Schwitzraum	Aufguss
12.30 Uhr	Kräutersauna	Willkommensaufguss
13.30 Uhr	Kelosauna	Duftreise (Beduftung)
14.30 Uhr	Kelosauna	Wunschaufguss
15.30 Uhr	Kelosauna	Aufguss des Tages
16.30 Uhr	Kelosauna	Vulkanfeuer
17.30 Uhr	Kelosauna	Meditationsaufguss
18.30 Uhr	Kelosauna	Jahreszeitenaufguss
19.30 Uhr	Kelosauna	Potsdamer Spezial
20.30 Uhr	Kräutersauna	Ausklang (Beduftung)

Änderungen individuell durch das Personal.

Winter 2025

kiezsauna

Aufgussplan

Samstag

Uhrzeit	Schwitzraum	Aufguss
12.30 Uhr	Kräutersauna	Begrüßung
13.30 Uhr	Kelosauna	Duftreise (Beduftung)
14.30 Uhr	Kelosauna	Jahreszeitenaufguss
15.30 Uhr	Kelosauna	Früchte Aufguss
16.30 Uhr	Kelosauna	Potsdamer Spezial
17.15 Uhr	Kräutersauna	Verabschiedung (Beduftung)

Änderungen individuell durch das Personal.

Winter 2025

kiezsauna

Aufgussplan

Sonntag | Feiertag

Uhrzeit	Schwitzraum	Aufguss
10.30 Uhr	Kräutersauna	Begrüßung
11.30 Uhr	Kelosauna	Natur Pur
12.30 Uhr	Kelosauna	Früchteaufguss
13.30 Uhr	Kelosauna	Duftreise (Beduftung)
14.30 Uhr	Kelosauna	Wunschaufguss
15.30 Uhr	Kelosauna	Jahreszeitenaufguss
16.30 Uhr	Kelosauna	Potsdamer Spezial
17.15 Uhr	Kräutersauna	Verabschiedung (Beduftung)

Änderungen individuell durch das Personal.