

Aufgussplan

Zeit	Saunahaus	Aufguss	Duftstoff	Temperatur	Intensität	Besonderheit
11:00	Haus am See	Guten Morgen	Holz = stärkend	95 °C		
11:30	Bootsschuppen	Eiskugel	blumig = ausgleichend	80 °C		mit ätherischen Ölen
12:00	Haus am See	Durchatmen	Minze = belebend	95 °C		kühles Getränk
12:30	Waschköök	Kräuter Peeling		40 °C		Peeling
13:00	Röckerhuus	Birkenreisig	Birkensud = stärkend	95 °C		kein Anfänger Aufguss
14:00	Haus am See	Saunakräuter	Kräuter = beruhigend	95 °C		kühles Getränk
14:30	Bootsschuppen	Eiskugel	Minze = belebend	80 °C		mit ätherischen Ölen
15:00	Haus am See	Komm zu Dir	ätherische Öle in Variation	95 °C		mit ätherischen Ölen
15:30	Waschköök	Kräuter Peeling		40 °C		Peeling
16:00	Haus am See	heißer Peter	Frucht = anregend	95 °C		kühles Getränk
17:00	Röckerhuus	Naturnah	ätherische Öle in Variaton	95 °C		mit ätherischen Ölen
17:30	Bootsschuppen	Eiskugel	blumig = ausgleichend	80 °C		mit ätherischen Ölen
18:00	Haus am See	Kurze Auszeit	Holz = stärkend	95 °C		Wassereis
18:30	Bootsschuppen	Eiskugel	Minze = belebend	80 °C		mit ätherischen Ölen
19:00	Röckerhuus	Birkenreisig	Birkensud = stärkend	95 °C		kein Anfänger Aufguss
20:00	Haus am See	Surprise	variiert	95 °C		AufgießerIn überrascht Euch
20:30	Waschköök	Kräuter Peeling		40 °C		Peeling
21:00	Haus am See	Gute Nacht	Frucht = anregend	95 °C		

