

# AUFGUSSPLAN

ⓘ Intensiver Aufguss, große Wassermenge, Dauer > 10 Min.  
\* letzter Aufguss sonntags

☺☺☺ starker Aufguss  
☺☺ mittlerer Aufguss  
☺ schwacher Aufguss

Uhr	Schwyzhuus 90 °C	Kalevala Sauna 80 °C	Arena Sauna 100 °C	Finnische Sauna 85 °C	Excalibur Sauna 85 °C	Römerbad 45 °C
11:00	Relax ☺					
11:30				Klassisch >> Salz ☺☺		
12:00		Wenik ⓘ				
12:30						Honig-Anwendung
13:00	Multivitamin ☺☺					
13:30			Gladiator ☺☺☺			
14:00	Klassisch ☺☺					
14:30					Spektakulus ☺☺	
15:00	Individual ☺☺					
15:30						Honig-Anwendung
16:00		Wenik ⓘ				
16:30				Klassisch >> Salz ☺☺		
17:00	Relax ☺					
17:30					Spektakulus ☺☺	
18:00	Multivitamin ☺☺					
18:30			Gladiator ☺☺☺			
19:00	Klassisch ☺☺					
19:30		Wenik ⓘ				
20:00	Individual* ☺☺					
20:30						Honig-Anwendung
21:00					Spektakulus ☺☺	
21:30				Klassisch ☺☺		
22:00			Gladiator ☺☺☺			