

AUFGUSSPLAN

ab 01.05.2026 - 31.05.2026

Uhrzeit	Sauna	Temperatur	Aufguss	Intensität	Extra
11:00	Sparren	85°	Zitrone - Lemongras - Zitrone	●●	
12:00	Velmers	95°	Pink Grapefruit - Lemongras - Basilikum	●●	
13:00	Sparren	85°	Vetiver - Cerdernholz - Nelkenblüte	●●	
14:00	Velmers	95°	Musikaufguss	●●	
15:00	Velmers	95°	Eukalyptus - Minze - Zypresse	●●●*	Mentholkristalle
15:00	Freedden	70°	Minze - Zirbelkiefer - Jasmin	●	
16:00	Sparren	85°	Ceder - Gardenia - Ceder	●●	
17:00	Velmers	95°	Lavendel - Geranie - Rosmarin	●●	
17:30	Freya (1.OG)	45°	Zauberholzpeeling	●●	
18:00	Sparren	85°	Balsamtanne - Mandarine - Muskatnuss	●●	
19:00	Velmers	95°	Petit Grain - grüne Mandarine - Orange	●●	
20:00	Sparren	85°	Vetiver - Cedernholz - Nelkenblüte	●●	
21:00	Velmers	95°	Musikaufguss	●●	
22:00	Velmers	95°	Eukalyptus - Minze - Zypresse	●●●*	Mentholkristalle

*Aufgüsse können von den Richtlinien des Deutschen Saunabundes abweichen