

# AUFGUSSPLAN

vom 29.07.24 - 18.08.24

Uhrzeit	Sauna	Temperatur	Aufguss	Intensität	Extra
11:00	Sparren	85°	Eukalyptus - Orange - Eukalyptus	●●	
12:00	Velmers	95°	Neroli - Elemi - Blutorange	●●	
13:00	Sparren	85°	Salbei - Melisse - Sandelholz	●●	Salbeiöl
14:00	Velmers	95°	Musikaufguss	●● - ●●●*	
15:00	Velmers	95°	Minze - Thuja - Minze	●●●*	Mentholkristalle
15:00	Freeden	70°	rote Mandarine - Lemongras	●	Orangenöl
16:00	Sparren	85°	Kampfer - Hobbaum - Gardenia	●●	
17:00	Velmers	95°	pink Grapefruit - Sommerkräuter - Zedernholz	●●	
18:00	Sparren	85°	Eukalyptus - Orange - Eukalyptus	●●	
19:00	Velmers	95°	rote Mandarine - Zitrone - Blutorange	●●	
20:00	Sparren	85°	Salbei - Melisse - Sandelholz	●●	Salbeiöl
21:00	Velmers	95°	Musikaufguss	●● - ●●●*	
22:00	Velmers	95°	Minze - Thuja - Minze	●●●*	Mentholkristalle

\*Aufgüsse können von den Richtlinien des Deutschen Saunabundes abweichen