

AUFGUSSPLAN

LANGES SAUNIEREN

carpe sol

Uhrzeit

Sauna

Temperatur

Aufguss

Intensität

Extra

11:00

Sparren

85°

Eukalyptus - Litsea Cubeba - Eukalyptus

●●

12:00

Velmers

95°

Grapefruit pink - Zitrone - Hobbaum

●●

13:00

Sparren

85°

ohne Wedeln: Bergamotte - Rosmarin - Fenchel

●●

Kräuteröl

14:00

Velmers

95°

Musikaufguss

●●

15:00

Velmers

95°

Minze - Palmarosa - Krauseminze

●●●*

Mentholkristalle

15:00

Freeden

70°

sanfter Herbstwind: Zedernholz und leise Musik

●

16:00

Sparren

85°

Olibanum - Neroli - Latschenkiefer

●●

17:00

Velmers

95°

Weißtanne - Orange - Cassia

●●

18:00

Sparren

85°

Melisse - Tangerine - Wintergrün

●●

19:00

Velmers

95°

Grapefruit pink - Zitrone - Hobbaum

●●

20:00

Sparren

85°

ohne Wedeln: Bergamotte - Rosmarin - Fenchel

●●

Kräuteröl

20:30

Freeden

70°

Duftreise mit Klangschale: der indische Tempel

●

21:00

Velmers

95°

Musikaufguss

●●

21:30

Freya

45°

Kaffeepeeling

●

22:00

Velmers

95°

Minze - Palmarosa - Krauseminze

●●●*

Mentholkristalle

22:30

Hüggel

95°

Banja Wenik

●●●*

23:00

Velmers

95°

Entspannung pur: Jasmin - Gardenia - Sandelholz

●●

23:30

Extern

75°

Frischer Soleaufguss mit Meersalzpeeling

●●

0:00

Velmers

95°

Gute Nacht Aufguss: Lavendel - Euka - Lavendel

●●

*Aufgüsse können von den Richtlinien des Deutschen Saunabundes abweichen