

# Aufgussplan Badeparadies

## Winter

### Damen-Herren-Aufguss-Sauna (95°C) im separierten Saunaabteil

Uhrzeit	Duftnote	Wirkung
09:05 Uhr	Fichtennadel	<b>Holzig-Aromatisch</b> Befreit wohltuend die Atemwege
10:05 Uhr	Eisminze	<b>Minzig - Kühl</b> Schenkt geistige Frische
11:05 Uhr	Passionsblume	<b>Fruchtig - Blumig</b> Wirkt ausgleichend
12:05 Uhr	Cypresse - Rosmarin	<b>Holzig - Würzig</b> Stärkt die Konzentration
13:05 Uhr	Nordische Birke	<b>Aromatisch - Frisch</b> Steigert die Durchblutung
14:05 Uhr	Honig - Melone	<b>Fruchtig - Intensiv</b> Weckt Erinnerungen
15:05 Uhr	Alpenkräuter	<b>Krautig - Frisch</b> Verbessert die Intuition
16:05 Uhr	Salbei - Grapefruit	<b>Frisch - Herb</b> Schenkt körperliche Frische
17:05 Uhr Sonn- und Feiertag letzter Aufguss	Eukalyptus	<b>Frisch - Intensiv</b> Fördert und vertieft die Atmung
18:05 Uhr	Zitronengras - Basilikum	<b>Fruchtig - Würzig</b> Wirkt gegen Stress
19:05 Uhr	Latschenkiefer	<b>Würzig - Aromatisch</b> Befreit die Atemwege
20:05 Uhr	Melisse - Honig	<b>Frisch-Würzig</b> Wirkt ausgleichend
21:05 Uhr / Mo., Mi. und Fr.	Mandarine	<b>Fruchtig - Süß</b> Löst nervöse Spannungen
21:45 Uhr / Mo., Mi. und Fr.	Saunamed	<b>Frisch - Würzig</b> Entspannt die Bronchien

Bemerkungen: Alle Aufgüsse werden in mittlerer Intensivität, und nach den Richtlinien zur Durchführung von Saunaaufgüssen in öffentlichen Saunanlagen, durchgeführt .

Die Aufgussdauer beträgt zwischen 6 und 8 Minuten!

Wir verwenden ausschließlich zertifizierte Aufgussprodukte der Firma Spitzner!

Obst-, Säfte-, Eis-, Honig-, Bonbon- und Salzreichungen, während und nach den Aufgüssen.

bade**paradies**



zwei**brücken**



Stadtwerke Zweibrücken