



# Sauna- programm



## OKTOBER

### FICHTENNADEL

30.09.–05.10.2025

Sauna-Team Hotel

Frische Fichtennadel-Aufgüsse, einem erholsamen Spaziergang durch den Wald gleich

### ROSMARIN-ZITRONE

06.–12.10.2025

Sauna-Team Hotel

Belebende Rosmarin-Zitrone-Aufgüsse, ideal gegen Müdigkeit an kühlen Herbsttagen

### ORANGE-INGWER

13.–19.10.2025

Sauna-Team Hotel

Fruchtig-scharfe Orange-Ingwer-Aufgüsse geben Energie in der kühleren Jahreszeit

### ZEIT FÜR DICH

16.–18.10.2025

Paulina Ardova

Achtsamkeits-Special mit sanften Aufgüssen aus Sandelholz, Lavendel und Orange-Ingwer sowie Teezeremonie mit Kräutern für innere Ruhe

### SANDELHOLZ

20.–26.10.2025

Sauna-Team Hotel

Sinnliche Sandelholz-Aufgüsse, ideal für kuschelige Herbsttage

### FAIRYTAIL – FANTASIEVOLLE AUFGÜSSE

25.–27.10.2025

Ditta Kiss

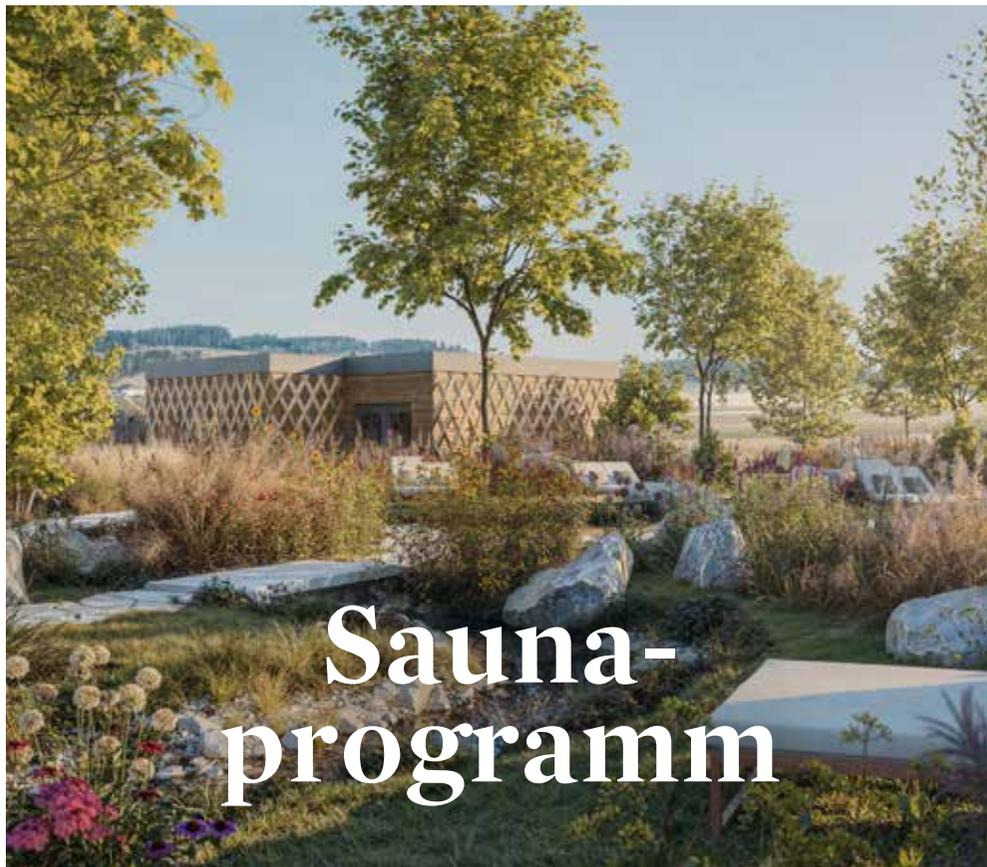
Fantasievolle Themenaufgüsse mit Showeinlagen und entspannenden Ritualen in einer märchenhaften Atmosphäre

### VANILLE

27.10.–02.11.2025

Sauna-Team Hotel

Sanfte Vanille-Aufgüsse, beruhigend und wohltuend für das Gemüt



# Sauna- programm



## NOVEMBER

### **SALBEI-THYMIAN**

**03.–09.11.2025**

Sauna-Team Hotel

Stärkende Aufgüsse aus Salbei und Thymian, wohltuend für Atemwege in Erkältungszeiten

### **STEAM & SHOW**

**07.–09.11.2025**

Alex Wöhrer,  
Bernd Hofbauer  
& Christian Klotzner

Intensives Sauna-Wochenende mit 14 Aufgüssen, Themen- und Showaufgüssen sowie Dampfbad-Zeremonien

### **WEIHRAUCH**

**10.–16.11.2025**

Sauna-Team Hotel

Mystische Weihrauch-Aufgüsse, beruhigend und ideal für graue Herbsttage

### **ZIMT-NELKE**

**17.–23.11.2025**

Sauna-Team Hotel

Klassisch winterliche Aufgüsse mit Zimt und Nelke, stimmungsaufhellend und wärmend

### **EXPEDITION AUFGUSS**

**18.–20.11.2025**

Lukas Barani

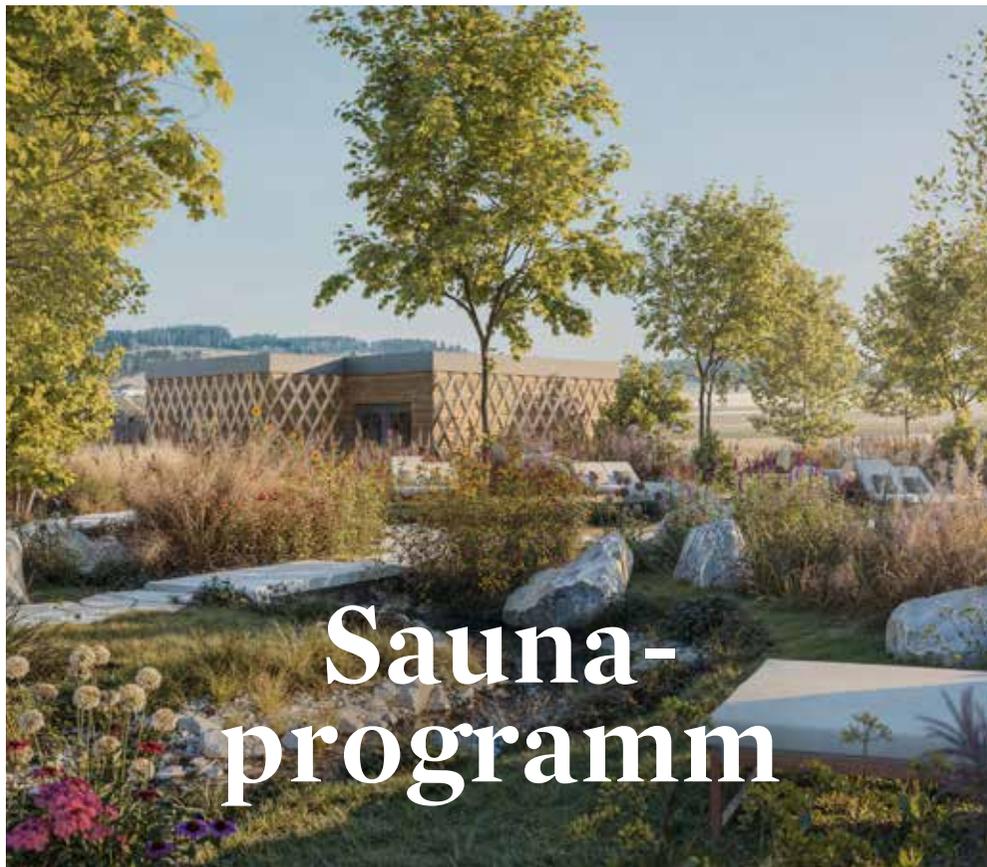
Themenaufgüsse zu Bergen, Hoamatgefühl und Räucherzeremonien mit Show-Elementen und alpinem Flair

### **MYRTE-ZITRONE**

**24.–30.11.2025**

Sauna-Team Hotel

Frische Myrte-Zitrone-Aufgüsse, klärend für die Atemwege und belebend in dunklen Tagen



# Sauna- programm



## DEZEMBER

### ZIMT-STERNANIS

01.–07.12.2025

Sauna-Team Hotel

Wärmende Aufgüsse mit Zimt und Sternanis, weihnachtlich süß und wohltuend

### TANNE-ORANGE

08.–14.12.2025

Sauna-Team Hotel

Festliche Tanne-Orange-Aufgüsse verbinden Frische mit Geborgenheit

### GLÜHWEIN-DUFT

15.–21.12.2025

Sauna-Team Hotel

Süß-würzige Aufgüsse mit Glühwein-Duft, die an stimmungsvolle Weihnachtsmärkte erinnern

### WINTERSONNENWENDE

18.–21.12.2025

Herzfeld

Räucherrituale und Klangreisen in der Sauna zur Feier der Wintersonnenwende

### BRATAPFEL

15.–21.12.2025

Sauna-Team Hotel

Süß-würzige Bratapfel-Aufgüsse mit Apfel- und Zimtnoten, festlich und gemütlich

### ROSE

29.12.2025–04.01.2026

Sauna-Team Hotel

Feine Rosen-Aufgüsse mit festlichem Duft zum Jahresabschluss

### ROCKABILLY – SILVESTER SPECIAL

31.12.2025

Bettina oder Joe

Late-Night-Sauna mit Aufgüssen Vanille-Kokos und Zitrone-Minze, begleitet von Rock'n'Roll-Klassikern für ein beschwingtes Silvester