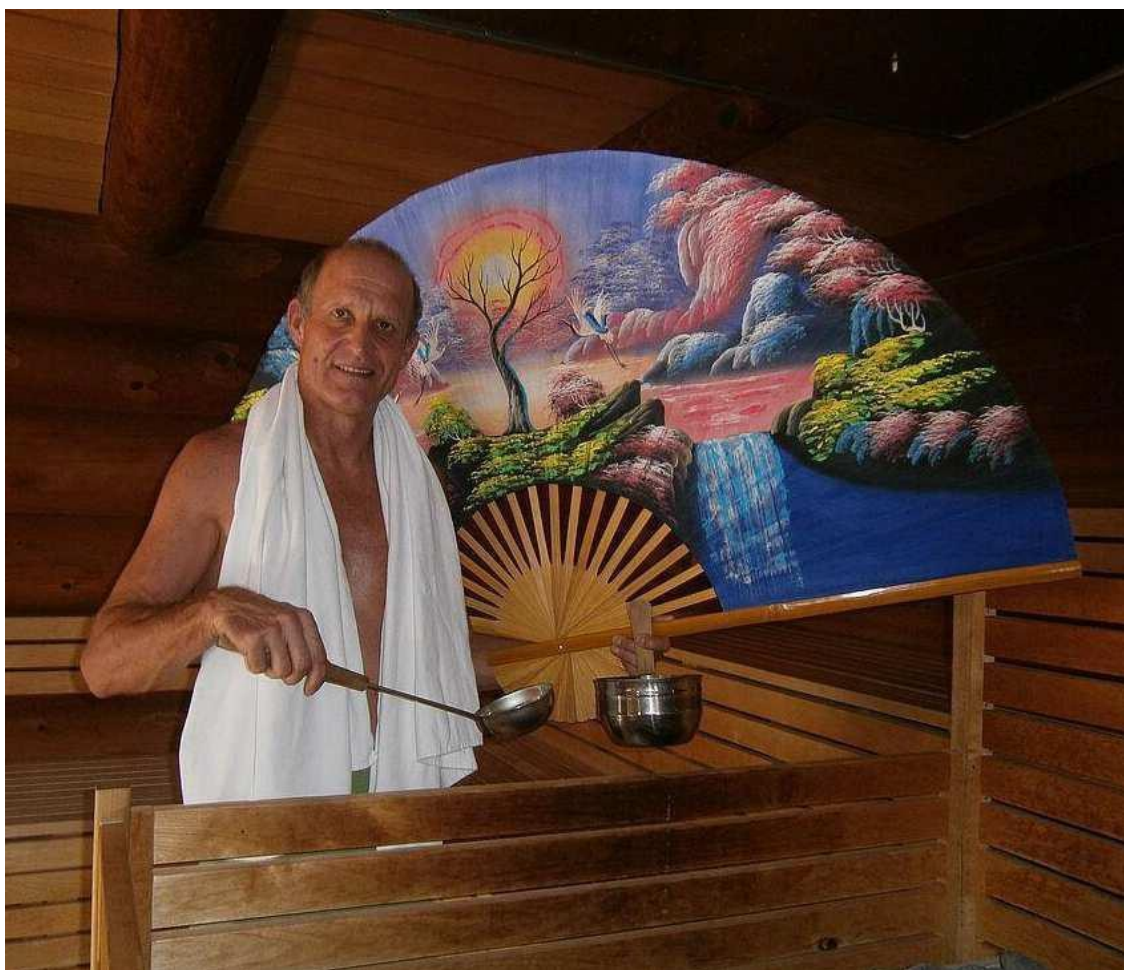


SAUNA-AUFGUSSPROGRAMM

von Donnerstag 18. bis Sonntag 21. April 2024
mit Saunameister Bernd Gritschacher aus Kärnten



Donnerstag

15:00 Uhr Gruß aus Kärnten
 16:00 Uhr Kräuteraufguss
 17:00 Uhr Klangschalen - Meditation



Kräuteraufguss mit frischen oder getrockneten Kräutern, ohne Zusätze, einfach: Natur pur!

Freitag

15:00 Uhr Frühlingsspaziergang
 16:00 Uhr Ice & Fire
 17:00 Uhr Träume mit Musik



Berausende Düfte vermitteln Frühlingsgefühle in Opatija

Samstag

15:00 Uhr Am Carmen Sylva Weg
 16:00 Uhr Klassikaufguss mit Musik
 17:00 Uhr Klangschalen - Meditation



Tibetische Klangschalen lassen uns mit ihren Klängen und Schwingungen träumen.....

Sonntag

15:00 Uhr Fernweh
 16:00 Uhr Ice & Fire
 17:00 Uhr Träume mit Musik



Bei „Ice & Fire“ erleben wir die besondere Wirkung der Kombination von Menthol-Kristallen und Wärme

Wichtiger Hinweis!

Alle Aufgüsse dauern ca. 12-15 Minuten bei etwa 82-85 Grad.
Das Verlassen der Saunakammer ist jederzeit möglich.
Bitte ca. 5 Minuten vor Aufgussbeginn bei der Sauna einfinden.

„Gut Schwitz!“

Für Gäste, die es bevorzugen die Sauna ohne den Saunameister zu genießen, steht die Panoramasauna beim Süßwasserpool (in der Gästevilla 2) zur Verfügung.