

# Unser Sauna-Erlebnis-Fahrplan



Uhrzeit	Aufguss	Wo?
09.30 Uhr	Wassergymnastik	Innen-/ Außenbecken Therme
09.45 Uhr	Guten-Morgen-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C
10.45 Uhr	„Für die Atemwege“	Carnevale-Sauna ca. 85 °C
11.15 Uhr	Wassergymnastik	Innen-/ Außenbecken Therme
11.40 Uhr	Salzaufguss	Spezial-Sauna / Dampfbad ca. 95 °C
12.00 Uhr	Black Mud*	Dampf- und Aromabad ca. 45 °C
12.45 Uhr	Klangschalen-Zeremonie	Rialto-Sauna ca. 70 °C
13.15 Uhr	Wassergymnastik	Innen-/ Außenbecken Therme
13.45 Uhr	Kaffee am Mittag	Carnevale-Sauna ca. 85 °C
14.45 Uhr	Schönes Fröchtchen	Rialto-Sauna ca. 70 °C
15.15 Uhr	Wassergymnastik	Innen-/ Außenbecken Therme
15.45 Uhr	„Heißer Rheinländer“	Spezial-Sauna ca. 95 °C
16.45 Uhr	Hildegard von Bingen-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C
17.15 Uhr	Wassergymnastik	Innen-/ Außenbecken Therme
17.40 Uhr	Salzaufguss	Carnevale-Sauna / Dampfbad ca. 85 °C
18.00 Uhr	Black Mud*	Dampf- und Aromabad ca. 45 °C
18.45 Uhr	Waldspaziergang	Spezial-Sauna ca. 95 °C
19.15 Uhr	Wassergymnastik	Innen-/ Außenbecken Therme
19.45 Uhr	Überraschungs-Aufguss	Spezial-Sauna ca. 95 °C
20.45 Uhr	Schönes Fröchtchen	Carnevale-Sauna ca. 85 °C

Jeden Mittwoch, Freitag und Samstag zusätzlich:

Uhrzeit	Aufguss	Wo?
21.45 Uhr	Gute-Nacht-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C

## Unsere Damenaufgüsse

Jeden Montag

Uhrzeit	Aufguss	Wo?
13.15 Uhr	Damen-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C
14.15 Uhr	Damen-Salzaufguss mit Öl-Peeling	Carnevale-Sauna ca. 85 °C
15.15 Uhr	Damen-Überraschungs-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C

Jeden Mittwoch

Uhrzeit	Aufguss	Wo?
17.15 Uhr	Damen-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C
18.15 Uhr	Damen-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C
19.15 Uhr	Damen-Salzaufguss mit Öl-Peeling	Carnevale-Sauna ca. 85 °C
20.15 Uhr	Damen-Überraschungs-Aufguss	Rialto-Sauna ca. 70 °C

Jeden Mittwoch ab 19.30 Uhr ist textilfreies Schwimmen in der gesamten Therme möglich.

**heiß**

**normal**

**sanft**

**Wassergymnastik**

**Aufgüsse können mit Musik stattfinden**

**Überraschungs-Aufguss**  
Hier können unsere Saunameister ihr ganzes Können unter Beweis stellen. Abwechslung ist garantiert, da hier jeder Mitarbeiter den Aufguss nach seinen Vorstellungen zelebriert. Von ruhig und romantisch bis laut und wild ist alles dabei. Jeden Tag erwartet Sie eine neue Überraschung!

\* Preis pro Person: 12,00 €.  
Dauer: ca. 25 Minuten.  
Bitte melden Sie sich mindestens 30 Minuten vorher an.

Die Aufgüsse und Wassergymnastik stellen ein freiwilliges Angebot dar, es besteht kein Anspruch auf diese Leistung von Seiten des Gastes.

Der letzte Aufguss des Abends findet mit ruhiger Musik statt.

Änderungen vorbehalten!  
Stand 01/2026.