



Unser Sauna- Erlebnis-Fahrplan

| Uhrzeit | Aufguss | Wo? | |
|-----------|-----------------------------------|--|------------|
| 10.00 Uhr | Kaffee-Zeit | Kaffee-Stübchen-Sauna | ca. 90 °C |
| 11.00 Uhr | Entspannung mit Klängen | Hildegard-von-Bingen-Sauna | ca. 75 °C |
| 11.30 Uhr | Black Mud (Zusatzleistung) | Dampfbad | ca. 45 °C |
| 12.00 Uhr | Aromazauber mit Peeling* | Welfen-Saal | ca. 90 °C |
| 12.30 Uhr | Lavendel-Aufguss | Mühlen-Sauna | ca. 85 °C |
| 13.00 Uhr | Kristall-Spezial | Welfen-Saal | ca. 90 °C |
| 13.30 Uhr | Wassergymnastik |  3% Thermalsolebecken | |
| 14.00 Uhr | Polar-Erlebnis | Welfen-Saal | ca. 90 °C |
| 15.00 Uhr | Kräuter-Aufguss | Mühlen-Sauna | ca. 85 °C |
| 15.30 Uhr | Kaffee-Zeit | Kaffee-Stübchen-Sauna | ca. 90 °C |
| 16.00 Uhr | Zitrus-Erlebnis | Welfen-Saal | ca. 90 °C |
| 16.30 Uhr | Wassergymnastik (Mo.-Sa.) |  3% Thermalsolebecken | |
| 16.30 Uhr | Waldspaziergang (nur So.) | Mühlen-Sauna | ca. 85 °C |
| 17.00 Uhr | Entspannung mit Klängen | Hildegard-von-Bingen-Sauna | ca. 75 °C |
| 17.30 Uhr | Black Mud (Zusatzleistung) | Dampfbad | ca. 45 °C |
| 18.00 Uhr | Aromazauber mit Peeling* | Welfen-Saal | ca. 90 °C |
| 18.45 Uhr | Damen Verwöhn-Aufguss | Hildegard-von-Bingen-Sauna | ca. 75 °C |
| 18.45 Uhr | Ice and Fire | Dr. Eisenbarth-Sauna | ca. 105 °C |
| 19.30 Uhr | Vital-Aufguss | Mühlen-Sauna | ca. 85 °C |
| 20.00 Uhr | Polar-Erlebnis | Welfen-Saal | ca. 90 °C |
| 20.45 Uhr | Eukalyptus-Zeremonie | Mühlen-Sauna | ca. 85 °C |
| 21.15 Uhr | Gute-Nacht-Aufguss | Amethyst-Sauna | ca. 90 °C |

Zusätzlich jeden Freitag und Samstag:

| Uhrzeit | Aufguss | Wo? | |
|-----------|-------------------------------|----------------------------|-----------|
| 22.00 Uhr | Entspannungs-Zeremonie | Hildegard-von-Bingen-Sauna | ca. 75 °C |



Wassergymnastik / water aerobics



Für unsere Aufgüsse verwenden wir ausschließlich hochwertige, ätherische Öle.

* Anschließend im Außenbereich reichen wir Salz Peeling vorportioniert.

Die Aufgüsse und Wassergymnastik stellen ein freiwilliges Angebot dar, es besteht kein Anspruch auf diese Leistung von Seiten des Gastes. Änderungen vorbehalten! Stand 02/2025.

Folgen Sie uns!  

www.kristalltherme-seelze.de