

# IHR TAG IN DER THERME

11.00 Uhr	<b>MUNTERMACHER (90 °C Aufguss)</b> Nach zwei anregenden Durchgängen eine erfrischende Abreibung in der Eisgrotte.	Finnische Sauna
12.00 Uhr	<b>AROMAREISE (90 °C Aufguss)</b> Zwei sanfte Aufgussrunden mit wechselndem Dufteis.	Finnische Sauna
12.30 Uhr	<b>SALZ-PEELING zur Selbstanwendung (5 €)</b> Peelingsalz zur eigenen Anwendung, mit einmaliger Wirkung während des Dampfbads. (nur mit Voranmeldung)	Kräuterdampfbad
13.00 Uhr	<b>KLANGSCHALEN - ZEREMONIE</b> Eine Reise der Sinne bei angenehmen 60 °C.	Seesauna
15.00 Uhr	<b>SANDDORN (90 °C Aufguss)</b> Zwei erfrischende Aufgussrunden für Tagträume bei herrlichem Seeblick.	Seesauna
17.00 Uhr	<b>SALZ AUF DER HAUT (90 °C Aufguss)</b> Erleben Sie nach 2 Aufgussrunden die wohltuende Wirkung unseres Salzes auf der Haut.	Finnische Sauna anschließend: Dampfbad
18.15 Uhr	<b>HEFEZEIT (90 °C Aufguss)</b> Zwei ausgiebige Durchgänge mit dem appetitanregendem Aroma frisch gebackenen Brotes.	Seesauna
18.30 Uhr	<b>ANETTE'S ENTSPANNUNGSREISE</b> Zeit für innere Einkehr und Müßiggang zum Entspannen ohne Schwitzen.	Kaminzimmer
19.30 Uhr	<b>SALZ AUF DER HAUT (90 °C Aufguss)</b> Erleben Sie nach 2 Aufgussrunden die wohltuende Wirkung unseres Salzes auf der Haut.	Finnische Sauna anschließend: Dampfbad
20.30 Uhr	<b>ABENDSTIMMUNG</b> Zwei sanfte Durchgänge zum Tagesausklang mit gemeinsamen Baden im Ruppiner See.	Seesauna