



Aufgussplan September - Oktober

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:30 Uhr	Guata Morga	Entspannt in den Tag	Waldiger Morgen	Fit in den Tag	Entspannt in den Tag	Waldiger Morgen	Kaffeehaus
12:00 Uhr	Citruszeit	Indische Minze	Kräuterzeit	Rosmarin	Kräuterzeit	Honiganwendung ¹⁾	Zuckerpeeling ¹⁾
13:00 Uhr	36.5° Tamina Spezial	Citruszeit	Tangerine	Zirbelkiefer	Zypresse	Eukalyptus	Basilikum
14:00 Uhr	Niaouli	Tief durchatmen	Abwehr Fit	Kräuterzeit	Clementine	Heidiland	Orange
15:00 Uhr	Taminas Kräutergarten ¹⁾	Taminas Kräutergarten ¹⁾	Taminas Kräutergarten ¹⁾	Taminas Kräutergarten ¹⁾	Taminas Kräutergarten ¹⁾	Grapefruit	Salzabrieb
16:00 Uhr	Abwehr Fit	Fichtennadel	Tief durchatmen	Hohholz	Zedernholz Himalaya	Salzabrieb	Kräuterzeit
17:00 Uhr	Blutorange	Tea Time	Pfefferminze	Tamina Vital	Rosmarin	Lemongras	Tief Durchatmen
18:00 Uhr	Latschenkiefer	Litsea	Mandarine	Limette	Freitagabend-Sauna ab 18.00 Uhr	Tokyo Minze	Fruchtige Überraschung
19:00 Uhr	Traditional	Lavendel	Damen-Sauna ab 19.00 Uhr ²⁾	Russische Banja		Balsamtanne	Zedernholz Himalaya
20:00 Uhr	Zederholz Virginia	Lettische Pirts		Teebaum		Tamina Surprise	Zirbelkiefer
21:00 Uhr	Betthüpferli	Tamina Relax		Guat Nacht		Guat Nacht	Klang der Ruhe
22:00 Uhr							

¹⁾ Maximal 15 Personen (Anwendung findet im Dampfbad statt)

²⁾ Am Mittwoch 10. Oktober findet die Damen-Sauna «haki®» mit kostenlosen haki-Anwendungen statt (reguläre Eintrittspreise).
Am 24. Oktober findet die Damen-Sauna aufgrund der Vollmond-Sauna nicht statt.

Die Aufgüsse werden ausschliesslich vom geschulten Sauna-Personal durchgeführt und finden abwechselnd in der Sauna Nera, in der Finnischen Sauna oder in der Bio-Kräutersauna statt. Detaillierte Informationen über unsere Saunaevents erhalten Sie an der Kasse oder auf www.taminatherme.ch. Änderungen vorbehalten.