

SAUNA ACTIVITIES

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
10.00-10.30 Sauna stretch ¹ Soft sauna	10.00-10.15 Herbal ritual ¹ Herbal sauna	10.00-10.15 Scrub ritual ¹ Steam sauna	10.00-10.15 Herbal ritual ¹ Herbal sauna	10.00-10.30 Sauna stretch ¹ Soft sauna	10.30-10.45 Herbal ritual ¹ Herbal sauna	10.00-10.15 Herbal ritual ¹ Herbal sauna
11.30-11.45 Aufguss ² Fjord sauna	11.30-11.45 Aufguss - Honey ³ Finnish sauna	11.30-11.45 Aufguss ² Fjord sauna	11.30-11.45 Aufguss - Honey ³ Finnish sauna	11.30-11.45 Aufguss ² Fjord sauna	11.00-11.15 Aufguss ² Fjord sauna	11.00-11.15 Aufguss ² Fjord sauna
18.30-18.45 Scrub ritual ¹ Steam sauna	18.30-18.45 Scrub ritual ¹ Steam sauna	18.30-18.45 Scrub ritual ¹ Steam sauna	18.30-18.45 Scrub ritual ¹ Steam sauna	17.30-17.45 Fruit scrub ¹ Steam sauna	12.30-12.45 Salt scrub ¹ Steam sauna	12.30-12.45 Wood scrub ¹ Steam sauna
19.00-19.15 Aufguss ³ Fjord sauna	19.00-19.15 Aufguss ³ Fjord sauna	19.00-19.15 Aufguss - Honey ³ Finnish sauna	19.00-19.15 Aufguss ³ Fjord sauna	18.30-18.45 Wood scrub ¹ Steam sauna	13.00-13.15 Aufguss ² Fjord sauna	13.00-13.15 Aufguss ² Fjord sauna
		20.30-21.20 Saunaguss - Kvasten ⁴ Finnish sauna		19.00-19.15 Aufguss ³ Fjord sauna	14.00-14.15 Aufguss - Honey ³ Finnish sauna	14.00-14.15 Aufguss - Honey ³ Finnish sauna
				21.00-21.15 Herbal scrub ¹ Steam sauna	15.00-15.15 Wood scrub ¹ Steam sauna	17.30-17.45 Salt scrub ¹ Steam sauna
				22.00-22.15 Good night Aufguss ³ Fjord sauna	15.30-15.45 Fruit scrub ¹ Steam sauna	18.30-18.45 Aufguss - Kvasten ⁴ Fjord sauna
					16.00-16.15 Aufguss ³ Fjord sauna	20.00-20.15 Good night Aufguss ² Fjord sauna
					16.30-16.45 Herbal Scrub ¹ Steam sauna	
					17.00-17.15 Aufguss - Kvasten ⁴ Fjord sauna	
					18.30-18.45 Wood scrub ¹ Steam sauna	
					20.00-20.15 Aufguss - Honey ³ Finnish sauna	
					22.00-22.15 Good night Aufguss ² Fjord sauna	



SAUNA HEAT-INTENSITY

- ¹ 50° – 60°
- ² 60° – 70°
- ³ 70° – 80°
- ⁴ 80° – 90°

All rituals are free of charge.

All rituals start on time,
to secure seats come early.

Spa intro every day at
18:00 and Saturdays 13:30.