

SAUNA ACTIVITIES

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
10.00-10.15 Scrub ritual Steam bath ①	10.00-10.15 Herbal ritual Herbal sauna ①	10.00-10.15 Scrub ritual Steam bath ①	10.00-10.15 Herbal ritual Herbal sauna ①	10.00-10.15 Scrub ritual Steam bath ①	10.00-10.15 Herbal ritual Herbal sauna ①	10.00-10.15 Herbal ritual Herbal sauna ①
11.15-11.30 Aufguss Fjord sauna ②	11.15-11.30 Aufguss Fjord sauna ②	11.15-11.30 Aufguss Fjord sauna ②	11.15-11.30 Aufguss Fjord sauna ②	11.15-11.30 Aufguss Fjord sauna ②	11.15-11.30 Scrub ritual Steam bath ①	11.15-11.30 Aufguss Fjord sauna ②
18.30-18.45 Scrub ritual Steam bath ①	18.30-18.45 Scrub ritual Steam bath ①	18.30-18.45 Scrub ritual Steam bath ①	18.30-18.45 Scrub ritual Steam bath ①	15.30-15.45 Scrub ritual Steam bath ①	12.00-12.15 Aufguss Event sauna ③	12.00-12.15 Scrub ritual Steam bath ①
19.15-19.30 Aufguss Finnish sauna ③	19.15-19.30 Aufguss Finnish sauna ③	19.30-19.45 Aufguss Event sauna ③	19.15-19.30 Aufguss Finnish sauna ③	17.00-17.15 Aufguss Event sauna ③	13.00-13.15 Scrub ritual Steam bath ①	13.00-13.15 Aufguss Event sauna ③
		20.30-20.45 Scrub ritual Steam bath ①		18.00-18.15 Scrub ritual Steam bath ①	14.00-14.15 Herbal ritual Herbal sauna ①	15.00-15.15 Scrub ritual Steam bath ①
		21.15-21.30 Aufguss Event sauna ③		19.00-19.15 Aufguss Event sauna ③	16.00-16.15 Scrub ritual Steam bath ①	17.00-17.15 Aufguss Event sauna ③
				20.00-20.15 Aufguss Event sauna ③	17.00-17.15 Aufguss Event sauna ③	18.00-18.15 Scrub ritual Steam bath ①
				21.00-21.15 Aufguss Event sauna ③	18.00-18.15 Aufguss Event sauna ③	19.00-19.15 Aufguss Event sauna ③
					19.00-19.15 Aufguss Event sauna ③	
					20.00-20.15 Aufguss Event sauna ③	
					21.30-21.45 Relax Aufguss Event sauna ②	



SAUNA HEAT-INTENSITY

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

Tickets will be handed outside the selected sauna approx 5-10 min before.

All rituals start on time, to secure seat come early!