

## Kräuter, Dampf und Aromen – unsere Saunen im Überblick

### Das Highlight: unsere Panorama Außensauna (90°C)

Eine ganz besondere Sauna bestehend aus heimischem Weißtannenholz. Schwitzen Sie hier bei 90°C und genießen Sie die Panoramaaussicht über das Elztal. Perfekt für eine entspannte Auszeit.

Öffnungszeiten: Mo. – Do. 16:00 Uhr bis 22:00 Uhr

Fr. – So. 11:00 Uhr – 22:00 Uhr

### Kräuter-Sauna / Sanarium (65°C)

Ein mildes Saunaerlebnis bei geringer Temperatur. Die Luftfeuchtigkeit von ca. 60% und die verschiedenen Kräuter wirken wohltuend auf die Atemwege und der Kreislauf wird nicht so stark belastet. Das Kräutersanarium eignet sich hervorragend für einen Saunagang von 15-30 Minuten.

Öffnungszeiten: 11:00 Uhr bis 22:00 Uhr

### Aroma Dampfbad (45°C)

Das Aromadampfbad mit seinem Kräuterduft eignet sich als erster Saunagang und befreit innerlich. Der Dampf wirkt reinigend, erfrischend und kosmetisch hautpflegend. Ideal auch für Kreislauf, die Konstitution und gegen Wetterfühligkeit.

Öffnungszeiten: 11:00 Uhr bis 22:00 Uhr

### Schwarzwälder Weißtannen Sauna (90°C)

In der Sauna aus heimischem Weißtannenholz schwitzen Sie bei 90°C wie in einer klassischen finnischen Sauna.

Öffnungszeiten: 11:00 Uhr bis 22:00 Uhr

### Infrarot Sauna (50°C) – kostenpflichtig zubuchbar

Genießen Sie einen exklusiven Saunagang von 30 Minuten. Die Infrarotsauna arbeitet mit Wärmestrahlen. Der Tiefenwärme-Effekt hilft dabei, das Hautbild und die Durchblutung zu verbessern, hilft bei der Entschlackung des Körpers und regt zusätzliche Fettverbrennung an.