

Jeden ersten Samstag im Monat  
ist **Mitternachtssauna!**

# MITTERNACHTS SAUNA



## Aufguss- & Wellnessprogramm in der Ostsee Therme\*

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Mitternachtssauna
10:00 Uhr	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna
11:00 Uhr	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna
12:00 Uhr	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna
12:30 Uhr	Dampfbad Kleopatrabad	Dampfbad Honig-Peeling	Dampfbad Salz-Molke-Peeling	Dampfbad Aroma-Salz-Peeling	Dampfbad Kleopatrabad	Dampfbad Salz-Molke-Peeling	Dampfbad Honig-Peeling	Dampfbad Honig-Peeling
13:00 Uhr	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna
13:30 Uhr						Panorama-Sauna Meeresbrise	Panorama-Sauna Meeresbrise	Panorama-Sauna Meeresbrise
14:00 Uhr	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna
14:30 Uhr	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)
15:00 Uhr	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna
16:00 Uhr	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna
16:30 Uhr	Dampfbad Aroma-Salz-Peeling	Dampfbad Salz-Molke-Peeling	Dampfbad Kleopatrabad	Dampfbad Honig-Peeling	Dampfbad Salz-Molke-Peeling	Dampfbad Rügenger Heilkreide	Dampfbad Aroma-Salz-Peeling	Dampfbad Aroma-Salz-Peeling
17:00 Uhr	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna
17:30 Uhr	Panorama-Sauna Meeresbrise	Panorama-Sauna Meeresbrise	Panorama-Sauna Meeresbrise	Panorama-Sauna Meeresbrise	Birkenreisig Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig Klönchnack-Sauna (90°C)	Panorama-Sauna Meeresbrise
18:00 Uhr	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna	Menthol-Aufguss 95°-Sauna
18:30 Uhr	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Dampfbad Aroma-Salz-Peeling	Dampfbad Kleopatrabad	Dampfbad Kaffeesatz-Peeling	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)
19:00 Uhr	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna
19:30 Uhr					Panorama-Sauna Meeresbrise	Panorama-Sauna Meeresbrise	Panorama-Sauna Meeresbrise	Wellness im Dampfbad
20:00 Uhr	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 85° und 95°-Sauna
20:30 Uhr	Dampfbad Rügenger Heilkreide	Dampfbad Kleopatrabad	Dampfbad Aroma-Salz-Peeling	Dampfbad Rügenger Heilkreide	Dampfbad Honig-Peeling	Dampfbad Aroma-Salz-Peeling	Dampfbad Kleopatrabad	Panorama-Sauna Meeresbrise
21:00 Uhr	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85°-Sauna	Aufguss 85° und 95°-Sauna
21:30 Uhr					Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)	Wellness im Dampfbad
22:00 Uhr	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 95°-Sauna	Aufguss 85° und 95°-Sauna
22:30 Uhr								Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)
23:00 Uhr								Aufguss 85° und 95°-Sauna
23:30 Uhr								Wellness im Dampfbad
00:00 Uhr								Aufguss 95°-Sauna
00:30 Uhr								Birkenreisig-Aufguss Klönchnack-Sauna (90°C)
01:00 Uhr								Aufguss 95°-Sauna

\* Änderungen vorbehalten.