

Textiles *Saunaangebot*

immer donnerstags vom 11. April – 30. Mai

Acht Wochen lang steht den Gästen der Palmenoase jeden Donnerstag ein Teilbereich der Saunawelt Palais Vital für eine Neuerung zur Verfügung: Das textile Saunieren.

Vier unserer zwölf Saunen – **die Feuersauna, Wasserfallsauna, Birken sauna und Panoramasauna** - laden Sie dazu ein, das klassische Saunaerlebnis in einem neuen Licht zu erleben - nämlich in Badekleidung.

Was macht das textile Saunieren so besonders?

Es ist die Freiheit, die es den Besuchern bietet. Unsere Gäste können die wohltuenden und gesundheitsbegünstigenden Effekte der Sauna genießen, ohne sich komplett entkleiden zu müssen. Dies schafft eine Atmosphäre der Ungezwungenheit und des Wohlbefindens. Besonders Einsteiger bietet dieses Angebot die Möglichkeit, das Saunieren ohne Hemmungen und das Gefühl der Nacktheit auszutesten.

Das Beste: Das zusätzliche Angebot ist im Eintrittspreis der Palmenoase enthalten.

Textiles
Saunieren

11. April – 30. Mai

immer donnerstags



Easy Starter

Infos rund um die positiven Effekte des Saunierens. Gemeinsames Abkühlen (unter Anleitung). Wo? **Panoramasauna (ca. 65°C)**

Aqua Special

Spezielle Aqua Fit Einheit unserer Trainerinnen von Moviviendo. Von Dance bis Boxing erwartet Sie ein vielfältiges und anspruchsvolles Aktivprogramm. Wo? **Blaue Lagune**

Black Forest Beauty

Sanfter Aufguss zum Anschwitzen und Vorbereiten der Haut für die Anwendung mit der pflegenden Tannenspitzen Creme. Wo? **Birkensauna (ca. 75°C)**

BLUPHORIA Beauty Balance

Pflege für Körper und Geist. Nach einer achtsamen Körperreise verwöhnt die BLUPHORIA Gesichtsmaske Ihre Haut und sorgt für ein Frischegefühl. Wo? **Panoramasauna (ca. 65°C)**

Stretching

Sanfte Dehnübungen & Mobilisation in unseren Lithium- Calcium Becken unter Anleitung unserer Trainerinnen von Moviviendo. Wo? **Quellen der Gesundheit (ca. 36°C)**

Waldbaden

Sich dem Moment voll hingeben, den Blick schweifen lassen & bewusst entschleunigen. Ohne Leistungsdruck, ohne Ziel - einfach sein. Wo? **Birkensauna (ca. 75°C)**

Sanfte Duftreise

Die Welt der ätherischen Düfte kennenlernen. Wo? **Panoramasauna (ca. 65°C)**

Mobilisation

Sanfte Mobilisation der Gelenke für mehr Bewegungsfreiheit und Wohlbefinden. Wo? **Panoramasauna (ca. 65°C)**

AKTIONSPROGRAMM:

Donnerstags vom 11. April – 30. Mai



	10.00 Uhr	QUELLEN DER GESUNDHEIT Aufsaltung (Lithium-Calcium)	
	10.00 Uhr	Art Nouveau ca. 75°C Audioguide für Sauna-Einsteiger	
	10.20 Uhr	Karibik-Traum ca. 80°C Hautschmeichler	 
	10.30 Uhr	Dampfbad Schwarzwaldnebel Gesichtsmaske	
	11.00 Uhr	Blaue Lagune Aqua Programm	
	11.00 Uhr	Alhambra ca. 75°C Meditation (Audio)	 
	11.20 Uhr	Art Nouveau ca. 75°C Floralia	  
	11.20 Uhr	Panoramasauna ca. 65°C Easy Starter	

AKTIONSPROGRAMM:

Donnerstags vom 11. April – 30. Mai



	12.00 Uhr	Dampfbad Schwarzwaldnebel Körperpeeling	
	12.00 Uhr	Blaue Lagune Aqua Special	
	12.00 Uhr	Rosen-Garten ca. 65°C	
	12.05 Uhr	Diamanten-Traum ca. 80°C Aromatisierung (inkl. Peelingstation)	
	12.20 Uhr	Alhambra ca. 75°C Frühlingskuss	
	12.20 Uhr	Birkensauna ca. 75°C Black Forest Beauty	
	13.00 Uhr	Dampfbad Kristall-Nebel BLUPHORIA Beauty	B
	13.00 Uhr	Blaue Lagune Aqua Special	
	13.20 Uhr	Schwarzwald Chalet Hot & Fresh	
	13.20 Uhr	Panoramasauna ca. 65°C BLUPHORIA Beauty Balance	B
	14.00 Uhr	QUELLEN DER GESUNDHEIT Stretching	
	14.20 Uhr	Alhambra ca. 75°C BLUPHORIA Honigsole	B
	14.20 Uhr	Birkensauna ca. 75°C Waldbaden	
	14.30 Uhr	Dampfbad Schwarzwaldnebel Gesichtsmaske	
	15.00 Uhr	Heimat-Stube ca. 70°C Gaumenschmaus	
	15.20 Uhr	Karibik-Traum ca. 80°C Energy-Boost	
	15.20 Uhr	Panoramasauna ca. 65°C Sanfte Duftreise	
	16.00 Uhr	Dampfbad Schwarzwaldnebel Körperpeeling	
	16.00 Uhr	Art Nouveau ca. 75°C Meditation (Audio)	
	16.00 Uhr	Rosen-Garten ca. 65°C	
	16.05 Uhr	Diamanten-Traum ca. 80°C Aromatisierung (inkl. Peelingstation)	



Verwöhnprogramm

































Bewegung





BLUPHORIA





Prof. Dr. Biener-Produkt


	16.20 Uhr	Schwarzwald Chalet ca. 90°C Eisschmelze	  
	16.20 Uhr	Birkensauna ca. 75°C Black Forest Beauty	
	17.20 Uhr	Alhambra ca. 75°C Hautschmeichler	 
	17.20 Uhr	Panoramasauna ca. 65°C Mobilisation	
	17.45 Uhr	Heimattube ca. 70°C Stammtischbier	
	18.00 Uhr	Art Nouveau ca. 75°C Audioguide für Sauna-Einsteiger	
	18.00 Uhr	Blaue Lagune Aqua Programm	
	18.20 Uhr	Heimattube ca. 70°C Spielstube	
	18.20 Uhr	Schwarzwald Chalet ca. 90°C Wälder Gaudi	 
	18.20 Uhr	Birkensauna ca. 75°C Waldbaden	
	19.00 Uhr	Dampfbad Kristall-Nebel BLUPHORIA Beauty	B
	19.00 Uhr	Dampfbad Schwarzwaldnebel Körperpeeling	 
	19.20 Uhr	Art Nouveau ca. 75°C BLUPHORIA Dein Moment	 B 
	19.20 Uhr	Panoramasauna ca. 65°C BLUPHORIA Beauty Balance	B
	19.30 Uhr	Alhambra ca. 75°C Meditation (Audio)	 
	20.00 Uhr	Dampfbad Schwarzwaldnebel Gesichtsmaske	
	20.20 Uhr	Alhambra ca. 75°C ♥-beats	 
	20.20 Uhr	Birkensauna ca. 75°C Gut's Nächtle	
	21.00 Uhr	Karibik-Traum ca. 80°C Land der Träume	 


 Intensive Aufgusshitze

 Mittlere Aufgusshitze

 Sanfte Aufgusshitze

 Textiles Saunieren

 Musik/Audio

 Entspannung/Meditation

Es besteht kein Anspruch auf das Programm. Änderungen vorbehalten.

DAS „PARADIES“ AUF EINEN BLICK

GALAXY
Spaß & Action



PALMENOASE (EG)

1. „Blaue Lagune“ (ca. 33°C)
2. QUELLEN DER GESUNDHEIT
3. Dampfbad „Schwarzwaldnebel“
4. Gästeservice / Anmeldung & Rezeption
Massage-Lounge „Pure Balance“

PALMENOASE (1. OG)

5. Massage-Lounge „Pure Balance“
6. Ruheliegen
7. Übergang in die Bereiche PALAIS VITAL
oder PALMENOASE

PALAIS VITAL (1. OG)

8. „Panoramasauna“ (ca. 65°C)
9. „Kristalldusche“
10. „Birkensauna“ (ca. 75°C)
11. „Wasserfallsauna“ (ca. 55°C)
12. „Feuersauna“ (ca. 85°C)



PALAIS VITAL (1.OG)

13. Dachterrasse mit Tauchbecken
14. „Vital-Lagune“ (ca. 33°C)
15. „Champagner-Pool“ (Whirlpool)
16. Infrarotliegen
17. „TOP – Taste of Paradise“ – Exquisites à la carte Restaurant
18. „Panorama-Terrasse“
19. Ruhebereich „Schwarzwald-Blick“
20. „Art Nouveau“ (ca. 75°C)
21. „Karibik-Traum“ (ca. 80°C)
22. „Salarium“ (ca. 45°C)
23. „Heimat-Stube“ (ca. 70°C) – plaudern erwünscht
24. „Alhambra“ (ca. 75°C)
25. „Schwarzwald-Chalet“ (ca. 90°C)

PALAIS VITAL (2.OG)

26. „Vital-Pools“ QUELLEN DER VITALITÄT
27. „Sun-Lounge“
28. Dampfbad „Kristall-Nebel“
29. Sauna „Diamanten-Traum“ (ca. 80°C)
30. Sauna „Rosen-Garten“ (ca. 60°C)