



Sauna & Soulfulness Week

21. - 29. November

Eine Woche zum Aufheizen, Runterkommen und Durchatmen. Freut euch auf besondere Sauna-Rituale & Aufgüsse mit unseren Saunameistern und Gast-Aufgussmeistern aus der Region und befreundeten Wellnesshotels.

Dazu gibt's ein erweitertes Mind & Body Programm mit Yoga, Klangreisen, Atemeinheiten und bewussten Momenten zum Loslassen. Ordentlich einheizen. Herrlich entschleunigen.



08.30 Uhr	Floating Sound Bath mit Christin
09.30 Uhr	Workshop: Kränze Binden mit Anna Piri
15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
16.30 Uhr	Chakra Yoga mit Ullly
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
17.30 Uhr	Klangreise mit Ullly
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

Samstag, 21.11.

Sonntag, 22.11.

15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna



08.30 Uhr	Acqua Gym mit Ullly
09.30 Uhr	Yoga Morning Stretch
15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

Montag, 23.11.

Dienstag, 24.11.

15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
16.30 Uhr	Vinyasa Yoga mit Ullly
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
17.30 Uhr	Klangreise mit Ullly
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

08.30 Uhr	Atme & Klopfe dich frei mit Ullly
09.15 Uhr	Faszientraining mit Ullly
15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

Mittwoch, 25.11.

Donnerstag, 26.11.

08.30 Uhr	Acqua Gym mit Sonja
09.30 Uhr	Power Tapping mit Sonja
15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
16.30 Uhr	Detox Yoga mit Ullly
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
17.30 Uhr	Klangreise mit Ullly
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
16.30 Uhr	Chakra Yoga mit Ullly
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
17.30 Uhr	Klangreise mit Ullly
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

Freitag, 27.11.



Samstag, 28.11.

08.30 Uhr	Floating Sound Bath mit Christin
15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
16.30 Uhr	Vinyasa Yoga mit Ullly
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
17.30 Uhr	Klangreise mit Ullly
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

15.00 Uhr	Spezial-Ritual im Dampfbad
16.00 Uhr	Spezial-Ritual in der Panorama Eventsauna
17.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna
18.00 Uhr	Spezial-Aufguss in der Panorama Eventsauna

Sonntag, 29.11.