



# Sauna-Event-Tage für Anfänger und Wiedereinsteiger

Die Schwimmhalle und Sauna Preetz bietet in diesem Winter geführte Saunatage für Saunaanfänger und Wiedereinsteiger an. Dabei wird ein Schwimmmeister die Saunagruppe durch den gesamten Abend begleiten.

In den wichtigen Pausen zwischen den einzelnen Saunagängen ist Zeit, bei einer Tasse Ingwertee alles rund um das Thema Sauna zu besprechen.

Hier können Sie erfahren, warum ein zweifarbiges Saunatuch wichtig ist, warum die Badeschuhe nicht in die Schwitzkabine gehören oder warum saunieren die Abwehrkräfte stärkt.

**Termine: Montag, den 26. Februar und 5. März 2018**

- 18:00 Uhr: Dampfbad ( 47 °) mit Peelingsalz
- 19:00 Uhr: Finnensauna ( 85 °) mit Birkensträuchern und Birkenaufguss
- 20:00 Uhr: Kelosauna ( 95 °) Fichtennadelaufguss
- 21:00 Uhr: Biosauna ( 65 °) Frucht

Komplettpreis: **15,-€ p.P.**

Um Voranmeldung unter Telefon 04342 / 84659 wird gebeten (Bitte geben Sie für evtl. Rückrufe auch Ihre Telefonnummer an).

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**