

Spa-aktiviteter Program

31.august-27. september

Mandag



12:00 Havets essenser aufguss**
14:00 Oppvåkning - fra hav til varme aufguss**
16:00 Son Signatur aufguss**
18:00 Son Signatur aufguss**

Tirsdag



12:00 Høst ved kysten aufguss**
14:00 Oppvåkning- fra hav til varme aufguss**
16:00 Son Signatur aufguss**
18:00 Son Signatur aufguss**
19:30 YinYoga by the sea***

Onsdag



11:00 Morgenmeditasjon i Calidariet*
12:00 Havets essenser aufguss**
14:00 Oppvåkning- fra hav til varme aufguss**
16:00 Solglød aufguss**
18:00 Son Signatur aufguss**

Torsdag



12:00 Høst ved kysten aufguss**
14:00 Oppvåkning- fra hav til varme aufguss**
16:00 Son Signatur aufguss**
18:00 Son Signatur aufguss**

Fredag



12:00 Havets essenser aufguss**
14:00 Oppvåkning- fra hav til varme aufguss**
16:00 Solglød aufguss**
16:15 Aufguss i finsk sauna*
18:00 Son Signatur aufguss**

Lørdag



10:00 Havets ro aufguss**
12:00 Høst ved kysten aufguss**
14:00 Oppvåkning- fra hav til varme aufguss**
14:15 Aufguss i finsk sauna*
16:00 Son Signatur aufguss**
16:15 Aufguss i finsk sauna*
18:00 Son Signatur aufguss**
19:30 Fullmånerituale (26. september)**

Søndag



10:00 Havets ro aufguss**
12:00 Høst ved kysten aufguss**
14:00 Oppvåkning- fra hav til varme aufguss**
14:15 Aufguss i finsk sauna*
15:15 Aufguss i finsk sauna*
16:00 Son Signatur aufguss**
18:00 Son Signatur aufguss**

*Circle of senses

** Badstuflåten

*** Fitnessalen

(Vi gjør oppmerksom på at små endringer kan forekomme.)

