

Unsere Aufgüsse

Aroma-Aufguss in der 80 °C Blockhaussauna	Ein Aromaaufguss ist ein Sauna-Ritual, bei dem Wasser mit Duftessenzen wie ätherischen Ölen oder Konzentraten über heiße Saunasteine gegossen wird. Der entstehende Dampf erhöht die Luftfeuchtigkeit und intensiviert das Wärmeempfinden, da sich der Wasserdampf auf der Haut niederschlägt und Wärme abgibt, die Düfte sollen die Sinne anregen.	
Aroma-Aufguss + Obstplatte in der 80 °C Blockhaussauna	Zusätzlich zum oben beschriebenen Aroma-Aufguss wird eine Obstplatte gereicht.	
Eis-Aufguss in der 80 °C Blockhaussauna	Ein Eisaufguss ist eine Art Saunaaufguss, bei dem Eiskugeln und Crasheis, die mit Duft angereichert sein können, auf den heißen Saunaofen gelegt werden. Durch das langsame Schmelzen des Eises wird für einen längeren Zeitraum Dampf erzeugt, was den Aufguss intensiver und erfrischender macht.	
Freitags-Spezial	Verwöhnen Sie sich in der Dampfsauna der Sylter Welle mit einer besonderen, monatlich wechselnden Hautpflege. Die Freitags-Spezial sind im regulären Eintrittspreis enthalten und finden immer freitags um 14.00 Uhr, 17.00 Uhr und 20.00 Uhr in der Dampfsauna statt.	
Haut-Pflege im Dampfbad	Das Saunieren an sich ist schon Hautpflege pur. Die Haut ist nach dem Saunieren besonders aufnahmefähig. Tragen Sie eine Hautpflege auf, um die sie mit Feuchtigkeit zu versorgen und die Hautbarriere zu unterstützen. Die Anwendung von Pflegeprodukten sollte erst erfolgen, wenn die Körpertemperatur wieder normal ist und kein Schwitzen mehr stattfindet, idealerweise etwa 30 Minuten nach der letzten Dusche.	
Honig-Pflege im Dampfbad	Wird als Honigbutter oder flüssige Honigpflege auf die Haut aufgetragen und ist eine Ganzkörperbehandlung, bei der Honig als Peeling und Pflegemittel auf die Haut aufgetragen wird, um sie zu reinigen, zu nähren und geschmeidig zu machen.	
Meerwasser-Aufguss + Salz in der 75 °C Aromensauna	Ein „Meerwasser Aufguss“ in der Sauna ist ein spezieller Aufguss, bei dem Meerwasser für die heißen Saunasteine hinzugegeben wird, um einen Meeresduft zu erzeugen. Der Prozess erhöht kurzzeitig die Luftfeuchtigkeit und verstärkt das Gefühl der Hitze, was die Poren öffnet, den Körper entschlackt und eine positive Wirkung auf die Atemwege hat, indem es die Schleimhäute beruhigt.	
Peeling im Dampfbad	Saunieren sorgt für einen frischen Teint, da die Hitze die Durchblutung und Versorgung der Haut mit Nährstoffen fördert. Die Wärme öffnet die Poren, Talg und Schmutz werden abtransportiert. Ein anschließendes Peeling verstärkt den Effekt: Durch die Massage lösen sich abgestorbene Hautzellen, die Zellerneuerung wird angeregt und die Haut fühlt sich glatt, rosig und weich an.	
Rauchzeremonie in der Wikingersauna	Eine Rauchzeremonie ist ein spezielles Saunaerlebnis, bei dem Harze oder Kräuter auf glühende Kohle gelegt werden und duftender Rauch entsteht. Je nach Räucherwerk wirkt er beruhigend oder reinigend. So erweitert die Zeremonie den klassischen Aufguss um eine zusätzliche Duft- und Ritualkomponente.	
Wenik-Aufguss in der 75 °C Aromensauna	Ein Wenik-Aufguss ist ein Aufguss, bei dem ein mit Birkenzweigen (einem sogenannten Wenik) gefüllter Quast verwendet wird, um Wasser auf den Saunaofen und die Hitze in der Sauna zu verteilen. Der Wenik wird in Wasser eingeweicht, um sein Aroma und seine ätherischen Öle freizusetzen. Es können dafür auch z. B. Eukalyptus- oder Lindenzweige benutzt werden.	