



Mitternachtssauna am 04. Februar 2023, Richtig saunieren

{name}

unsere Themen im heutigen Newsletter:

[ARD Buffet: Richtig saunieren](#)

[Mitternachtssauna "100 Jahre Disney"](#)

[SPA-Special im Januar](#)

ARD Buffet: Richtig saunieren



Kürzlich beschäftigte sich auch das ARD Buffet vom SWR mit den positiven Auswirkungen der Sauna. Der Saunameister Marcel Hetzelt erklärt in [diesem Beitrag](#), worauf es ankommt.

Mitternachtssauna "100 Jahre Disney"



Wir laden Sie am Samstag, den 04. Februar 2023 herzlich ein zu unserer Mitternachtssauna **"100 Jahre Disney"** von 22:00 bis 03:00 Uhr - Einlass wie immer ab 20:00 Uhr.

[Hier können Sie Ihren Besuch reservieren.](#)

Diesmal widmen wir uns zum runden Geburtstag den schönsten Disney-Filmen und -

märchen, von "König der Löwen" über "Aladdin" und "Das Dschungelbuch" bis hin zu "Die Schöne und das Biest".

Den Anfang macht um **22:00 Uhr** Simba, der **König der Löwen**. Zum **afrikanischen Matamba-Duft** sowie dem Oscar prämierten Soundtrack von Tim Rice und Elton John reichen wir einen süßen **Jungle Drink**. Heiß bleibt es um **22:30 Uhr** bei **Aladdin**, zu dem wir uns ein **Wüstenpeeling** gönnen und **Sandelholz** aufgießen.

Um **23:00 Uhr** stattet uns **Ratatouille**-Star Rémy beim Duft von **Rosmarin-Zitrone** einen Besuch aus der Küche ab und serviert ein **kleines Horsd'œuvre im Knabberformat**. In den Dschungel begeben wir uns um **23:30 Uhr** bei "**Das Dschungelbuch**" - Balu dem Bär würde die **Honigpflege** und der **Honigkräuter-Aufguss** sicher gefallen. Um **00:00 Uhr** betritt **Tarzan**, der Herr des Dschungels, zum **Anti-Relax-Aufguss** die Bühne und heizt uns zum Soundtrack von Phil Collins ordentlich ein.

Um die Saunahitze auszuhalten, muss man kein griechischer Halbgott sein – **Hercules** unterstützt uns dennoch bei einem **Poseidon-Aufguss** mit einem griechischen **Herculade-Shot (Ouzo)**, während uns die Gospel der Musen in Sekunden auf Hundert bringen. Bis in den Wallaby Way, Sydney müssen wir nicht reisen, um **Nemo** zu finden – der wartet pünktlich um **01:00 Uhr** mit dem **Relaxfächer** und den entspannenden Klavierklängen von Thomas Newman auf uns.

In die Wälder Nordamerikas begeben wir uns um 01:30 Uhr bei "**Bärenbrüder**", genießen den Duft "**Lakota**" und servieren einen **Früchteteller**, bevor unsere Mitternachtssauna um **02:00 Uhr** mit einer **Duftreise** und einem Medley aus **100 Jahren Disney** zu Ende geht.

[Hier](#) der Aufgussplan.

Wie immer mixen wir Ihnen um 00:00 Uhr den Mitternachtscocktail (auch alkoholfrei). Auch am Lagerfeuer bieten wir Ihnen wieder eine kleine Leckerei an - da muss sich die Küche noch mit Gastkoch Rémy absprechen.

Unsere Finnischen Rituale finden um 22:30 und 00:30 Uhr statt. Die Teilnahmegebühr hierfür beträgt 5,- € (Anmeldung - auch telefonisch - bitte an der Saunabar)

Wir wünschen viel Spaß bei unserer Mitternachtssauna "100 Jahre Disney" und freuen uns auf Ihren Besuch!

Preis der Veranstaltung: 38,-€

SPA-Special im Januar



Wegen der hohen Nachfrage verlängern wir unser aktuelles SPA-Special bis Ende Januar.

Die **ayurvedische Massage** ist die perfekte Verbindung zwischen Innen und Außen. Sie wird aus einer Haltung des offenen Herzens gegeben und erreicht dadurch auch unsere Seele.

Das warme Sesamöl hat eine harmonisierende sowie entspannende Wirkung und nährt Körper und Geist auf liebevolle Art.

60 Verwöhnminuten im SPA-Special nur 64,- Euro.

Wir hoffen, dass Sie gut ins Jahr 2023 gestartet sind und freuen uns darauf, Sie bei uns

begrüßen zu dürfen.

Ihr Garden Eden Team

Garden Eden Wellness GmbH
Justus-von-Liebig-Str. 42 · D-63128 Dietzenbach
Telefon: +49 (0) 6074 / 28093 · Fax: +49 (0) 6074 / 32357
E-Mail: info@sauna-garden-eden.de · Internet: www.garden-eden.de

Wenn Sie diesen Newsletter künftig nicht mehr erhalten möchten, dann klicken Sie einfach [hier](#)
oder schreiben eine Email an info@sauna-garden-eden.de mit dem Betreff "loeschen".