



Dietmar zu Gast im Garden Eden, Mitternachtssauna am 06. November 2021

{name}

nach dem Herbststurm der vergangenen Tage sinken die Temperaturen stetig weiter - da ist die steigende Hitze beim Saunabaden die beste Unterstützung für die Abwehrkräfte.

Bis zum 05. November gastiert unser Masseur Dietmar Ahlersmeyer im Garden Eden und bietet wie in jedem Jahr für begrenzte Zeit die **Holistische Massage** an. Diese Massage arbeitet mit dem Verständnis der Einheit von körperlichen, emotionalen und psychologischen Gegebenheiten und enthält bei einer Dauer von 90 Minuten ein Vor- und Nachgespräch von 30 Minuten. Achtung: Die Termine sind sehr begehrt und werden bald vergeben sein. **Aktuell sind noch Termine am 26. und 27. Oktober sowie am 01., 03. und 04. November verfügbar.**

Im neuesten Teil unserer Reihe **"Die Geschichte der Sauna"** befassen wir uns mit der **Entstehung der finnischen Saunakultur**. [Hier](#) finden Sie den Artikel auf unserer Homepage.

Auch das Thema unserer nächsten Mitternachtssauna beschäftigt sich unter anderem mit Finnland:

Wir laden Sie am Samstag, 06. November 2021 herzlich ein zu unserer Mitternachtssauna



von 22:00 Uhr bis 03:00 Uhr morgens!

Die Veranstaltung findet unter der 2G-Regel (Geimpft und Genesen) statt.

Bitte reservieren Sie Ihre Teilnahme per Email oder an unserer Rezeption. Der Preis wird am Tag der Veranstaltung per Lastschriftverfahren eingezogen, geben Sie daher bitte auch Ihre Kontodaten an.

An diesem Abend begeben wir uns in den hohen Norden - **nach Skandinavien**, der Heimat der finnischen Sauna. Musikalisch ist von Abba über Roxette bis zu den Cardigans alles vertreten, was die skandinavische Musikwelt zu bieten hat, und auch die kulinarischen Schmankerl werden nicht zu Kurz kommen.

Wir starten um **22:00 Uhr** mit **Waterloo** und den größten Hits von Abba aus Schweden. Dazu gibt es einen *Wodka Orange* und wir gießen *WOG-Minze* auf. Den skandinavischen **Midsommar** feiern wir um **22:30 Uhr** mit einem *Salzpeeling* und einem *Tannenspitzen-Limonen-Aufguss*.

Etwas Süßes gibt es zum *Terva-Eierlikör-Aufguss* um **23:00 Uhr** in Form einer dänischen **Kanelsnurr**, einer *Zimtschnecke*, um uns auf den **Skandinavischen Winter** um **23:30 Uhr** vorzubereiten. Hier reichen wir *Franzbranntwein zur Hautpflege* und gießen natürlich *Scandinavia*

mit Mentholkristallen auf.

Der Wikinger um **00:00 Uhr** ist etwas für die echten Sauna-Berserker und es wird sehr heiß - der *Höllengefeuer-Eukalyptus-Aufguss* tut sein Übriges. Ganz klassisch geht es um **00:30 Uhr** beim **Finnischen Aufguss** mit *Birkensud und -regen* zu, bevor wir uns um **01:00 Uhr** mit einer *Duftreise* und dem *Relaxfächer* ganz entspannt auf den **Fjördischen Sommerwinden** treiben lassen.

"Hunajahoito" ist Finnisch und bedeutet nichts anderes als *"Honigpflege"*, die wir zum *Hönigkräuter-Aufguss* reichen. Zum Abschluss um **02:00 Uhr** folgt der **Final Countdown**, zu dem wir *Russische Banja* aufgießen und uns noch einen *Absacker* genehmigen, mit dem wir die Saunanacht ausklingen lassen.

Wie immer mixen wir Ihnen um 00:00 Uhr den Mitternachtscocktail (auch alkoholfrei).

Unsere Finnischen Rituale finden um 22:30 und 00:30 Uhr statt.
Die Teilnahmegebühr hierfür beträgt 3,- € (Anmeldung - auch telefonisch - bitte an der Saunabar)

Wir wünschen viel Spaß bei unserer Mitternachtssauna "Skandinavien" und freuen uns auf Ihren Besuch!

Einlass wie immer ab 20:00 Uhr. Preis der Veranstaltung: 35,- €

Bitte beachten Sie, dass bis 22:00 Uhr noch die 3G-Regel gilt und ein Mund-Nasen-Schutz nötig ist.

MITTERNACHTSSAUNA SKANDINAVIA

Aufgussplan

22:00	Waterloo WODKA ORANGE	WOG-MINZE
22:30	Midsommar SALZPEELING	TANNENSPITZE- LIMONE
23:00	Kanelsnurr ZIMTSCHNECKE	TERVA- EIERLIKÖR
23:30	Skandinavischer Winter FRANZBRANNTWEINPFLEGE	SCANDINAVIA + MENTHOLKRISTALLE
00:00	Der Wikinger ANTI-RELAX	HÖLLENFEUER- EUKALYPTUS
00:30	Finnischer Aufguss BIRKENREGEN	BIRKENSUD
01:00	Flördische Sommerwinde RELAXFÄCHER	DUFTREISE
01:30	Hunajahoito HONIGPFLEGE	HONIGKRÄUTER
02:00	The Final Countdown ABSACKER	RUSSISCHE BANJA

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".