



Sommersauna bei extremen Temperaturen; Verlängerter Abend am Samstag

{name}

unsere Themen im heutigen Newsletter:

[Sommersauna bei extremen Temperaturen](#)

[Verlängerter Abend "Best Of Garden Eden" am 05. Juli](#)

Sommersauna bei extremen Temperaturen



Bei 35° oder gar 40° C in die Sauna? An einem Tag mit 35° C möchte ich mich eigentlich im Büro oder zuhause verkriechen, einen kalten Drink zu mir nehmen und mich nicht vom Platz rühren. Das ist die „normale“ Reaktion auf die Idee, bei solchen Temperaturen in die Sauna zu gehen.

Also, ich begeben mich gegen einen gehörigen Widerstand in die Sauna:

Die erste Überraschung wartet schon in der heißen Saunakabine auf mich. Die Saunahitze fühlt sich überhaupt nicht schwül und stressig an, sondern trocken und vollkommen „unschwül“.

Wenn ich nach ca. 15-20 Minuten die Sauna verlasse, bemerke ich die Hitze draußen gar nicht mehr. Mit dem Abkühlen wird es noch besser. Ich spüle den ganzen Schweiß weg, mein Körper ist vollkommen sauber.

Im Garten suche ich mir einen schattigen Platz. Die Hitze beeinträchtigt mich kein bisschen mehr!

Mit jedem Gang verstärkt sich diese Wirkung noch. Am Ende des Tages verlasse ich die Sauna erfrischt, sauber und erholt.

Die normalen Wirkungen des Sauabadens bekomme ich noch gratis dazu:

- Kreislaufstärkung
- Training des Immunsystems
- Bessere Anpassung an heiße und kalte Tage
- Vorbeugung gegen Infekte
- Hautreinigung
- Tiefenentspannung

Verlängerter Abend "Best Of Garden Eden"



Wir laden Sie herzlich ein zum nächsten verlängerten Saunaabend "**Best Of Garden Eden**" am **Samstag, den 5. Juli bis 00:00 Uhr - ohne Aufpreis, ohne Reservierung!**

Ab 20:00 Uhr bieten wir Ihnen ein Best Of der vergangenen Saunasaison mit den beliebtesten Aufgüssen unserer Mitternachtssauna, von "**Back To The 80's**" über "**Bella Italia**" und "**König der Löwen**" bis zu "**Forrest Gump**". Am Lagerfeuer servieren wir Ihnen eine sommerliche Bowle. Hier auf Aufgussplan ([anklicken zum Vergrößern](#)):



Den Abend können Sie **ohne Aufpreis** genießen; eine **Reservierung** ist **nicht nötig**. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Sommerliche Hitzegrüße von Ihrem 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".