



SAUNA
Special

Wochenplan Fitnesspark Time-Out:

1. Oktober 2025 bis am 30. April 2026

Montag		Dienstag		Mittwoch		Freitag		Sonntag	
10:20	Aufguss	18:20	Aufguss	Aufguss	Aufguss	Aufguss	Aufguss	13:20	Aufguss
10:50	Salz-Peeling	18:50	Salz-Peeling	Zucker-Peeling	Salz-Peeling	Salz-Peeling	Salz-Peeling	13:50	Salz-Peeling
11:20	Aufguss	19:20	Aufguss	Aufguss	Aufguss	Aufguss	Aufguss	14:20	Aufguss
		19:50	Kokos-Hafer-Maske	Salz-Peeling	Kokos-Hafer-Maske			15:20	Aufguss
18:20	Aufguss	20:20	Aufguss	Aufguss	Aufguss	Aufguss	Aufguss	15:50	Zucker-Peeling
18:50	Zucker-Peeling							16:20	Aufguss
19:20	Aufguss								
19:50	Salz-Peeling								
20:20	Aufguss								

Damenabende

Am ersten Donnerstag im Monat findet jeweils der Damenabend statt ab 18.00 Uhr:

2. Oktober 2025, 6. November 2025, 4. Dezember 2025,
8. Januar 2026, 5. Februar 2026, 5. März 2026, 2. April 2026

Am Damenabend ist die gemischte Aussenzone für unsere männlichen Mitglieder nicht zugänglich – danke für dein Verständnis.

Wenik-Zeremonie

Am 29. November 2025 und 28. Februar 2026 um 16.20 Uhr

Events: Weihnachten 25.+26. Dezember 2025,

Silvester 31. Dezember 2025, **Neujahr** 1. Januar 2026, **Karfreitag** 3. April 2026, **Ostersonntag**

5. April 2026 und **Ostermontag** 6. April 2026

Am 12. Dezember 2025 fallen die Aufgüsse aus.

Der Saunagrundplan ist auf der Fitnesspark-Website ersichtlich.

Anpassungen sind jederzeit möglich

Bitte beachten Sie das Eventprogramm.

fitnesspark.ch/time-out

FITNESS  PARK