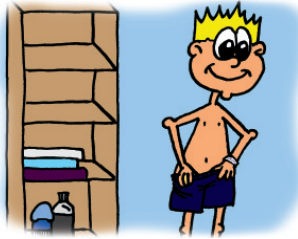


# Unsere Saunaregeln leicht gemacht



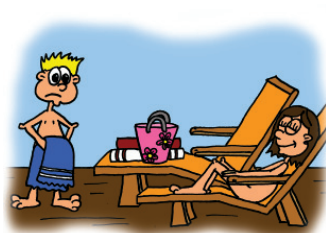
**1** am Eingang:  
Saunaband kaufen



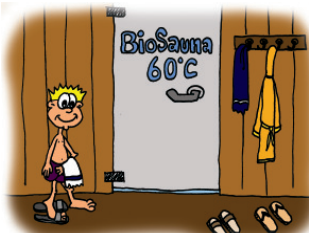
**2** am Saunaeingang:  
Kleider ablegen



**3** vor dem Saunieren:  
duschen



**4** Liegen:  
nicht belegen



**5** vor der Saunakabine:  
Badeschuhe ausziehen



**6** Gemeinschaft pflegen:  
wohl fühlen



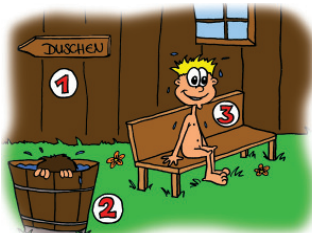
**7** in der Sauna:  
Ruhe halten und Rücksicht nehmen



**8** in der Sauna:  
Handtuch unter Füße und Po -  
kein Schweiß auf's Holz



**9** Aufguss:  
nur vom Personal



**10** danach:  
abduschen, erst dann tauchen  
und Frischluft atmen



**11** anschließend:  
viel trinken und ruhen,  
Füße hochlegen, Pause machen



Bitte beachten Sie unsere verbindliche Haus- und Badeordnung!