



# AT - Saunawoche

entspannen | genießen | relaxen

08.12.2024 - 15.12.2024



Schließe die Augen. Es riecht nach Holz.  
Wasser verdampft auf den heißen Steinen.  
Wohltuende Hitze mit wunderbaren Düften erfüllt den Raum.

Magische Saunamomente...

Nach einem herrlichen Tag in der Natur genießen Sie  
Saunaerlebnisse mit Aufgüssen der Extraklasse -  
das ist pures Saunaglück im Alpen Tesitin.

## at saunawoche highlights:

### sonntag

UM 19.<sup>00</sup>

**Um 19.00 Uhr begrüßt Sie unser AT-Saunateam in der Hotelhalle:** Bei einem Glas Prosecco stellen wir Ihnen das vielfältige Programm der 6. AT-Saunawoche vor.

### montag

VON 09.<sup>00</sup> BIS 14.<sup>00</sup>

#### **Freestyle Wedelkurs**

Modern/Klassische Wedel - Techniken für alle interessierten Aufgussmeister/innen mit Rob & Jacqueline Keijzer aus den Niederlanden.

AB 14.<sup>15</sup>

Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

### dienstag

VON 09.<sup>00</sup> BIS 14.<sup>00</sup>

#### **Freestyle Wedelkurs**

Modern/Klassische Wedel - Techniken für alle interessierten Aufgussmeister/innen mit Rob & Jacqueline Keijzer aus den Niederlanden.

AB 14.<sup>15</sup>

Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

### mittwoch

UM 10.<sup>30</sup>

**Ayurveda - Ritual** mit Jaqueline und Magdalena

AB 14.<sup>15</sup>

Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

### donnerstag

UM 10.<sup>30</sup>

**"Viking - Banja"** mit Rob und Daniel

AB 14.<sup>15</sup> - MITTERNACHT

#### **Die lange Saunanacht!**

**Aufgüsse der Extraklasse von 14.00 bis 24.00 Uhr**

### freitag

UM 14.<sup>00</sup>

**Verwöhnprogramm** mit Tamara von Bergila

AB 14.<sup>15</sup>

Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

UM 15.<sup>00</sup>

**Verwöhnprogramm** mit Tamara von Bergila

### samstag

UM 10.<sup>30</sup>

**„feel – breath – relax“** mit Rob.

AB 14.<sup>15</sup>

Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

### sonntag

UM 10.<sup>30</sup>

**Basisches Reinigungsritual** im Dampfbad und anschließende Klangreise

AB 14.<sup>15</sup>

Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

## Sonntag 08.12.2024

Um 19.00 Uhr begrüßt Sie unser AT-Saunateam in der Hotelhalle:  
Bei einem Glas Prosecco stellen wir Ihnen das vielfältige Programm  
der 6. AT-Saunawoche vor.

## Montag 09.12.2024

09.00 - 14.00 Uhr: Freestyle Wedelkurs  
Modern/Klassische Wedel - Techniken für alle interessierten  
Aufgussmeister/innen mit Rob & Jacqueline Keijzer aus den Niederlanden.  
Aufgussmeister aus Südtirol verfeinern ihre Wedeltechnik  
im Bewegungsraum.  
Gerne dürfen Sie den „Wedel-Profis“ über die Schulter gucken.

**Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer  
Erlebnissauna mit dem AT-Saunateam, Rob und Jaqueline Keijzer.**

## Dienstag 10.12.2024

09.00 - 14.00 Uhr:- Freestyle Wedelkurs  
Modern/Klassische Wedel - Techniken für alle interessierten  
Aufgussmeister/innen mit Rob & Jacqueline Keijzer aus den Niederlanden.  
Aufgussmeister aus Südtirol verfeinern ihre Wedeltechnik  
im Bewegungsraum.  
Gerne dürfen Sie den „Wedel-Profis“ über die Schulter gucken.

**Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer  
Erlebnissauna mit dem AT-Saunateam, Rob und Jaqueline Keijzer**

## Mittwoch 11.12.2024

10.30 Uhr: Ayurveda - Ritual mit Jaqueline und Magdalena.  
*Wir bitten um Anmeldung an der Rezeption, bis 19.00 Uhr des Vortages.*

**Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer  
Erlebnissauna mit dem AT-Saunateam, Rob und Jaqueline Keijzer.**

## Donnerstag 12.12.2024

10.30 Uhr: "Viking - Banja" mit Rob und Daniel  
*Wir bitten um Anmeldung an der Rezeption, bis 19.00 Uhr des Vortages.*

**Die lange Saunanacht!**

**Aufgüsse der Extraklasse von 14.00 bis 24.00 Uhr**

Von 14.15 Uhr bis 23.15 Uhr - stündlich Themenaufgüsse in unserer  
Erlebnissauna mit dem **AT-Saunateam, Rob und Jacqueline Keijzer.**



## Freitag 13.12.2024

14.0 15:00 Uhr: Tamara von der Firma Bergila lädt ein zu:

- Verwöhnprogramm für Körper und Geist. Zusammen mit Ihr wird ein „Roll On“ hergestellt. Der Aroma Roll On ist unkompliziert anwendbar – einfach auf Nacken, Handgelenke, Hals oder hinter die Ohren auftragen und den wohltuenden Duft genießen.
  - Veranschaulichung der Destillation von Kräutern
- Wir bitten um Anmeldung an der Rezeption, bis 19.00 Uhr des Vortages.*

**Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna mit dem AT-Saunateam, Rob und Jacqueline Keijzer**

## Samstag 14.12.2024

10.30 Uhr: „feel – breath – relax“ mit Rob.

*Wir bitten um Anmeldung an der Rezeption, bis 19.00 Uhr des Vortages.*

**Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna mit dem AT-Saunateam, Rob und Jacqueline Keijzer.**

## Sonntag 15.12.2024

10.30 Uhr: Basisches Reinigungsritual im Dampfbad & anschließender Klangreise in der Panoramasauna mit Karin.

*Wir bitten um Anmeldung an der Rezeption, bis 19.00 Uhr des Vortages.*

**Erleben Sie ab 14.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna mit dem AT-Saunateam.**

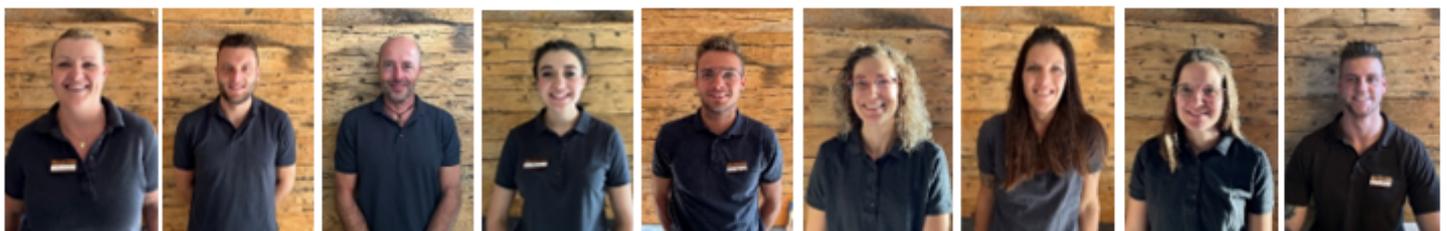


### Rob & Jacqueline Keijzer

Der dreifache Weltmeister im Sauna-Aufguss ist professioneller Ausbilder von Aufguss-Meistern. Seine Mission ist es, den Aufguss auf ein höheres Niveau hin zu entwickeln. Nach 14 Jahren als Saunameister und Ausbilder in den Niederlanden hat Rob beschlossen, freier, selbständiger internationaler Trainer und Berater für Sauna-Aufgüsse zu werden. Wir freuen uns sehr, Rob mit seiner Frau Jacqueline - ebenfalls Aufgussmeisterin - bei uns zu begrüßen. Sie werden von den traditionellen Aufgüssen und den Showaufgüssen, die Ihnen die beiden Künstler und Meister ihres Fachs bieten werden, begeistert sein.

### Das AT-Saunateam

Mit viel Begeisterung und Passion möchte das AT-Aufgussmeister-Team mit Ihnen, liebe Gäste, diese wundervolle Saunawoche gestalten und erleben. Seien Sie gespannt!



Magdalena

Daniel

Axl

Maggi

Lukas

Carmen

Karin

Julia

Markus

**Wir wünschen Ihnen eine spannende, erholsame und aufregende Saunawoche.**

*Familie Feichter und das AT-Team* ❤️