

# AUFGUSSPLAN\*

## Herbst

<b>ZEIT</b>	<b>ANWENDUNG</b>
10 Uhr	Sanft in den Tag
11 Uhr	Erfrischende Minze
12 Uhr	Lemonen-Oase
13 Uhr	Entspannungszereemonie
14 Uhr	Kräuterwunder
15 Uhr	Jetzt wird's blumig
16 Uhr	Waldspaziergang
17 Uhr	Entspannungsritual
18 Uhr	Gewürztraum
19 Uhr	Goldener Herbst
20 Uhr	Überraschungsaufguss
21 Uhr	Traumstunde

## FREITAGS

### zusätzlich

22 Uhr	Zitronenzauber
23 Uhr	Ab ins Wochenende

\*kurzfristige Änderungen vorbehalten