

Information

N-FLOW Sauna-Etikette

Willkommen in der N-FLOW Saunalandschaft – deinem Ort für Wärme, Ruhe und neue Energie.

Damit sich alle Gäste gleichermaßen wohlfühlen und das Saunaerlebnis genießen können, bitten wir dich, ein paar Gepflogenheiten zu beachten. Sie helfen dabei, Rücksicht, Respekt und Entspannung für alle zu ermöglichen.



Hygiene

Bitte dusche vor jedem Saunagang gründlich und trockne dich gut ab. In der Sauna legst du ein ausreichend großes Handtuch unter, damit kein Schweiß aufs Holz gelangt. Verzichte außerdem auf stark duftende Pflegeprodukte – der natürliche Duft von Aufgüssen reicht völlig.

Duschen

Handtuch drunter

Duftstoffe



Smartphones

Bitte gönn dir eine digitale Auszeit: Die Mitführung von Smartphones, Tablets und anderen aufnahmefähigen Geräten ist in der gesamten Saunalandschaft selbstverständlich nicht erlaubt. Der Schutz eurer Privatsphäre geht vor – bitte habe Verständnis, dass unser Personal bei Missachtung streng vorgeht.

Smartphones



Verhalten

Rücksicht auf einander: Die Sauna ist ein Ort der Ruhe, bitte vermeide lange Gespräche oder unnötige Störgeräusche. Schließe bitte die Saunatüre zügig hinter dir und achte darauf, dass sie dicht abschließt. Achte vor allem in der Kabine selbst auf den persönlichen Wohlstandsabstand der Mitgäste.

Ruhe

Abstand halten



Textilfrei, aber stilvoll

Die Sauna ist ein textilfreier Bereich – bitte lege die Badebekleidung ab. Bedecke dich grundsätzlich bitte mit einem Handtuch oder Bademantel. Lediglich die Nutzung der Saunakabine erfolgt unbedeckt.

Rutschfeste Sohlen

Gehe bedeckt

Badebekleidung



Speisen & Getränke

Unser Gastronomiepersonal ist ganzjährig für dich im Einsatz und bereitet täglich für dich leckere und gesunde Gerichte zu – bitte verzichte daher auf selbst mitgebrachte Verpflegung. Eigenes Trinkwasser darfst du gerne mitführen – zerbrechliche Flaschen wie Glas sind nicht erlaubt, sowie alle Getränke über Wasser hinaus.

Gastro vor Ort

Eigenverzehr

Glaswaren



Aufgüsse

Unsere Aufgüsse folgen einem wöchentlichen Plan – du findest ihn vor Ort oder auf unserer Website. Achte während der kompletten Zeremonie und beim Betreten auf absolute Ruhe. Achte bitte auch auf dein Wohlbefinden und verlasse im Zweifel die Sauna um dich abzukühlen. Bitte betrete nachträglich keine laufende Aufgusszeremonie, sondern nutze den nächsten Aufguss. Aus Sicherheitsgründen sind keine eigenen Aufgüsse gestattet.

Aufguss stündlich

Nicht stören

eigene Aufgüsse

Information

N-FLOW Sauna-Etikette



Gesundheit

Höre auf deinen Körper: Bei Unwohlsein verlasse bitte sofort die Sauna. Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen, sowie Schwangere und Kinder, sollten sich vor dem Saunabesuch ärztlich beraten lassen.

Bei Unwohlsein: Pause

Bei Zweifel: Arzt

Achtsam bleiben



Sozialverhalten

Respekt und Rücksichtnahme stehen bei uns an erster Stelle: Verzichte daher bitte auf Zärtlichkeiten und übermäßigen Körperkontakt. Partnermassagen sind grundsätzlich nicht erlaubt.

Abstand wahren

Intimität

Partnermassagen



Bewusster Verbrauch

Achte bitte auf einen bewussten Umgang mit Wasser, Energie und Handtüchern. Kleine Gesten machen einen großen Unterschied – für uns alle.

Wasser sparen

Türen schließen



Minderjährige

Kinder und Jugendliche sind in Begleitung eines Erziehungsberechtigten ebenfalls herzlich willkommen. Wir bitten dich als Aufsichtsperson darum, auf ein ruhiges und respektvolles Verhalten der Kinder zu achten und die Einhaltung der Verhaltensregeln durchzusetzen.

in Begleitung

Ruhig

Aufsicht haftet



Reservieren

Reservieren ist nicht nötig – alle Gäste sollen die Möglichkeit haben, eine entspannte Pause einzulegen. Unser Team räumt ungenutzte Plätze regelmäßig frei und bringt Handtücher und persönliche Gegenstände in die dafür vorgesehenen Ablagen.

Ablage nutzen

Reservieren



Wertgegenstände

Nutze unsere Schließfächer für deine Wertsachen und achte darauf, diese sicher zu verschließen. Deinen Schlüssel und Chip trägst du am besten am Handgelenk, damit du sie nicht verlierst.

Schließfach

Schlüssel am Arm

Wertsachen sichern



Rauchen

Nutze zum Rauchen bitte den gekennzeichneten Außenbereich neben dem Treppenaufgang. Das Rauchen außerhalb dessen ist nicht erlaubt.

Nur draußen rauchen

Rücksicht nehmen

Danke, dass du Teil unserer Community bist und mit deinem Verhalten dazu beiträgst, dass sich alle Gäste bei N-FLOW willkommen, sicher und respektiert fühlen.

Dein N-FLOW Team