



## **Aufgussmarathon söndagen den 28 januari med bidrag från ”skapa din egna aufguss”**

**11.00 Norrsken i meditationsbastun**

**11.30 Timmerkojan i vedbastun**

**12.00 Som en nyutsprungna ros i stugbastun**

**12.30 Fire and ice i stugbastun**

**13.00 Heim bakt = helnaket i stugbastun**

**13.30 Citrus recovery i stugbastun**

**14.00 Lakritsknäppen i stugbastun**

**14.30 Vinnaren! Fjällvandring i stugbastun**

**15.00 Stilla i stugbastun**

**15.30 Bieffekten i stugbastun**

**16.00 Skogstokig i stugbastun**

**16.30 Vardagslyx i stugbastun**

**17.00 Skogsdröm i ljusbastun**