



## **Inhouse-Schulung**

### **Aufgusstraining –**

### **Woran erkennt man einen guten Aufguss?**

Erlebnisreiche, gut vorgetragene Aufgüsse bieten den Bädern Wettbewerbsvorteile. Die Aufguss-Standards sollen ebenfalls erfüllt werden. Die Rahmenbedingungen und Parameter sowie die Umsetzung der Richtlinienempfehlungen stehen im Mittelpunkt des Referatsteils.

Musikalische Aufgüsse liegen im Trend, bewährte Möglichkeiten werden vorgestellt. Außerdem sollen verschiedene Wedeltechniken das Repertoire der Mitarbeiter erweitern, diese werden intensiv gemeinsam trainiert. Zunächst werden die Grundwedeltechniken präsentiert und geübt, darauf aufbauend können weitere Aufbautechniken einbezogen werden.

Der Ablauf des Aufgusszeremoniells wird besprochen und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden auf den souveränen Umgang mit den Aufgussgästen vorbereitet. Zum Abschluss des Seminartages erfolgt die praktische Umsetzung im Saunaraum, das Erlernete wird unter fachlicher Anleitung ausprobiert.

#### **Seminarplan:**

08.00 Uhr Begrüßung und Vorstellungsrunde  
**Woran erkennt man einen guten Aufguss –**  
Aufguss-Standards, Rahmenbedingungen und Richtlinienempfehlungen

#### **Wedeltechniken kompakt**

09.00 – 10.30 Uhr Demonstration und Training von Wedeltechniken (Teil I)  
10.45 – 11.30 Uhr Aufgussdramaturgie / Gästeansprache  
11.30 – 12.30 Uhr Mittagspause  
12.30 – 13.30 Uhr Training von Wedeltechniken (Teil II)

Ab ca. 13.30 Uhr **Praxis**  
Präsentation im Saunaraum: Aufguss durch den Trainer  
Praktische Durchführung von Saunaaufgüssen durch die Teilnehmenden

15.30 Uhr Verabschiedung und Urkundenausgabe

**Referent:** Olaf Wimmer, Aufgusstrainer DSB, Saunameister und FAB