



## Aufgustraining –

### Aspekte der Aufgustheorie und praktisches Üben verschiedener Wedeltechniken

An das Aufgusspersonal moderner Saunabetriebe werden zunehmend größere Anforderungen gestellt, denn erlebnisreiche, gut vorgetragene Aufgüsse bieten den Bädern Wettbewerbsvorteile.

Nach einem Einführungsreferat zu den Rahmenbedingungen zeitgemäßer Aufgüsse, trainiert ein professioneller Aufgießer mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern unterschiedliche Grundlagen-Wedeltechniken. Außerdem wird der Ablauf des Aufgusszeremoniells besprochen und die 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:**

09.00 – 10.30 Uhr	<b>Referat:</b> Rahmenbedingungen zeitgemäßer Aufgüsse
11.00 – 12.30 Uhr	Demonstration und Training unterschiedlicher Wedeltechniken
12.30 – 13.30 Uhr	Mittagspause
13.30 – 14.00 Uhr	Besprechung der Aufgussdramaturgie
14.00 – 14.45 Uhr	Training unterschiedlicher Wedeltechniken
15.00 – 17.00 Uhr	Praktische Durchführung von Saunaaufgüssen durch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer
	Verabschiedung und Urkundenausgabe

#### **Seminarleitung:**

Ulrike Martmann, Dipl. Sozialpädagogin, Bielefeld  
oder  
Franziska Pieper, Dipl.-Pädagogin, Bielefeld

#### **Wedeltechniken**

**und Aufgusspraxis:** Aufgustrainer oder Aufgustrainerin DSB