# Aufguss.at

**Aufguss.at ist privat und 100%-nichtkommerziell.**

Ich bin weder von der IKB angestellt noch werde ich sonst wie bezahlt. Im Gegenteil, ich bin Gast, entrichte den regulären Eintrittspreis und auch meine Aufgussmittel und -utensilien sind von mir privat finanziert.

Feedback, Wünsche und Kritik zu meinen Aufgüssen sind herzlich willkommen: am liebsten persönlich, gerne aber auch anonym über das Kontaktformular auf Aufguss.at.

Gut Schwitz!

Weitere Aufgüsse auf Wunsch spontan und immer in Abstimmung mit anderen Aufgießer:innen. Einfach fragen!

Aufgusszeiten sind vorläufig. Aufguss.at hat keine Priorität vor anderen Aufgießer:innen.

## 6. November 2026

16.00 - 20.00



### 16.30 Sauna 2

## Speckjause

Birkensud, Zirbelkiefer, Wacholderbeeren, Cade



### 17.30 Sauna 2

## Sushi

Grüner Tee, Hinoki, Zitrone, Frischer Ingwer



### 18.30 Sauna 2

## Minestrone

Petersilie, Majoran, Karottensamen, Selleriewurzel