

FOLGE DEM RUF DES ‚LÖYLY‘*
UND WECKE DEN FINNEN IN DIR

*Löyly - ist in Finnland der Aufguss in der Sauna.
Es bedeutet soviel wie Gluthauch oder auch Seele.



FINNFLOAT Saunafloß Rebecca Lang
Müggelseedamm 237
12587 Berlin Friedrichshagen
TEL: (+49) 0176 62180998

info@finnfloat.de
www.finnfloat.de



CLEANING YOUR BODY
CLEARING YOUR MIND

Saunafloßpreise

FINNFLOAT

PURE LEBENSENERGIE

aus Liebe zur finnischen Sauna



das **FINNFLOAT-ERLEBNIS**
 1. Wähle ein Basisangebot
 +
 2. Entscheide dich für eine
 Anwendung oder einen Kurs!

Das Saunafloß Wellnesserlebnis: Entspannung, Slowness, SaunaYoga, Skandinavische Lebensart

Komm mit uns auf eine finnische Reise - auf dem ersten finnischen Spa-Saunafloß Berlins. Mit einem Saunafloß auf dem Wasser unterwegs zu sein, ist ein ganz besonderes Gefühl von Freiheit. Eine Auszeit vom Alltag mit dem Ziel, den Einklang zwischen Körper und Geist wieder zu finden, um Gesundheit und Wohlbefinden zu erreichen.

FINNFLOAT ist ein Floß für bis zu acht Personen. Auf dem Floß befinden sich eine Sauna, beheizt durch einen Holzofen, ein warmer Ruhebereich, eine Dachterrasse mit Sonnendeck sowie eine Toilette. Das Saunafloß mit moderner skandinavischer Ausstattung ist 8 m lang und 4 m breit und wird über eine Steuerkonsole von einem 15 PS Benzin- sowie einem Elektromotor angetrieben. Durch die Panoramafenster könnt ihr während des Saunens den Blick über den Müggelsee und die Müggelberge genießen. FINNFLOAT bietet euch ein ganzheitliches Saunaerlebnis im Zeichen finnischer Saunatrdition. Sauna- und entspannungstherapeutische Angebote ermöglichen eine besondere Saunaerfahrung. Authentizität, Entspannung, Wohlbefinden, Sauberkeit, Vielfalt der Sinne - die finnischen Kernwerte echter Saunakultur.

FINNFLOATS Einzigartigkeit liegt in der Kombination einer eigenen Sauna auf einem mobilen Floß mitten in der Natur, dem See und einem ganzheitlichen Gesundheitsangebot, welches individuell in einer kleinen Gruppe genossen werden kann. Und auf Wunsch mit an Bord: Euer zertifizierter, persönlicher SaunameisterIn und EntspannungstherapeutIn.

Genieß mit deinen Freunden oder der Familie das langsamste Abenteuer Berlins!

Buchungsbeispiel Stockholm:
 z.B. 4 Stunden Finnfloat-Erlebnis mit 4 Personen

Basisangebot		
Stockholm	3 Std. für 2 Pers.	= 220 €
+		
2 weitere Personen	2 x 45 €	= 90 €
+		
1 weitere Stunde	1 x 90 €	= 90 €
		= 400 €
= 100 € i.d. Std.		

z.B.
25 €
 Std./ p. Pers.

FINNFLOAT Basisangebot Saunafloß für bis zu 2-8 Personen

1.
Ihr wählt ein Basisangebot und entspannt!

STOCKHOLM

Drei Stunden FINNFLOAT Entspannung pur auf unserem Saunafloß

3 Std. Saunafloß für 2 Pers. | vorgeheizter Saunaofen | Holz zum Nachlegen | frisches Quellwasser | Endreinigung



3 Std. inkl.

Genießt drei entspannte Stunden auf dem FINNFLOAT Saunafloß. Während der Sauna genießt ihr den Ausblick aus den Panoramafenstern und kühlt euch mit einem Sprung in den See ab. Auf der Floßdachterasse habt ihr genügend Zeit zum Relaxen und für ein großes Glas Quellwasser.

jede weitere Person 45 €
jede weitere Stunde 90 €

ab 220,- €

HELSINKI

Der Klassiker - vier Stunden FINNFLOAT Wellness auf unserem Saunafloß

4 Std. Saunafloß für 2 Pers. | vorgeheizter Saunaofen | Holz zum Nachlegen | aromatherapeutisches Fußbad | frisches Obst & finn. Birkenwasser | Endreinigung



4 Std. inkl. + Extras

Vier Stunden Wellness auf dem FINNFLOAT Saunafloß mit Sauna und aromatherapeutischem Fußbad. Ein Blick durch die Panoramafenster auf Wasser, Himmel und Wald lässt euch den Alltag vergessen. Auf Deck wartet kaltes Birken- oder Quellwasser aus arktischer Wildnis sowie ein frischer Obstteller.

jede weitere Person 45 €
jede weitere Stunde 90 €

ab 340,- €

Kinder unter 12 Jahren saunen kostenfrei

FINNFLOAT Saunarituale: Aufgüsse & Anwendungen

ODER...

2.
... ihr bucht eine Anwendung hinzu, wenn ihr möchtet...



25,- €*
pro Person (mind. 4 Personen)

Original Finnisches Löyly-Vihta Aufgussritual

Die Krönung des Saunagangs - Entdecke den echten Finnen in dir

ca. 45min. Aufgusszeremonie mit 2 Schwitzgängen + Abkühlungsphase | Vihta Birkenquast | tradit. Terva-Aufguss | finnisches Bier & Karjalanpiirakka

„Löyly“ ist der Dampf beim Aufguss und bedeutet soviel wie Gluthauch oder Seele. Die „Vihta“ ist ein traditioneller Birkenreisigbündel. Die gewässerten und erhitzten Vihta-Zweige schlägt man in der 2. Schwitzphase leicht über den Körper. Es regt die Durchblutung an und fördert den Stoffwechsel der Haut. Darüber hinaus wirken die Birkenblätter pflegend und reinigend. Beim 1. Schwitzgang des Rituals verbreiten ätherische Öle des würzig natürlichen Terva-Aufgusses, dem beliebtesten Aufguss der Finnen, ihre Wirkung. Terva entsteht beim Verkohlern von Holz und hat eine rauchige Note. Abkühlung verschafft am Schluss der See und ein kühles finnisches Bier. Dazu reichen wir *Karjalanpiirakka* Karelsche Pirogen.



15,- €*
pro Person (mind. 2 Personen)

Meditativer Kannus & Klangschalen-Aufguss

Lege den Lärm der Stadt & die Hektik des Tages ab - spüre die Ruhe der endlosen Wildnis Lapplands

ca. 30min. Aufgusszeremonie + Abkühlungsphase | Klangschalenmeditation & der Schlag der Kannus, der samischen Zaubertrommel | Lakka-Likör

Erlebe die Kraft des Klangs und die Weite der Stille bei unserem Kannus & Klangschalenaufguss. Die Klangschalen verstärken den Schwitzeffekt, fördern die tiefe innere Regeneration und harmonisieren jede einzelne Körperzelle. Die Kannus ist die sámsische Zaubertrommel der Schamanen in Lappland. Sie verwendeten die Trommel als symbolisches Reittier während der mystischen Himmelsreise und als Werkzeug zum Herbeirufen der Geister der Genesung. Eine auf den Tag abgestimmte Aufgussmischung entführt dich und deine BegleiterInnen in das Land des Schweigens. Zum Ende holt dich der Geschmack der Moltebeere mit einem kleinen Lakka-Likör wieder zurück ins Hier und Jetzt.



15,- €*
pro Person (mind. 2 Personen)

Arktischer Aromatherapie-Aufguss & PowerBerryPeeling

Wecke deine Lebensgeister - Pflanzenkräfte für Körper, Geist und Seele

ca. 30min. Aromatherapieaufguss + Abkühlungsphase | Aufguss mit ätherischen Ölen | PowerBerryPeeling

Bei unserem Aromatherapie-Aufguss werden gezielt bestimmte Duftstoffe und ätherische Öle eingesetzt, um Körper und Geist zur Entspannung und Heilung zu animieren. Lass dich entführen in die duftende Welt der Kräuter und Gewächse der arktischen Hemisphäre. Sumpfporst und Moltebeere aus den Sümpfen und Mooren des Nordens. Du liebst den Duft des Waldes? Dann währen Preiselbeere, Birke oder Kiefer etwas für dich. Nach dem Aufguss bekommst du Gelegenheit dich mit einem frisch zubereiteten Peeling aus arktischen PowerBeeren zu verwöhnen. Reich an Vitaminen, Nährstoffen und Antioxidantien, gewachsen in reiner, natürlicher Umgebung, im Licht der Mitternachtsonne.



60,- €*
pro Person (mind. 2 - max. 4 Personen)

Suomen Turvesauna-Moorsauna-Anwendung

5000 Jahre Frische aus den Ursümpfen Skandinaviens - traditionelle Torfsauna

ca. 60min. mit 2 Saunagängen & Abkühlungsphase | Turvasaunahoito/Heiltorf-Saunabehandlung | Quellwasser | arktischer Detox-Kräutertee aus Finnland

Torf ist ein Geschenk der Natur, das in vielen tausend Jahren in den finnischen Sümpfen heranreift. Die im Torf enthaltenen Humin- und Fulvosäuren regen den Blutkreislauf an, stärken den Hormonhaushalt und wirken entschlackend. Die Haut wird weich und strahlend. Einmalig in Deutschland bietet FINNFLOAT die spannende Torfsaunabehandlung in finnischer Tradition. Zum Aufwärmen geht es in die Sauna. Torf entwickelt seine Heilungskräfte am besten bei Temperaturen ab 50°C. Nach einer kurzen Abkühlungsphase und frischem Wasser zum Trinken wird euer Körper mit dem natürlichen Torfsubstrat eingerieben. Ihr geht erneut für ca. 20 Minuten in die Sauna. Danach wird der Torf mit klarem Wasser abgewaschen. Schließlich empfangen wir euch mit einem arktischen Detox-Kräutertee.



20,- €*
pro Person (mind. 2 Personen)

Dein Tag am Meer Salzsauna & Lakritz

Mild, kräftig, süßlich, salzig, lecker

ca. 50min. Aufgusszeremonie mit 2 Schwitzgängen + Abkühlungsphase | Wildkräuterfußbad | Lakritz aufguss | Salzanwendung | Salmiakki Lakritzlikör

Unser Salzsaunaaufguss ist wie ein Tag am Meer. Die vergleichsweise geringe Temperatur von ca. 60°C belasten deinen Kreislauf nicht so stark wie unsere anderen Saunaaanwendungen. Nach einer gemächlichen Schwitz- und Ruhephase mit Wildkräuterfußbad folgt ein erneuter Saunagang. Bei einem aromatischen Lakritz aufguss kommst du bestimmt ins Schwitzen. Dann geht es nach Draußen, um die schweißnasse Haut deines Körpers mit Salz, Honig & Sanddorn, einzureiben. Wie bei einem Peeling wird die oberste Hautschicht von alten Hautzellen befreit. Die Haut kann wieder „atmen“. Nach dem Abwaschen des Peelings bekommt ihr ein Öl, um der Haut Feuchtigkeit zurückzugeben und einen Salmiakki/ Lakritzlikör für euren Gaumen und den herben Geschmack des Nordens.

ODER...

3.
... ihr genießt direkt ein FINNFLOAT Erlebnispaket.



Tango für zwei

Finnische Saunakultur pur - FINNFLOAT zum Wohlfühlen

4 Std. Saunafloß für 2 Pers. | finnischer LöylyVihta-Aufguss | aromatherapeutisches Fußbad | wohlthuendes Peeling | frisches Obst & Birkenwasser | Saunamakkaraa & finnisches Bier | finn. Tangomusik zum Träumen | vorgeheizter Saunaofen | Holz zum Nachlegen | Endreinigung

Viel Zeit für entspanntes Saunen auf dem Saunafloß mit z.B. finnischem Moltebeerenpeeling & aromatherapeutischem Fußbad, finnischem „LöylyVihta“ (Birkenquast) Aufguss der Saunameisterin und natürlich relaxen auf der Dachterasse mit Birkenwasser und frischem Obstteller. Nach dem Saunen gibt es den finnischen Kultsnack: „Saunamakkaraa“ Saunawurst und dazu finnisches Bier oder eine Flasche Prosecco. Zudem bekommt ihr von uns die beste finnische Tangomusik mit an Bord und das Floß als eure einsame schwimmende Insel wird zum Satumaa Märchenland!

390,- €



Familien sauna

Ein entspannter FINNFLOAT Sauna-Geschichten-Spiele-Ausflug mit der Familie

3 Std. Saunafloß für 2 Erw. + 2 Kinder (bis 12J.) | Hörspiele für den Saunagang | Gesellschaftsspiele für die Ruhephasen | frisches Quellwasser | Muminlakritzstangen oder Fruchtpastillen | vorgeheizter Saunaofen | Holz zum Nachlegen | Endreinigung

Pack die Badehose ein, nimm dein kleines Schwes-terlein und dann nix wie raus zum Müggelsee! Mit unserem Familienspezial könnt ihr gemeinsam mit eurer Familie entspannt in die Sauna gehen und über den See schippern. Damit es für alle spannend bleibt, gibt es Hörspiele z.B. von Petterson und Findus, Pippi Langstrumpf oder den Mumin in der Sauna zu hören. Nach der Abkühlung im See laden verschiedene finnische und schwedische Gesellschaftsspiele auf der Dachterasse zum Spielen ein. Und zur Stärkung gibt es an Bord Muminlakritzstangen oder Fruchtpastillen!

190,- €
Oma, Opa o. Kinder ab 12 Jahren zusätzl. je 35 €
jede weitere Stunde 49 €



One Night in Inari

Eine Nacht auf unserem FINNFLOAT Floßcamp und ein Blick in die Sterne

2 Erw. (+2 Kinder) | schlafen auf der Dachterasse im Feldbett o. auf Isomatte | Nachtlager mit Fleecedecken und Kissen | Frühstückskiste | Sternenteleskop auf der Dachterasse & Sternenkarte | vorgeheizter Saunaofen | Holz zum Nachlegen für 2 weitere Std. Sauna | Endreinigung

(Vom Vorabend 21Uhr bis 9 Uhr am nächsten Morgen)

Unser FINNFLOAT Saunafloß wird für eine Nacht euer zu Hause. An lauschigen Sommerabenden ist das Schlaferelebnis unvergleichlich. Auf gemütlichen Feldbetten bereiten wir euch ein kuscheliges Nachtlager auf dem Sonnendach des Floßes (mit Sternenteleskop!). Für den Morgen stellen wir euch eine Frühstückskiste bereit. Darin ist alles, was ihr für ein stilvolles skandinavisches Frühstück benötigt. Also, Schlafsack einpacken und los! Zeit für ein ausgiebiges nächtliches Saunabad findet ihr bestimmt - vielleicht begegnet euch in den frühen Morgenstunden sogar noch ein Elch!

280,-
Bettwäschepaket Deluxe je 22,- / Moonlight-Snackkorb 39,-



Finnish Bridal Sauna

Ein magisch finnischer Jungesellinnenabschied

4 Std. finnisches Bridal-Sauna-Event | geschmücktes Floß & dekorierte Sauna mit Ehrenplatz für die Braut | zeremonielle Aufgaben | Torf(Gesichts)maskenanwendung | Kräuterfußbad | Snacks, Wasser & Prosecco | Spa-Bag-Verleih für die Braut | ein Saunafloßgruppenfoto in 20x30 | vorgeheizter Saunaofen | Holz zum Nachlegen | Endreinigung

Heute noch beginnen die Vorbereitungen auf eine Hochzeit in Finnland in der Sauna. Für euch bestimmt eines der verrücktesten Jungesellinnenabschiede überhaupt. Die Braut muss verschiedene Aufgaben lösen. Dazu gehört das Loslassen früherer Liebhaber, sowie die Formulierung eines Wunsches. Wie in alten Zeiten wird sie mit Salz, Mehl und Honig gewaschen. Die Braut bekommt einen geschmückten Ehrenplatz und es gibt für alle Kräuterfußbäder und eine Torfanwendung. Am Ende könnt ihr eure Lebensfreude mit einem Prosecco begießen.

89,- € pro Person
(mind. 5 - max. 8 Personen)



Saunameeting

Entscheidungen treffen und Ideen finden

4 Std. Saunameeting mit bis zu 8 Personen | Materialkoffer | Flipchart inkl. Papier und Marker | Innovationsbibliothek mit inspirierender Lektüre | Snacks, Wasser | Spa-Bag-Verleih | vorgeheizte Sauna | Holz zum Nachlegen | Endreinigung | auf Wunsch 15 Min. Impulsvortrag

Saunameeting? Klingt verrückt? Ja, vielleicht ein bisschen, aber dafür sind die Finnen ja bekannt oder besser gesagt Meister des Spagates zwischen Tradition & Innovation. Neue Lösungen erfordern neue Ansätze: Davon sind immer mehr Menschen überzeugt und suchen bewusst innovative Räume auf, um neue Lösungen zu finden. In Finnland wurden schon immer Geschäfte in der Sauna gemacht. Das FINNFLOAT Saunameeting mitten auf dem Müggelsee in Berlin bietet einen einmaligen Urban Space, um entspannt kreative Prozesse einzuleiten. Bei gutem Wetter der perfekte Rahmen, um Innovationen zu entwickeln - sowohl für Produkte und Prozesse, als auch für die Unternehmenskultur.

800,- €
jede weitere Stunde 100 €

FINNFLOAT Kurse & Trainingsstunden

4.
... ihr wollt kursstunden & Extras für Körper und Geist?

SaunaYoga 40 Minuten

Die Übungen stammen aus verschiedenen Yogastilen und werden auf einer Bank sitzend in einer ca. 50 °C warmen Sauna ausgeübt. Die milde Wärme der Sauna baut effektiv Verspannungen im Körper ab. Die positive Wirkung zeigt sich schon nach dem ersten Saunabesuch. Eine Sauna Yoga Trainingseinheit dauert mit Anleitung 40 Minuten und eignet sich für jeden, da Yogaerfahrung nicht erforderlich ist.



29,- €* pro Person (max. 4 Personen)

Autogenes Training 30 Minuten

Autogenes Training ist ein auf Autosuggestion basierendes Entspannungsverfahren. Das autogene Training hilft nicht nur, Stress rasch und wirksam abzubauen, es beugt auch vielen körperlichen Erkrankungen vor und lindert Ängste und leichte Depressionen. Wir zeigen dir, worauf es beim autogenen Training ankommt, und stellen dir die Grundübungen vor.



25,- €* pro Person (max. 4 Personen)

Progressive Muskelrelaxation 30 Minuten

Die Progressive Muskelrelaxation bietet tiefe Entspannung für Körper und Seele. Die Methode lässt sich leicht erlernen. So kannst du Stress im Alltag abbauen und neue Energie tanken. Die Übungen helfen dir bei Schlafstörungen und wirken unterstützend gegen viele körperliche Beschwerden wie Bluthochdruck oder Kopfschmerzen.



25,- €* pro Person (max. 2 Personen)

Aromatherapeutisches Fussbad äther. Öle o. Kräuter p.P. 12,- €

Portion Nordic Peeling frisch angerührt Bio p.P. 6,- €

Obst & Birkenwasser p.P. 9,- €

Tasse Nordictea p.P. 3,- €

Unsere arktische Superpower je 3,- €

finnisches Bier 0,33L je 14,- €

Saunawurst mit Senf (f. 2 Pers.) je 14,- €

SPA-Bag-Verleih Bademantel, Saunamütze, Saunatuch, Sitzunterlage, Saunakissen (feinstes Leinen von Lapuan Kankurit aus Finnland) p.P. 20,- €