



**Zeit für
Elementares.**

2. bis 4. Oktober 2026

Sauna Herbal Cup Österreich 2026 und Genuss- und Erlebnistage

Ein Festival des gesunden Saunierens mit entspannenden Ritualen, kreativen Aufgüssen und originellen Peelings. Im Rahmen unserer Genuss- und Erlebnistage gibt es außerdem ein buntes Rahmenprogramm:

- ▶ Bewerbe im Rahmen des Herbal Cups mit Kräuter-Aufguss-Ritualen & Peeling Zeremonien
- ▶ Erweitertes Aufgussprogramm
- ▶ Internationale Gastaufgussmeister
- ▶ Workshops rund ums Saunieren
- ▶ Herbstlich-kulinarischen Spezialitäten



A L P E N T H E R M E

GASTEIN

[ALPENTHERME.COM](https://alpentherme.com)

Startzeiten Teilnehmer Sauna Herbal Cup Aufgüsse & Peelings



Zutritt nur mit Ticket! Ticketvergabe (ohne Aufpreis) immer 1 Stunde vor dem jeweiligen Aufguss / Peeling vor der Cascadia.

Freitag, 2. Oktober

Uhrzeit	Cascadia	Dampfbad
14.00 Uhr	Sascha Kammerer	Sandro Sergi
15.00 Uhr	Iosif Lorint	Konrad Herbert
16.00 Uhr	Teresa Hofmayr	Michael Kerschhofer
17.00 Uhr	Roland Hofer	Edina Abonyi
18.00 Uhr	Ignaz Hettegger	Harald Winkler
19.00 Uhr	Lukas Barani	Ditta Kiss

Samstag, 3. Oktober

Uhrzeit	Cascadia	Dampfbad
10.00 Uhr	Sandro Sergi	Sascha Kammerer
11.00 Uhr	Konrad Herbert	Iosif Lorint
12.00 Uhr	Michael Kerschhofer	Teresa Hofmayr
14.00 Uhr	Edina Abonyi	Roland Hofer
15.00 Uhr	Harald Winkler	Ignaz Hettegger
16.00 Uhr	Ditta Kiss	Lukas Barani

Änderungen vorbehalten

Rahmenprogramm mit den Genuss- und Erlebnistagen

Zutritt ohne Ticket! Einlass jeweils ca. 10 Minuten vor Aufgussbeginn

Freitag, 2. Oktober

Uhrzeit	Programmpunkt	Ort
10.00 Uhr	Muntermocher	Cascadia
11.00 Uhr	Gillian Kosaras Gast-Aufgussmeisterin	Cascadia
12.00 Uhr	Alpen Glühen	Cascadia
11.30 Uhr	Eröffnung / Begrüßung Sauna Herbal Cup	Wasserbar
13.00 Uhr	Gillian Kosaras Gast-Aufgussmeisterin	Cascadia
14.30 Uhr	Sauer mocht Lustig	Alpen-Loft Sauna
15.30 Uhr	Gonz Ruhig	Alpen-Loft Sauna
16.00 Uhr	Workshop Räuchern Heidi Huber	Wasserbar
16.30 Uhr	Stommtisch	Alpen-Loft Sauna
17.30 Uhr	Knackig & Frisch	Alpen-Loft Sauna
18.30 Uhr	Grüne Kraft	Alpen-Loft Sauna
20.00 Uhr	Hoß & Koid	Cascadia
21.00 Uhr	Klangschale	Cascadia

Änderungen vorbehalten

Rahmenprogramm mit den Genuss- und Erlebnistagen

Zutritt ohne Ticket! Einlass jeweils ca. 10 Minuten vor Aufgussbeginn

Samstag, 3. Oktober

Uhrzeit	Programmpunkt	Ort
10.30 Uhr	Gillian Kosaras Gastaufgussmeisterin	Alpen-Loft Sauna
11.30 Uhr	Erntedank	Alpen-Loft Sauna
13.00 Uhr	Gillian Kosaras Gast-Aufgussmeisterin	Cascadia
13.30 Uhr	Knackig & Frisch	Alpen-Loft Sauna
14.30 Uhr	Gillian Kosaras Gast-Aufgussmeisterin	Alpen-Loft Sauna
15.30 Uhr	Törggelen	Alpen-Loft Sauna
17.00 Uhr	Iva & Stefano Gastaufgussmeister	Cascadia
18.00 Uhr	Siegerehrung Herbal Cup	Wasserbar
19.00 Uhr	Hoaß & Koid	Cascadia
20.00 Uhr	Iva & Stefano Gastaufgussmeister	Cascadia
21.00 Uhr	Klangschale	Cascadia

Änderungen vorbehalten

Rahmenprogramm mit den Genuss- und Erlebnistagen

Zutritt ohne Ticket! Einlass jeweils ca. 10 Minuten vor Aufgussbeginn

Sonntag, 4. Oktober

Uhrzeit	Programmpunkt	Ort
10.00 Uhr	Muntermocher	Cascadia
10.30 Uhr	Kaffeepeeling	Dampfbad
11.00 Uhr	Michael Kerschhofer Teilnehmer Herbal Cup	Cascadia
11.30 Uhr	Oktoberfest	Alpen-Loft Sauna
12.00 Uhr	Edina Abonyi Teilnehmerin Herbal Cup	Cascadia
12.30 Uhr	Creme Peeling	Dampfbad
13.00 Uhr	Sascha Kammerer Teilnehmer Herbal Cup	Cascadia
13.30 Uhr	Bauernherbst	Alpen-Loft Sauna
14.00 Uhr	Gillian Kosaras Gastaufgussmeisterin	Cascadia
14.30 Uhr	Lavendelsalz	Dampfbad
15.00 Uhr	Konrad Herbert Teilnehmer Herbal Cup	Cascadia
16.00 Uhr	Stefano Gec Gast-Aufgussmeister	Cascadia
16.30 Uhr	Honig Peeling	Dampfbad
17.00 Uhr	Gillian Kosaras Gastaufgussmeisterin	Cascadia
17.30 Uhr	Preisler-Peter	Alpen Loft Sauna
18.00 Uhr	Lukas Barani & Roland Hofer Teilnehmer Herbal Cup	Cascadia
18.30 Uhr	Rosensalz	Dampfbad
19.00 Uhr	Gillian Kosaras Gastaufgussmeisterin	Cascadia
20.00 Uhr	Klangschale	Cascadia

Änderungen vorbehalten

