Pressemitteilung **Hamburg, 29. September 2025**

Entspannter geht es nicht

Kosmische Reisen zum Sauna-Aufguss

Im kommenden Oktober startet die neue Saunasaison bei Bäderland Hamburg. In diesem Jahr können sich aufgussbegeisterte Hamburgerinnen und Hamburger auf ein besonderes Highlight freuen: den „Planetarium Hamburg Aufgussplan". Das Sternentheater lässt die Gäste der Mediensaunen des Holthusenbads und des Billebads visuell in kosmische Weiten abheben, während der Bäderland Sauna-Headcoach Sascha Hoffmann und sein Team mit passenden Sounds, Licht- und Duftwelten jeden Aufguss zu einem besonderen Erlebnis machen.

Mit der Tag-und-Nacht-Gleiche im September begann das kühle Winterhalbjahr. Damit wächst auch die Vorfreude vieler Hamburgerinnen und Hamburger auf die kommende Saunasaison. Vor allem Aufgüsse sind sehr begehrt. „In unseren Mediensaunen haben wir großartige Möglichkeiten, das positive Erlebnis unserer Gäste ein weiteres Mal zu intensivieren. Denn hier kombinieren wir den Aufguss mit passendem Licht, Bild und Sound. In diesem Jahr arbeiten wir mit dem kreativen Team des Planetarium Hamburg zusammen. Von ihm stammen die kosmischen Videos, die wir in den kommenden Wochen im Rahmen des ‚Planetarium Hamburg Aufgussplans' im Holthusenbad und Billebad zeigen werden", sagt Sascha Hoffmann, Sauna Headcoach von Bäderland Hamburg. „Dazu nutzen wir Natursude und ätherische Öle, die das Visuelle untermalen. Die unter anderen verwendeten Holz-, Kräuter-, Frucht- und Minzaromen wurden speziell für das Thema des jeweiligen Aufgusses ausgewählt. Gleiches gilt für die begleitende Musik und die Lichtwelten. So ist etwas ganz Besonderes entstanden – eine Verbindung von Sauna und Sternen, von Wärme und Weite."

Auch das Planetarium Hamburg freut sich über das besondere Projekt. Das Programm des Sternentheaters ist breit gefächert und zeigt sowohl Sternenreisen als auch Kinderprogramme und Angebote aus dem Bereich Kunst und Kultur. Ort des Geschehens ist üblicherweise der Sternensaal mit seiner beeindruckenden 360-Grad-Kuppel. „Wer hätte gedacht, dass wir mal Reisen durch den Kosmos für Saunagäste gestalten werden? Sie besuchen die Sonne, den Mars und weitere faszinierende Himmelskörper und staunen über die Schönheit der Polarlichter und die Pracht interplanetarer Nebel", sagt Dr. Mariana Wagner, stellvertretende Direktorin und Pressesprecherin des Planetarium Hamburg. „Mit unseren Planetariumsshows sprechen wir unser Publikum in erster Linie visuell und akustisch an. Die Kooperation mit Bäderland eröffnet uns nun die Möglichkeit, ein Erlebnis für wirklich alle Sinne zu schaffen. Wir waren sofort von der Idee begeistert – und es war uns eine Freude, sie gemeinsam mit Leben zu füllen. Das Projekt ist ein schönes Beispiel dafür, welch wunderbare Möglichkeiten sich aus der Zusammenarbeit mit anderen Institutionen ergeben können, die eigentlich ganz andere Themen bedienen."

Der neue Aufgussplan von Bäderland in Zusammenarbeit mit dem Planetarium startet am 6. Oktober im Holthusenbad und im Billebad. Auf dem Programm stehen neun verschiedene Aufgüsse mittlerer und starker Intensität. Thematisch geht es um die Erde, zu Polarlichtern, zum Mond und zum Mars, durch die Milchstraße und kosmische Nebel, zur Sonne und zu Schwarzen Löchern.