



SOLEWELT

Bad • Sauna • Gesundheit

Bad Salzungen

informiert



Saunieren als begleitende

Therapie für Ihren Bewegungsapparat

Medikamente und Operationen sind wichtig bei der Behandlung von entzündlichen und degenerativen Erkrankungen unseres Bewegungsapparates. Meist haben Medikamente jedoch Nebenwirkungen und Operationen sind risikobehaftet. Saunieren kann als therapeutische Alternative einen wesentlichen Beitrag leisten. Bei ausreichender Herzleistung (mindestens 75 Watt) und unter Beachtung der Kontraindikationen kann Saunieren fast immer empfohlen werden. Es verschafft Durchblutungsverbesserung, bessere Dehnbarkeit der Gewebe, Schmerzlinderung und mindert die Entzündungsbereitschaft.

Quelle: PD Dr. med. Rainer Brenke, ärztlicher Berater des Deutschen Sauna-Bund e. V. Bielefeld

Sauna-Tipps:

Muttertags-Sauna: Am Sonntag, 12. Mai

Zum Muttertag gibt es 14, 16 und 18 Uhr Aufgüsse mit Granatapfel-Feige sowie Rose-Orange. Ihre Haut können die Damen mit Rosensalzpeeling pflegen.

Männertags-Sauna: Am Donnerstag, 30. Mai

Nach den „Männertags-Aufgüssen“ bekommen die Herren ein alkoholfreies Hefeweizen gratis. Zur Pflege wird Hopfen-Saunacreme gereicht.



Für Badbesucher gratis: Therapeutische Wassergymnastik

Für Sie wurde von Therapeuten und Sportwissenschaftlern der SOLEWELT die therapeutische Wassergymnastik entwickelt. Sie hilft Ihnen, Ihre Gesundheit zu erhalten oder zu verbessern. Nutzen Sie die verschiedenen Gesundheitsthemen von montags bis freitags immer 14:30 Uhr.

Die Teilnahme ist für Bad-Besucher gratis.

Ihre Gesundheitsthemen im Mai:

29./30.04. und 02./03.05.19

06.05. - 10.05.19

13.05. - 17.05.19

20.05. - 24.05.19

27./28./29./31.05.19

Entlastung für meine Gelenke

Mobilisation meiner Schulter und meines Nackens

Mobilisation meiner Hüfte

Mein starker, beweglicher Rücken

Entlastung für meine Gelenke

★★★★ SaunaSelection

DEUTSCHER SAUNA - BUND

Themen-Sauna-Nacht

„Kräuter der Provence“

Samstag, 4. Mai ab 18 Uhr

Freuen Sie sich auf:

- Kräuter-Reisig- und Erlebnis-Aufgüsse
- „Entspannung im Lavendel-Meer“-Wassergymnastik
- Salzpeeling mit Lavendel-Blüten und Mandel-Öl

textilfreies Bad ab 22 Uhr, letzter Aufguss 23 Uhr
Es gelten die regulären Eintrittspreise.

Ihr Wohlfühl-Tipp: zur Sauna-Nacht

„Lavendel-Peeling in der Schwebeliege“

Preis p. P. 19,00 € (20 min)

Gleich anmelden:

03695/ 6934-0 oder per E-Mail an info@solewelt.de

