



**SOLEWELT**

Bad • Sauna • Gesundheit

Bad Salzungen

*informiert*



**NEU!**

**Frisch saniert am Start: Die Ost(er)wand**

Bald ist es soweit: Die Ostwand geht voraussichtlich Gründonnerstag, 6. April wieder in Betrieb. Dann lohnt es sich „doppelt“, zu inhalieren. Die Brunnen- und Rauminhalationen folgen später. Wie ihre „westliche Schwester“ wurde auch die Ostwand vollumfänglich saniert und in starker Anlehnung am historischen Vorbild rekonstruiert. Neu ist, dass sich das Brunnenhaus durch eine Zwischenwand abgrenzt. So sind Sie besser vor Zugluft geschützt. Zudem gibt es einen zusätzlichen Durchgang und eine Schauwand-Strecke. Sie dürfen gespannt sein.

**Oster-Öffnungszeiten SOLE Aktivbad und SOLE Saunaland**

Ostermontag sind Bad und Sauna regulär geöffnet (kein Kurstag).

Karfreitag, 7. April und Ostersonntag, 8. April: 10:00 bis 22:00 Uhr

Ostersonntag, 9. April und Ostermontag, 10. April: 10:00 bis 21:00 Uhr

**Oster-Sauna von Karfreitag bis Ostermontag**

Lassen Sie sich über Ostern von frühlingshaften Sauna-Aufguss-Düften verzaubern. Außerdem hat der Osterhase süße Überraschungen für Sie versteckt.



**SaunaSelection**

DEUTSCHER SAUNA - BUND

**Baden und Saunieren bis Mitternacht**

Samstag, 1. April

An jedem ersten Samstag des Monats sind SOLE Aktivbad und SOLE Saunaland bis Mitternacht geöffnet.

Freuen Sie sich auf:

- ☼ besondere Aufgüsse,
- ☼ Farb-Akzent-Beleuchtung
- ☼ und Kerzenschein.



Ab 22:00 Uhr kann textilfrei gebadet werden. Es gelten die regulären Eintrittspreise.

**Therapeutische Wassergymnastik**

Speziell für Ihre Gesundheit haben Sportwissenschaftler und Physiotherapeuten der SOLEWELT die Therapeutische Wassergymnastik entwickelt. Nutzen Sie die verschiedenen Gesundheitsthemen. Für Bad- und Sauna-Besucher ist die Teilnahme im Eintrittspreis enthalten. Diese Wassergymnastik findet dienstags bis freitags jeweils 14:30 Uhr statt.

**Ihre Gesundheits-Themen im April:**

- 04. - 06. April (nicht Karfreitag)** Mobilisation von Schulter und Nacken
- 11. - 14. April** Mobilisation meiner Hüfte
- 18. - 21. April** Mein starker, beweglicher Rücken
- 25. - 28. April** Entlastung für meine Gelenke







## Stoffwechsel-Analyse auf DNA-Basis: Meta-Check®

„FDH“ und Fasten hat nicht funktioniert? Die Lösung liegt in Ihren Genen.

Jeder Mensch verarbeitet Lebensmittel bzw. Makro-Nährstoffe (Kohlenhydrate, Proteine und Fette) anders. Aus diesem Grund gibt es kein Patentrezept zum Abnehmen. „FDH“ ist kein angepasster Diätplan. Nur woher weiß ich, was nachhaltig hilft und gesund für mich ist? Ihre Gene verraten es. Machen Sie eine Stoffwechsel-Analyse auf DNA-Basis. Die Analyse gibt Einblicke zu Ihrer genetischen Veranlagung bei der Verarbeitung von Makro-Nährstoffen. Auch Ihr Kalorien-Verbrauch und Ihr Bewegungsbedarf werden ermittelt.

Sprechen Sie uns an. Geschultes Fachpersonal betreut Sie während des Stoffwechselprogrammes.

**Beratung und Anmeldung im Präventions- und Fitness-Zentrum:**  
**Tel. 03695/ 6934-30 |**  
**E-Mail: [fitness@solewelt.de](mailto:fitness@solewelt.de)**



## Einzel-Inhalation am Gerät voraussichtlich ab Mai wieder möglich

Demnächst Aufatmen für Huster, Allergiker und „Rot-Nasen“: Voraussichtlich ab Mai ist die Einzel-Inhalation mit Inhalations- sowie Nasen-Spülmöglichkeiten wieder geöffnet. Nutzen Sie die Wirkung der Bad Salzunger Natur-Sole in Kombination mit neuester Schumacher-Medizintechnik. Auf Rezept kann Ihnen Ihr Hausarzt „Inhalation“ verordnen. Das sind in der Regel 6 x 10 Minuten Inhalationszeit.

### Die geplanten Öffnungszeiten sind:

Montag/Mittwoch/Freitag: 09:00 bis 14:00 Uhr  
 Dienstag/Donnerstag: 14:00 bis 19:00 Uhr  
 Samstag/Sonntag: 10:00 bis 13:00 Uhr

Den genauen Öffnungstermin finden Sie unter:  
[www.solewelt.de](http://www.solewelt.de) oder [gradierwerk-badsalzungen.de](http://gradierwerk-badsalzungen.de)



## SO LEcker! Bistro



### Schmackofatz zum Mitnehmen

Öffnungszeiten Straßenverkauf  
 (vor dem Haupteingang/bitte klingeln)

Dienstag - Sonntag:  
 12:00 bis 19:00 Uhr

### TIPP: Frühlingsalat mit Kochschinken, Käse und Ei



## Flotte T-Shirts im SOLE Lädchen

Frühlingszeit ist auch Lauf-Zeit. Für all die flotten Sohlen gibt es im SOLE Lädchen das passende T-Shirt für 19,95 Euro.

Luftig und schnelltrocknend sowie mit dem SOLEWELT-Aufdruck „Flotte Sole“.

