



SOLEWELT

Bad • Sauna • Gesundheit
Bad Salzungen

informiert



SOMMERTARIF 2022

SOMMER-AKTION IM JUNI, JULI und AUGUST

Entspannung pur, ohne Blick auf die Uhr: 3 Stunden zahlen - den ganzen Tag Bad oder Sauna genießen. Während der Aktion gilt Ihre reguläre 3-Stunden-Eintrittskarte automatisch als Tagestarif.



Sonnenschein und Sauna

Der weitläufige Sauna-Garten und der Werra-Strand laden zum Sonnenbaden im Grünen ein. Auch das Nachruhen nach dem Aufguss sollte idealer Weise an der frischen Luft erfolgen. So profitiert Ihr Körper schnell von der sauerstoffreichen Umgebung.



Kinder unter 6 Jahren wieder gratis

Gute Nachrichten für Familien: Kinder von 0 bis einschließlich 5 Jahren haben mit einer volljährigen Person freien Eintritt in die SOLEWELT.



★★★★ SaunaSelection

DEUTSCHER SAUNA - BUND

Am 2. Juli bis Mitternacht baden und saunieren

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

Ab 22:00 Uhr kann an diesen Abenden textilfrei gebadet werden.

Es gelten die regulären Eintrittspreise.



Therapeutische Wassergymnastik

Durch ihre Eigenschaften zeichnet sich Sole für gelenkschonendes und effektives Wassertraining aus. Therapeuten und Sportwissenschaftler der SOLEWELT haben hierfür die Therapeutische Wassergymnastik entwickelt. Verschiedene Gesundheitsthemen werden dabei angesprochen. Die Teilnahme ist im Eintrittspreis enthalten. Mitmachen können Sie dienstags bis freitags, jeweils 14:30 Uhr.

Ihre aktuellen Gesundheitsthemen:

05.07. – 08.07.22

12.07. – 15.07.22

19.07. – 22.07.22

26.07. – 29.07.22

Mobilisation meiner Hüfte

Mein starker, beweglicher Rücken

Entlastung für meine Gelenke

Mobilisation von Schultern und Nacken





Gezielte Herzstärkung mittels Cardio-Scan®-Analyse Das Herz - unser Motor!

Mit jedem Schlag versorgt Ihr Herz den Körper mit dem, was er benötigt. Das gepumpte Blut ist dabei der Transporteur. Stärken Sie Ihren „Motor“, indem Sie regelmäßiges Kardio-Training in Ihren Alltag integrieren. Anhand der Cardio-Scan®-Analyse kann für Sie ein persönlich zugeschnittener Trainingsplan erstellt werden.

Laufzeit: 3 Monate/ á 49,00 € pro Monat zzgl. einmaliger Aufnahmegebühr

Start: ab sofort/ spätestens am 31. Juli 2022

Leistungen:

- ✿ Eingangsmessung mit Herz-Stress-Testung und Körperanalyse
- ✿ Messung der Sauerstoffsättigung unter Belastung
- ✿ individuelle Trainingsgestaltung mit Therapeuten
- ✿ Nutzung der Fitness-Anlage (Gerätetraining, Landkurse)



Stoffwechselanalyse auf DNA-Basis: Meta-Check®

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 Stoffwechselanalyse auf DNA-Basis. Die Analyse gibt Einblicke zu Ihrer genetischen Veranlagung bei der Verarbeitung von Makro-Nährstoffen (Fette, Eiweiße und Kohlenhydrate). Auch Ihr Kalorien-Verbrauch und Ihr Bewegungsbedarf werden ermittelt.

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

Anmeldung Angebot und Beratung: Präventions- und Fitness-Zentrum

Tel. 03695/ 6934-0 | E-Mail: info@solewelt.de



Achtung Preisanpassung: Bitte beachten Sie die neuen Eintrittstarife ab Juli 2022.

SO LEcker! Bistro

Schmackofatz zum Mitnehmen

Öffnungszeiten Straßenverkauf
(vor dem Haupteingang/ bitte klingeln)

Di, Mi, Do: 12:00 bis 20:00 Uhr

Fr: 12:00 bis 21:00 Uhr

Sa: 11:00 bis 21:00 Uhr

So: 11:00 bis 20:00 Uhr

**JULI-ANGEBOT: Vitalsalat mit Kochschinken,
Käse und gekochtem Ei**



Badespielzeug im SOLE Lädchen-Sortiment

Der Urlaub naht und Sie suchen noch eine Schwimmbrille oder Schwimmhilfe für Ihr Kind?

Oder Wasserspielzeug zum Tauchen?

Dann stöbern Sie doch mal im
SOLE Lädchen der SOLEWELT.



Bautagebuch zur Gradierwerk-Sanierung und zum Bohrturm-Storchennest

Aktuelles zum Sanierungsfortschritt finden Sie unter
www.gradierwerk-badsalzungen.de



Alle Angaben ohne Gewähr, keine Haftung bei Druckfehlern.