



SOLEWELT

Bad • Sauna • Gesundheit

Bad Salzungen

informiert



„Winterfest“ durch regelmäßiges Saunieren

„Abhärtung“ und Verbesserung der Abwehrmechanismen

Die Sauna bietet sich zur Behandlung von Störungen des Wärmehaushaltes wie kalten Händen und Füßen und der damit reflektorisch verbundenen schlechten Schleimhautdurchblutung im Nasen-Rachen-Raum an (bewirkt eine erhöhte Infektanfälligkeit). Für keine andere Maßnahme ist eine erhöhte Widerstandsfähigkeit gegenüber grippalen Infekten sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern so gut nachgewiesen wie für das Saunabaden.

Quelle: Auszug Pressemitteilung PD Dr. med. Rainer Brenke,
ärztlicher Berater Deutscher Sauna-Bund e.V., Bielefeld



Advent, Advent

An den Advents-Sonntagen (3./10./17. Dezember) wird es wieder heimelig im Saunabereich. Aufgüsse mit Weihnachtsdüften, Gebäck und Tee versüßen im wahrsten Sinne Ihren Aufenthalt.

SaunaSelection

DEUTSCHER SAUNA - BUND

Baden und Saunieren bis Mitternacht Samstag, 2. Dezember

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

Gratis für Badbesucher: Die therapeutische Wassergymnastik wurde von Therapeuten und Sportwissenschaftler der SOLEWELT entwickelt. Sie hilft, Ihren Stützapparat zu stärken. Nutzen Sie die wechselnden Gesundheitsthemen. Teilnehmen können Sie dienstags bis freitags jeweils 14:30 Uhr.

Ihre aktuellen Gesundheitsthemen:

05. - 08. Dezember

12. - 15. Dezember

19. - 22. Dezember

02. - 05. Januar

Entlastung für meine Gelenke

Mobilisation von Schultern und Nacken

Mobilisation meiner Hüfte

Mein starker, beweglicher Rücken





Advent im Gradiergarten am 3. Dezember

13:00 bis 18:00 Uhr

Am ersten Advent locken wieder Markt-Stände mit regionalen Köstlichkeiten und handwerklichen Produkten in den Bad Salzunger Gradiergarten sowie in die SOLEWELT. Zudem verbreiten Musik und Chorgesang weihnachtliche Vorfreude. Mit dabei: Blechbläser Musikschule WAK, Chor, Karin Roth mit Heinrich II., „C. Flat in Duet“ und die Alphornbläser „Die Siebenschläfer“. Kleine Besucher können sich an Bastelständen, Weihnachtssingen mit Annelie und süßen Überraschungen erfreuen.



Gutscheinbestellungen via Webshop



Schon im Weihnachtsgeschenke-Stress? Bestellen Sie Ihren SOLEWELT-Gutschein bequem von zuhause aus. Hierbei haben Sie die Wahl, ob Sie diesen bei sich ausdrucken oder per Versand bestellen. Sie können ein Kunden-Konto anlegen oder als „Gast“ Bestellungen ausführen.

Zahlungsoptionen sind: PayPal, Kreditkarte, Sofortüberweisung

Bitte planen Sie bei Versandbestellungen einen entsprechenden Vorlauf ein, damit Ihr Gutschein Sie rechtzeitig erreicht.

Viel Spaß beim Verschenken von Gesundheit und Wohlbefinden!

Mehr unter:

<https://webshop.solewelt.de>

Restplätze für Präventionskurse

Sichern Sie sich einen Präventionskurs für 2024. Ihre Krankenkasse unterstützt Sie und bezuschusst Ihren Kurs mit etwa 80,00 Euro. Fragen Sie bei ihr nach.

Angebot und Kurse: Tel. 03695/ 6934-30 | E-Mail: fitness@solewelt.de



Klangschalen-Entspannung in der Totes-Meer-Salzgrotte

Einfach entspannen und wohlfühlen: Nehmen Sie sich Zeit und gönnen Sie sich eine Auszeit in der Totes-Meer-Salzgrotte. Die Klang-Vielfalt entführt Sie aus dem Alltag und nimmt Sie mit auf eine Traumreise.

Turnus: mittwochs, jeweils 18:00 und 19:00 Uhr
Kursgröße: max. 10 Personen/ Mindestteilnehmerzahl 6 Personen
Preis: Einzelkarte 19,00 Euro | 6er-Karte 99,00 Euro
Anmeldung (erforderlich) E-Mail an info@solewelt.de oder Tel. 03695/ 6934-25

SOLE Lädchen-Tipp

Die Geschenk-Idee zu Weihnachten

Bad Salzunger SOLE Kosmetik
 Sanfte Hautpflege mit Bad Salzunger Natur-Sole und Waid.



SOLE Lädchen Angebot im Dezember: Geschenkset „Salinchen“

Set aus Salinchen-Plüschfigur und Salinchen-Kindershampoo/ Duschbad statt: 23,80 € für 19,90 €

Einzigartig: Das 2-in-1 Kinderpflegeprodukt enthält Bad Salzunger Natur-Sole.

Es ist frei von:

- ✿ Paraben,
- ✿ Allergenen und
- ✿ Farbstoffen.



Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachtstage im Kreise Ihrer Liebsten und ein glückliches, neues Jahr.

Alle Angaben ohne Gewähr. Keine Haftung bei Druckfehlern. Preisänderungen vorbehalten.