



SOLEWELT

Bad • Sauna • Gesundheit
Bad Salzungen

informiert



Natürliches Heilmittel Sole

Über die Atmung findet der wichtigste Stoffwechselfvorgang unseres Körpers statt. Sie trägt unmittelbar zum Wohlbefinden bei. Wappnen Sie Ihre Atemwege für den Winter und inhalieren Sie in der neuen Westwand Bad Salzunger Natursole.

Das natürliche Heilmittel Sole* wird zum Beispiel eingesetzt bei:

- unspezifischen Atemwegserkrankungen (durch schädigende Umwelteinflüsse)
- chronischer Bronchitis
- Asthma bronchiale
- funktionellen Stimmband-Erkrankungen
- allergisch bedingten Erkrankungen des Nasen-Rachen-Raums und der tieferliegenden Atemwege

Die Westwand des Gradierwerksensembles ist täglich von 8:00 bis 20:00 Uhr (letzter Einlass 19:00 Uhr) geöffnet.

*Laut Bestimmungen des DTV und des DHV – Qualitätsstandards für die Prädikatisierung von Kurorten, Erholungsorten und Heilbrunnen



Therapeutische Wassergymnastik

Für Sie eigens konzipiert: Sportwissenschaftler und Therapeuten haben die Therapeutische Wassergymnastik entwickelt. Bei Training entlastet die warme Sole zudem Ihre Gelenke. Nutzen Sie die verschiedenen Gesundheitsthemen. Ihre Teilnahme ist im Eintrittspreis enthalten: dienstags bis freitags jeweils 14:30 Uhr.

Ihre aktuellen Gesundheitsthemen:

- 01. – 04. November 2022 **Mein starker, beweglicher Rücken**
- 08. – 11. November 2022 **Entlastung für meine Gelenke**
- 15. – 18. November 2022 **Mobilisation von Schultern und Nacken**
- 22. – 25. November 2022 **Mobilisation meiner Hüfte**
- 29.11. – 2. Dezember 2022 **Mein starker, beweglicher Rücken**

★★★★ SaunaSelection

DEUTSCHER SAUNA - BUND

Baden und Saunieren bis Mitternacht

Themen-Abend

„Ruf der kanadischen Wildnis“

Natur pur: Klare Seen umsäumt von weißen Bergspitzen. Die Heimat von Elch, Biber und Bär lockt mit unvergesslichen Naturerlebnissen.

Lassen Sie sich zu den verlängerten Bad- und Sauna-Öffnungszeiten am

5. November 2022

in diese Wildnis entführen.

Freuen Sie sich ab 18:00 Uhr auf:

- ☘ Themenaufgüsse, wie „Die Bären sind los“ oder „Mounties im Einsatz“
- ☘ Salz-Peelings im Sole-Inhalations-Dampfbad oder
- ☘ „Justin der Biber“-Wassergymnastik um 19:30 Uhr.

Ab 22:00 Uhr kann textilfrei gebadet werden.



HINWEIS: Solange es keine behördlichen Auflagen gibt, bleiben die Wasser- und Lufttemperaturen wie gehabt.



Kombi-Angebot: Rücken- und Gelenktraining mit Gratis-Testzeit

Wenn Sie ab sofort den Krankenkassen-geförderten 8-er Kurs „Präventives Rücken- und Gelenktraining“ nutzen, können Sie **dazu bis Jahresende 2022 den gesamten Fitnessbereich gratis testen**. Ihre Krankenkasse unterstützt das „präventive Rücken- und Gelenktraining“ und übernimmt etwa 80 Euro der Kursgebühr. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach diesem Kurs.

Verlieren Sie keine Zeit. Wer sich früher bei uns anmeldet, kann uns länger gratis testen.

- Kurs-Name:** Präventives Rücken- und Gelenktraining
- Konzept-ID:** KO-BE-5A663K
- Kursgebühr:** 120,00 Euro zzgl. 99,00 Euro Servicepauschale*
- Kursdauer:** 8 Einheiten à 60 min/ 2x pro Woche

*beinhaltet Körperanalyse mittels Cardioscan® und BackCheck®

Anmeldung im Präventions- und Fitness-Zentrum:
Tel. 03695/6934-30 | fitness@solewelt.de



Lungen-Stärkung auf Rezept

Leiden Sie an Kurzatmigkeit oder haben häufig Infekte? Durch gezielte Atemwegstherapien können Sie Ihre Atmung verbessern. Diese Therapien kann Ihr Hausarzt auf Rezept (Heilmittelverordnung 13) verordnen:

KG (Krankengymnastik) Gerät:
Atemmuskulatur-Training mit Geräte-Unterstützung

KG (Krankengymnastik) Atem:
Kombination aus Therapie-Anwendungen und Atemtechnik-Übungen

KG (Krankengymnastik) Mukoviszidose:
Spezielle Massage-Techniken mit tiefer Gewebslockerung zur Atem erleichterung

Anmeldung im Informations-Zentrum: Tel. 03695/ 6934-0 | E-Mail: info@solewelt.de



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

TIPP: Ein „Schnitzeltraum“ – das Alpenschnitzel (Schwein oder Pute) mit Pommes, Kartoffelsalat oder Brötchen



SOLE Lädchen TIPP:

Sauna-Tücher mit SOLEWELT-Stickerei

Material: Walkfottier aus 100% Baumwolle
Made in Germany,
nach Öko-Tex-Standard 100 hergestellt.



Im SOLE Lädchen für 29,95 € erhältlich.

Bautagebuch zur Gradierwerk-Sanierung

Die Westwand ist wieder in Betrieb.

Aktuelles zu den anderen Bereichen des Gradierwerksensembles finden Sie unter www.gradierwerk-badsalzungen.de.

