



SOLEWELT

Bad • Sauna • Gesundheit
Bad Salzungen

informiert



Dank regelmäßigem Saunieren grippalen Infekten trotzen

„Der wichtigste Effekt ist eine verbesserte Durchblutungsregulation von Haut und Schleimhäuten, denn für die Abwehr von Atemwegsinfektionen ist eine intakte Schleimhautbarriere entscheidend. Am besten untersucht ist hierbei der Gang in die Sauna: Die Funktion des Flimmerepithels* wird durch Saunieren verbessert und es gibt einen direkten thermischen Effekt auf die Viren.“

*eine Art „Härchen-Teppich“ auf der Schleimhaut, dient der Selbstreinigung unserer Atemwege

Quelle: PD Dr. med. Rainer Brenke, Auszug „Sauna & Bäderpraxis“ 2/2020

Sie lieben Bewegung und Sport? Dann machen Sie Ihr Hobby zum Beruf.

Wir suchen ab sofort:

Mitarbeiter (m/w/d) im Präventions- und Fitness-Zentrum, Vollzeit (40 Wochenstunden). Gerne auch als Quereinsteiger.
Mehr unter solewelt.de > Aktuelles > Stellenangebote



Therapeutische Wassergymnastik

In warmer Sole werden Ihre Gelenke entlastet und Ihre Muskulatur wird durch den höheren Bewegungsaufwand effizienter trainiert. Ihre Teilnahme ist im Eintrittspreis enthalten. Diese von Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten entwickelte Wassergymnastik findet dienstags bis freitags jeweils 14:30 Uhr statt.

Ihre aktuellen Gesundheitsthemen:

- 01. - 03. November **Mein starker, beweglicher Rücken**
- 07. - 10. November **Entlastung für meine Gelenke**
- 14. - 17. November **Mobilisation von Schultern und Nacken**
- 21. - 24. November **Mobilisation meiner Hüfte**
- 28.11. - 01. Dezember **Mein starker, beweglicher Rücken**



★★★★ SaunaSelection

DEUTSCHER SAUNA - BUND

Musikalische Themen-Sauna-Nacht



„Heiße 2000er“



Samstag, 4. November 2023

Freuen Sie sich auf:

- ✿ besondere Aufgüsse wie „Durch den Monsum“ oder „Aufbruch nach Pandora“
- ✿ 2000er Jahre-Disco-Flair,
- ✿ „MTV-Charts-Wassergymnastik“ 19:30 Uhr
- ✿ musikalische Unterhaltung mit DJ Diddi sowie
- ✿ textilfreies Baden ab 22 Uhr

Bitte beachten: Ab 15 Uhr 5,00 € Aufpreis für Eintritte in den Bad- und Saunabereich.





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 2023 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. 100,00 Euro Servicepauschale*
- Kursdauer:** 8 Einheiten à 60 min/ 2x pro Woche

*beinhaltet Körperanalyse mittels Cardio-Scan® und BackCheck®



Advent im Gradiergarten am 3. Dezember

Endlich setzt sich die beliebte Tradition fort: Am ersten Advent locken wieder Markt-Stände mit regionalen Köstlichkeiten und handwerklichen Produkten in den Bad Salzunger Gradiergarten und in die SOLEWELT. Genießen Sie weihnachtliche Musik unter anderem von Karin Roth und Heinrich II, den Alphornbläsern „Die Siebenschläfer“, die festliche Kulisse des neuen Gradiergartens sowie Schlemmereien von der neuen Gradiерwerk-Gastronomie „Sole & Bohne“.



Bad- und Sauna-Öffnungszeiten zum Jahresende

- So., 24. sowie Mo., 25. Dezember:** geschlossen
- Di., 26. bis Do., 28. Dezember:** 10 bis 21 Uhr
- Fr., 29. sowie Sa., 30. Dezember:** 10 bis 22 Uhr
- So., 31. Dezember:** 10 bis 15 Uhr Bad/Sauna/Gradiерwerk
- Mo., 1. Januar 2024:** ab 14 Uhr geöffnet



Ausführliche Öffnungszeiten finden Sie unter <https://www.solewelt.de/zeiten-preise>

Gutscheinbestellungen via Webshop



Schon im Weihnachtsgeschenke-Stress? Bestellen Sie Ihren SOLEWELT-Gutschein bequem von zuhause aus. Hierbei haben Sie die Wahl, ob Sie diese bei sich ausdrucken oder per Versand bestellen. Sie können ein Kunden-Konto anlegen oder als „Gast“ Bestellungen ausführen. Bitte beachten Sie, dass alte Anmelde-Daten verfallen, da der Webshop-Anbieter gewechselt hat.

Zahlungsoptionen sind: PayPal, Kreditkarte, Sofortüberweisung

Viel Spaß beim Verschenken von Gesundheit und Wohlbefinden.

Mehr unter:
<https://webshop.solewelt.de>

SOLE Lädchen TIPP:

Sauna-Tücher mit SOLEWELT-Stickerei

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



Im SOLE Lädchen für 29,95 € erhältlich.

Schließzeit 2024



Bitte beachten:

Die Wartungs- und Grundreinigungsarbeiten in der SOLEWELT finden im nächsten Jahr voraussichtlich in der 24. KW (10.-16. Juni 2024) statt.

Alle Angaben ohne Gewähr, keine Haftung bei Druckfehlern.