

## Sauna & Wellness

Möchten Sie sich mal wieder richtig entspannen und vom Alltag abschalten?

Dann besuchen Sie uns doch in unserer Saunalandschaft, welche eine Finnische Sauna, eine Biosauna und eine Dampfsauna umfasst.

Bei der Finnischen Sauna handelt es sich um eine klassische Holzsauna, in der man bei extrem trockener Luft und Temperaturen von 95° C schwitzen kann. Durch diese hohen Temperaturen und einer Luftfeuchtigkeit von 10% werden Stoffwechsel und Kreislauf angeregt und zudem die Durchblutung gefördert.

In der Biosauna

herrschen derweil niedrigere Temperaturen als in der Finnischen Sauna. Bei „milden“ 60° C und einer Luftfeuchtigkeit von 40 bis 55% gilt diese Form der Sauna als hautpflegend und kreislaufschonend. Zudem kann der Besuch der Biosauna durch den Gebrauch ätherischer Öle bereichert werden.

Bei der Dampfsauna handelt es sich um ein angenehmes Schwitzbad mit saunaähnlicher Wirkung. Hier herrschen Temperaturen von 50° C und eine extreme Luftfeuchtigkeit von 80 bis 100%. Die Dampfsauna fördert nicht nur das Wohlbefinden, sondern lindert vor allem auch Atemwegserkrankungen.

Preise

Sauna  
Zeiten  
Preise

Mo - So  
08.30 - 14.00 Uhr

(Checkout bis 14.00)  
7,- Euro

ab 14.00 Uhr\*  
9,- Euro

Senioren  
08.30 - 14.00 Uhr

(Checkout bis 14.00)

6,- Euro

ab 14.00 Uhr\*

8,- Euro

Kinder bis 14 Jahren

4,- Euro

Solarium

2,- Euro/ 5 Minuten

\*Letzter Einlass bis eine Stunde vor Schließung. Eine Stunde vor Hausschließung wird die Sauna ausgeschaltet.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.