



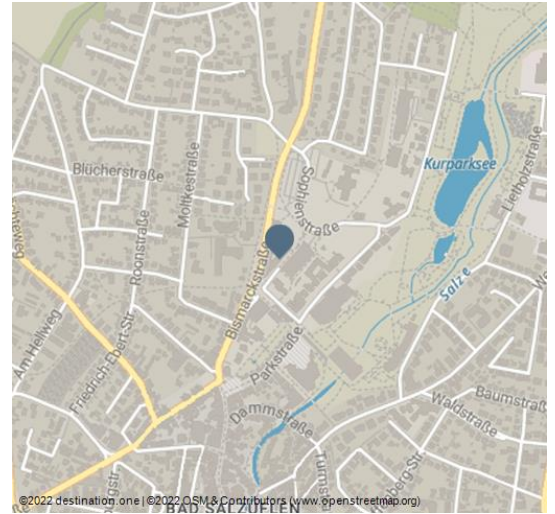
SoleFit

Individual-Angebot

Wellness und Gesundheit



Tief durchatmen am Gradierwerk - © Staatsbad Salzuflen GmbH, A. Hub



5 Ü/F, Atem-Coaching, Bewegungstraining, AquaFitness, AtemErlebnis

Mit der Kombination von Bewegung, Entspannung und Atemtraining in und mit der Thermalsole werden die Selbstheilungskräfte Ihres Körpers angeregt.

Ein freies und bewusstes Atmen stärkt die mentale Gesundheit und das Immunsystem. Nach einem Eingangsscheck erhalten Sie ein individuelles Atemcoaching an den Gradierwerken. Die salzhaltige Luft an den Gradierwerken unterstützt dabei das Atemcoaching in vielseitiger Hinsicht: Sie befeuchtet die Bronchien, fördert die Durchblutung der Lunge und befreit die Atemwege.

Kombiniert wird das Atemcoaching mit tiefenwirksamen Körper-Training in warmer Thermalsole – Gelenke werden in der Sole entlastet und können sanft trainiert werden. Auftriebskraft und Wärme der Sole lösen Muskelverspannungen und stützen den gesamten Bewegungsapparat.

Absolute Tiefenentspannung erleben Sie beim Aquafloating (Schweben in Thermalsole) zu den sanften Klängen entspannender Musik. Verstärkt durch die Auftriebskraft der angenehm warmen Thermalsole verschmelzen beim Aquafloating Bewegung und Entspannung zu einem einzigartigen Erlebnis völligen Losgelöstseins.

Leistungen:

- 5 x Übernachtung mit Frühstück im DZ oder EZ mit Dusche oder Bad/WC
- 2 x AquaFitness in Thermalsole (Einzelanwendung, ca. 25 Minuten)
- 2 x AtemErlebnis am Gradierwerk (Einzelanwendung, ca. 30 Minuten)
- 1 x Kneipp-Guss fürs Immunsystem (Einzelanwendung, ca. 5 Minuten)
- 1 x vitalisierende Rückenmassage (Einzelanwendung, ca. 20 Minuten)
- 1 x Salzgrotte im Kurgastzentrum (In der Gruppe, 45 Minuten)

Merkmale:



Ansprechpartner:

Frau Daniela Jazvec
Staatsbad Salzuflen GmbH - Staatsbad
Vitalzentrum
Salinenstraße 1
32105 Bad Salzuflen

☎ 05222 183880

🏠 www.staatsbad-salzuflen.de/

✉ gesund@staatsbad-salzuflen.de

Adresse:

Salinenstraße 1
32105 Bad Salzuflen

☎ 05222 183880

🏠 www.staatsbad-salzuflen.de/

✉ gesund@staatsbad-salzuflen.de



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/1yBBd>

Allgemeine Informationen

Übernachtung mit Frühstück

Regionale Verortung

Lippe - Land des Herrmann

Saison

Herbst, Frühling, Sommer

Partner

Partner TM Gesundheit

Quelle: destination.one

ID: k_1826

Zuletzt geändert am 28.01.2024, 10:42

Buchungsanbieter:

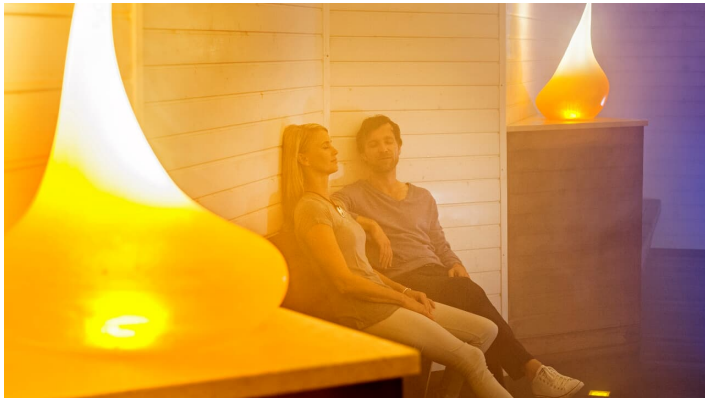


Bad Salzuflen

<https://s.et4.de/l2HCd>

Preis:

ab 711 EUR pro Person/Angebot



Nebekammer im Erlebnisgradierwerk - © Staatsbad Salzuflen GmbH



Erlebnisgradierwerk in Bad Salzuflen - © Staatsbad Salzuflen GmbH, D. Topel