

... Entspannung pur.

Das Thermalsole-Heilbad
vor den Toren Berlins



Stein
Therme
Bad Belzig

Impressum

Herausgeber: Bad Belzig Kur GmbH

Gestaltung: Bärbel Busch, Dipl.-Designerin, Schwollen

Redaktion: Bad Belzig Kur GmbH,

Dr. Mathias R. Schmidt

Fotos: Uwe Tölle, Thomas Piechota, Michaela Weiss

Druckerei: Flyeralarm GmbH, 97080 Würzburg

1. Ausgabe 2023

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Diese Broschüre verliert mit Erscheinen
der nächsten Ausgabe ihre Gültigkeit.



Inhaltsverzeichnis

Begrüßung	4
Eintrittspreise SteinTherme Bad Belzig	5
Netzwerk „Gesund in Bad Belzig“	6
Bad Belziger Thermalsole	8
Gastronomie & Regionalität	12
BadeWelt	14
SaunaWelt	19
Wellness & Beauty	23
Therapie, Prävention & Fitness	25
Geldwert- und Jahreskarten	27
Lageplan der SteinTherme	28
Ihre Anreise	30

Baden wann sie wollen:
Der 1-Stunden-Kurztarif
für die BadeWelt zum
Preis von nur 7 Euro/h
ist mit der Club-Card
flexibel nutzbar.
Fragen sie unser
Team am Counter.
Die Club-Card ist
personengebunden.



Öffnungszeiten

Täglich* 10 – 21 Uhr

*An Heiligabend bleibt die SteinTherme geschlossen.
Eventuell abweichende Öffnungszeiten, die bei Druck
der Broschüre nicht absehbar waren, finden Sie unter
steintherme.de

Herzlich willkommen...

... in der SteinTherme Bad Belzig.

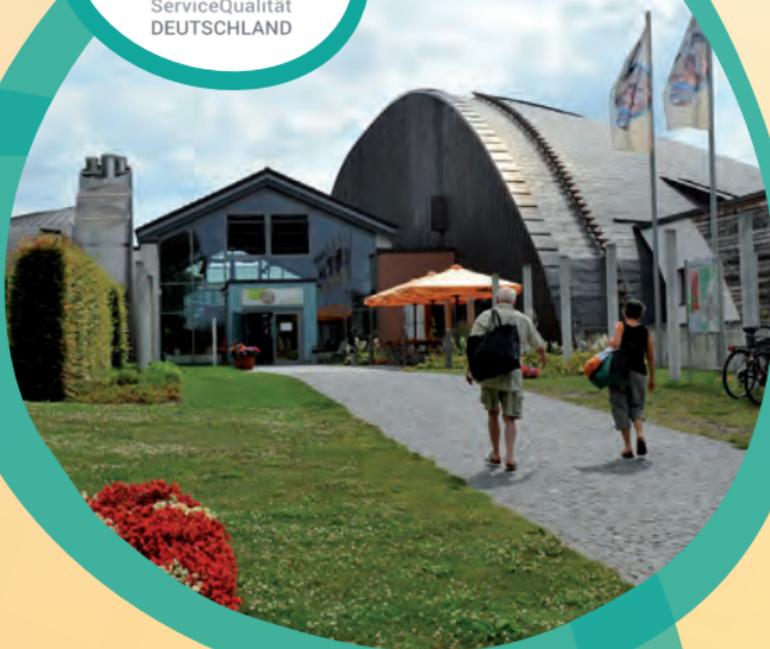
Unser Thermalsole-Heilbad, südwestlich von Berlin gelegen, bietet Entspannung pur – mitten im Naturpark „Hoher Fläming“. Hier können Sie Ihre Seele baumeln lassen und Ihren Stress vergessen. Deshalb steht Bad Belzig gerade bei gesundheitsbewussten und naturverbundenen Menschen so hoch im Kurs.

Diese Broschüre nimmt Sie mit auf einen kleinen Rundgang durch die Bade- & SaunaWelt der SteinTherme Bad Belzig. Lernen Sie unsere Verwöhn- und Gesundheitsangebote kennen, die den Alltag vergessen lassen. Ob beim gesunden Schwitzen in der Sauna oder beim entspannten „Schweben“ in der ortseigenen Natursole – Ihr Wohlbefinden ist unser Ziel. Treten Sie ein, in den größten Findling des Flämings...

Wir freuen uns auf Sie!



ServiceQualität
DEUTSCHLAND



Eintrittspreise

Eintrittspreise BadeWelt

Erwachsener	25,- €
Kind	11,- €

2-Std. Sonnenaufgangstarif

Mo – Fr 10 – 11 Uhr Einlasszeit (gilt nicht an Feiertagen)

Erwachsener	18,- €
Kind	8,- €

2-Std. Abendtarif • 3h vor Badschließung

Erwachsener	18,- €
Kind	8,- €

Eintrittspreise BadeWelt (inkl. SaunaWelt)

Erwachsener

3 Stunden	29,- €
Tageskarte	36,- €

Kind

3 Stunden	14,- €
Tageskarte	20,- €

2-Std. Abendtarif • 3h vor Badschließung

Erwachsener	23,- €
Kind	12,- €

An Wochenenden (Sa, So, Feiertag) gelten 1,50 € Aufpreis je Erw. und 1 € Aufpreis je Kind (gilt nicht für Jahreskarten- und Bad-Belzig-Card-Besitzer).

Kindertarife gelten für Kinder von 3 bis 15 Jahren. Kinder unter 3 Jahren erhalten freien Eintritt. Alle im Heft angegebenen Preise sind inkl. MwSt.

Bei Zeitüberschreitungen und Tarifwechsel während des Aufenthalts fallen Nachzahlungen im 30 Minuten-Takt (maximal auf den Wert der Tageskarte) an.

Hinweis: Die Zeiterfassung erfolgt jeweils automatisch am Drehkreuz.



Weitere Info und Preise unter steintherme.de und im Medifit-Zentrum ☎ 03 38 41 - 38 80 40

Ihr Wohlbefinden ist unser Job

Netzwerk „Gesund in Bad Belzig“

Wir sind ein junges Netzwerk aus Menschen der Region, die sich zur Aufgabe gemacht haben, all ihre Fachkompetenzen und die Ressourcen der Region im Sinne Ihrer Gesundheit zu vernetzen.

Wir heißen Sie herzlich willkommen in Bad Belzig und stellen uns vor:



Einige unserer Netzwerker sind (v. l.) Marcel Peters (Reha Klinikum „Hoher Fläming“ im Oberlinhaus gGmbH), Bill Nickl (ZEGG), Silke Grimm (HeilOrt), Stefan Dittrich (Relaxare), Gundula Wüstenhagen (Bad Belzig Kur GmbH) und Kathleen Berger (Stadt Bad Belzig).

Wir freuen uns über Ihren Besuch in Bad Belzig und Umgebung.



Für unsere drei Leitziele

- Gesund leben
- Gesund arbeiten
- Gesund reisen

schöpfen wir aus dem Gesamtpotenzial der Kurstadt und der Region, die über ein breites Angebot zur Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation verfügen. Um uns Einheimische und Sie, unsere Gäste, besser informieren zu können, arbeiten wir seit 2022 intensiv am Ausbau der Kooperationen zwischen verschiedenen Anbietern aus den Bereichen Medizin, Sport und Kultur. Wichtige potenzielle Partner sind hierbei zum Beispiel Ärzte, Heilpraktiker, Ernährungsberater, Trainer, Therapeuten sowie kulturelle und gesundheitstouristische Partner und Vereine.

Die Angebote der einzelnen Partner bilden ein breites Spektrum, aus dem, dank unserer Vernetzung, Ihr individueller Anspruch gefiltert werden kann. Bereits jetzt fließt ein großer Teil der Angebote in die Leistungen unserer Pauschal- und Kurangebote ein. Sie wissen noch nicht, was Ihnen guttut? Auch darauf sind wir vorbereitet. Im Rahmen unserer Kuren, aber auch auf Wunsch einzeln buchbar, können Ihr Bedarf und ein Ansatz in einem persönlichen Analysegespräch ermittelt werden. Die Kontakte hierfür finden Sie in der Bad Belziger Imagebroschüre 2023 und auf unserer Webseite bad-belzig.de

Zunächst aber, kommen Sie gut an, fühlen Sie sich wohl, entspannen Sie sich, genießen Sie die märkische Natur ... Wir sind für Sie da, wenn Sie angekommen sind!

Bad Belziger Thermalsole

Gesund & vitalisierend: Unsere Thermalsole

Bad Belzig ist Deutschlands jüngstes Thermalsole-Heilbad, das sich schnell einen Namen gemacht hat. Denn unsere jodhaltige Thermalsole ist ein Gesundbrunnen. Mit einem Salzgehalt von etwa 20 % (fast wie im toten Meer) und einer Temperatur von 30° C sprudelt die jodhaltige Sole aus 775 m Tiefe herauf und wird für die Badebecken in verdünnter Form aufbereitet.

Gesundheitliche Wirkung

- Stärkung des Herz- und Kreislaufsystems
- Entlastung von Muskeln, Gelenken und Wirbelsäule
- Stärkung der Muskulatur bei Bewegung
- Befreiung der Atemwege
- Kosmetische und dermatologische Wirkung:
 - wirkt entzündungshemmend und sorgt für eine bessere Hautregeneration
 - speichert Wasser in den äußersten Hautschichten (Depot-Effekt)
 - nach dem Baden Anlagerung von Salz auf der Haut, wichtig für den nachfolgenden UV-Lichteffect
 - Mineralstoffe wie z. B. Jod, Calcium, Magnesium und Eisen werden über die Haut aufgenommen
- Verbesserung des Fettstoffwechsels
- Verstärkung der Schleimhautdurchblutung

Darüber hinaus wirkt das enthaltene Jod:

- antibakteriell, entzündungshemmend, antiallergisch, durchblutungsfördernd und hautstraffend
- als Schilddrüsenstoff, der die Nebennierenrindenaktivität stimuliert
- erhöht die UV-Lichtdurchlässigkeit dreimal stärker als Meerwasser



Medizinische Indikationen

- Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates, rheumatischer Formenkreis, Osteoporose, degenerative Gelenkerkrankungen
- Hauterkrankungen, insbesondere Schuppenflechte, Neurodermitis, Ekzeme
- Herz-Kreislauferkrankungen, Kreislaufstörungen wie Hypotonie und gut kompensierte Hypotonie
- Gynäkologische Erkrankungen
- Erschöpfungszustände und vegetative Störungen
- Erkrankungen der Atemwege wie chronische Bronchitis und Asthma
- allergische Erkrankungen, Vorbeugung und Abhärtung gegen Erkältungskrankheiten





Die Zusammensetzung der Bad Belziger Sole

Massenkonzentration mg/l

Lithium	Li ⁺	0,88
Natrium	Na ⁺	69100
Kalium	K ⁺	391
Magnesium	Mg ²⁺	1017
Calcium	Ca ²⁺	1477
Strontium	Sr ²⁺	41,9
Eisen	Fe ²⁺	5,36
Mangan	Mn ²⁺	0,27
Ammonium	NH ₄ ⁺	25,9
Fluorid	F ⁻	<0,26
Chlorid	Cl ⁻	111500
Bromid	Br ⁻	73,5
Iodid	I ⁻	1,17
Sulfat	So ₄ ²⁻	3460
Nitrit	NO ₂ ⁻	<0,005
Nitrat	NO ₃ ⁻	<5,3
Hydrogencarbonat	HCO ₃ ⁻	234
Hydrogenphosphat	HPO ₄ ²⁻	<0,03
Hydrogensulfid	HS ⁻	<0,005

Analyse erarbeitet von Laborunion Bad Elster
Januar 2020

So kommt die Bad Belziger Thermalsole zum Einsatz:

- im Außenbecken der BadesWelt mit einer Konzentration von 2% und im LichtKlangRaum mit 4,5%
- Thermalsole-Wannenbäder mit unterschiedlichen Konzentrationen und Zusätzen
- Einzel- und Gruppenanwendungen im Sole-Bewegungsbecken wie AquaFitness, AquaRider, Nordic Aqua Walking
- Peelings und Peelingmassagen
- und weitere Behandlungen



Tipp: Probieren Sie unsere regionalen Soleprodukte.
Mehr dazu auf Seite 13.



VillaMedici – Restaurant im Foyer der SteinTherme

Nicht nur für Badbesucher

Das Team der VillaMedici bietet seinen Gästen nicht nur Erfrischungen und kleine Snacks. Wir servieren Ihnen besondere Delikatessen, bei denen die Natursole und regionale Herstellung im Vordergrund stehen. Probieren Sie den Soleschinken, das Solebrot oder den Solebraten. Der Innenbereich des Foyer-Restaurants hat 70 Sitzplätze und in den warmen Monaten weitere 40 Sitzplätze im Außenbereich. Damit eignet sich das Restaurant auch für Feiern und Gesellschaften aller Art. Buffets und Menüs werden nach individuellen Wünschen und Vorstellungen zubereitet. Probieren Sie das rustikale Highlight der VillaMedici – das Essen vom Heißen Stein.



Unsere Regional- und Soleprodukte

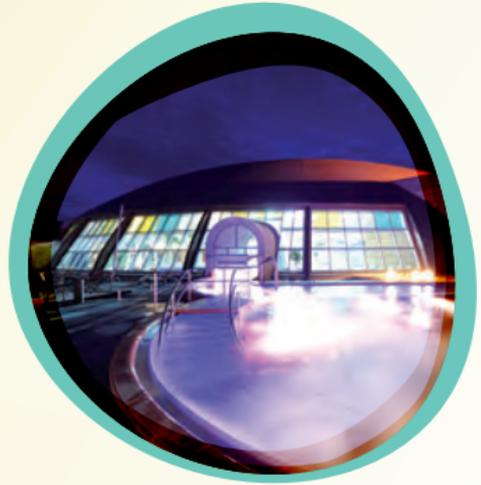
Bei uns in der SteinTherme erhalten Sie einige unserer Regional- und Soleprodukte, wie z. B. die Bad Belziger SoleSchokolade, Bad Belziger SoleSeife, Bad Belziger Thermal-salz sowie verschiedene Öle der Rädiger Ölmühle, regionale Wurst, Marmeladensorten und SoleBrotchips. Das beliebte SoleEis und Solebrot sind auf der Speisekarte im Restaurant Villa Medici zu finden.



Alle Produkte erhalten Sie natürlich auch bei unseren jeweiligen Kooperationspartnern, wo sie hergestellt werden.

Lassen Sie sich verführen auf einer Entdeckungsreise durch die Vielfalt aus Bad Belzig und der Region, mit den Regional- & Soleprodukten, veredelt mit Bad Belziger Thermalsole aus 775 m Tiefe, ob zum selbst genießen oder als Souvenir aus dem Fläming. Hier erzählen Produkte Geschichten.





BadeWelt

Unsere moderne, großzügig konzipierte BadeWelt inmitten des Kurparks bietet sechs Thermalsole- und Warmwasserbecken mit über 750 Quadratmetern Wasserfläche. Hinzu kommen mehrere Ruhebereiche und Attraktionen wie Massagedüsen, Sprudelliegen und Nackenduschen. Ein Highlight ist unser einmaliger LichtKlangRaum: Sie schweben im Wasser und genießen dabei die Wirkung effektvollen Lichts und beruhigender Klänge.





LichtKlangRaum

Diese kleine Welt der Illusionen steht bei unseren Gästen hoch im Kurs. Genießen Sie in unserer 34 Grad warmen Thermalsole Ihre scheinbare Schwerelosigkeit – der hohe Salzgehalt (4,5 %) macht es möglich. Bei angenehmen Klängen und dem Spiel von Licht und Farben – über und unter Wasser – „schweben“ Sie dem Alltag davon.





Sole-Außenbecken

Unsere heilsame Bad Belziger Thermalsole können Sie in mehreren Becken erleben – innen und natürlich außen an der frischen Luft. Unser großes Sole-Außenbecken ist 1,30 m tief und hat eine Wassertemperatur von 32 Grad. Der Salzgehalt beträgt 2 %. Sprudelliegen, Massagedüsen und Wasserspeier erhöhen den Erlebniswert. Ein großer Garten lädt zum Schlendern und Relaxen ein. Urlaub pur!







AquaMedici (SB-Bereich) in der BadeWelt

Täglich ab 12 Uhr geöffnet (an Wochenenden,
Feiertagen und in den Ferienzeiten ab 11 Uhr)

Entspannung und Bewegung im Wasser machen hungrig. Der Gastronomiebereich AquaMedici bietet Ihnen Snacks für Groß und Klein sowie Variationen von der Salatbar und eine Auswahl regionaler Spezialitäten. Vom SB-Restaurant haben Sie einen schönen Blick auf die BadeWelt, sodass Sie auch beim Speisen von der gemütlichen Atmosphäre zehren können.



SaunaWelt

Leidenschaftliche Saunagänger wissen: Hier kann man entspannen wie an kaum einem anderen Ort. Denn Schwitzen öffnet nicht nur die Poren, sondern auch das Gemüt. Das Bild „die Seele baumeln lassen“ passt hier besonders gut. In diesem Sinne ist die SaunaWelt der SteinTherme eine Oase mit hohem Wohlfühl-Wert.

Das erwartet Sie:

- zwei finnische Saunen (75° und 95°)
- Biosauna (65°)
- Banja (85°)
- Gradiersauna (42°; hier rieselt die Sole über den Schwarzdornreisig)
- Dampfbad (47°)
- Heißluftraum (55°)

Zur Abkühlung stehen ein Eisbrunnen, ein Tauch- und Kaltbecken sowie ein Kneippbecken bereit, ebenso ein großer Saunagarten mit Außenbecken. Anschließend laden wir zur Entspannung in unsere gemütlichen Ruhezone oder ans flackernde Kaminfeuer ein.



Aufgussplan



Für passionierte Saunagänger ist der Aufguss ein Muss. Wenn der Saunameister per Holzkelle mit ätherischen Ölen aromatisiertes Wasser auf die heißen Lavasteine schöpft und der Dampf in die Haut zieht, ist das für Kenner ein Höhepunkt des Saunabesuchs.

Auf diese Aufgüsse können Sie sich freuen:

• Täglich

12 Uhr: 85°C – Sauna

13 Uhr: 75°C – Sauna

14 Uhr: 95°C – Sauna

15 Uhr: 85°C – Sauna

16 Uhr: 75°C – Sauna

17 Uhr: 95°C – Sauna

18 Uhr: 85°C – Sauna

19 Uhr: 75°C – Sauna

20 Uhr: 95°C – Sauna

21 Uhr: 85°C – Sauna

• Samstag und Sonntag zusätzlich

11 Uhr: 95°C – Sauna



65° BioSauna



Unser Special für Sie

Banjazeremonie

Nach russischer Sitte beginnt die Zeremonie mit einem kleinen eisgekühlten Wodka. Beim ersten Aufguss wird mit reinem Birkensud aufgegossen und die Luft mit Birkenzweigen zugewedelt. Im Anschluss wird die Haut mit Birkenreisig, dem sogenannten Wenik, abgefächert und anschließend von der Schulter bis zum Fuß abgeschlagen. Ein erfrischender Eisabrieb schließt den Saunagang ab. Während der Abkühl- und Entspannungsphase genießen Sie ein Gläschen Tee und russische Musik. Erleben Sie die Banjazeremonie mit Freunden oder der Familie.

Bitte beachten Sie, dass während der Zeremonie die Banja nicht für den öffentlichen Betrieb zur Verfügung steht.



Ab sechs Personen,
22,- € pro Person

Unter sechs Personen
Preis auf Anfrage.

Um Voranmeldung
wird gebeten unter
Telefon (033841) 38800.

VitaMedici in der SaunaWelt

Unser Saunarestaurant rundet mit seinem vielfältigen und reichhaltigen Angebot den Saunabesuch perfekt ab.



Wellness & Beauty

In unserem stilvollen Wellness-Bereich können Sie sich von Profis verwöhnen lassen. Genießen Sie gesunde Wohlfühl-Behandlungen mit Thermalsole in Form von Peelings und Packungen in der Schwebeliege oder in Wannenbädern mit einer Mischung aus edlen Cremes, Ölen und Rosenblüten. Schenken Sie Ihrer Haut die sanfte Pflege unserer bewährten Kosmetik-Anwendungen.



Gästen, die unsere Bade- & SaunaWelt besuchen, empfehlen wir für den Wellnessbereich Badebekleidung zum Wechseln mitzubringen. Alternativ kann die Behandlung textiltfrei durchgeführt werden.



Therapie

Das breit gefächerte therapeutische Angebot hilft Ihnen bei Ihrer Genesung und Gesunderhaltung. Bei lockernden Massagen, gesunden Bädern und mobilisierender Gymnastik entspannen sich Körper und Seele.

Die Therapie-Anwendungen erhalten Sie als Selbstzahlerleistungen und teilweise auf Rezept. In vielen Fällen ist ein Zuschuss Ihrer Krankenkasse möglich.

Prävention & Fitness

Sie kennen das Motto „Vorbeugen ist besser als Heilen“. Es lohnt sich, frühzeitig etwas für Ihre Gesundheit zu tun. Unsere Präventions- und Fitnesskurse geben Ihnen Gelegenheit dazu.

Sie haben die Wahl:

- Rückenschule
- Yoga
- Progressive Muskelentspannung
- Feldenkrais
- Zumba
- Wirbelsäulen-Gymnastik

- AquaFitness
- AquaRider
- Nordic Aqua Walking
- AquaZumba



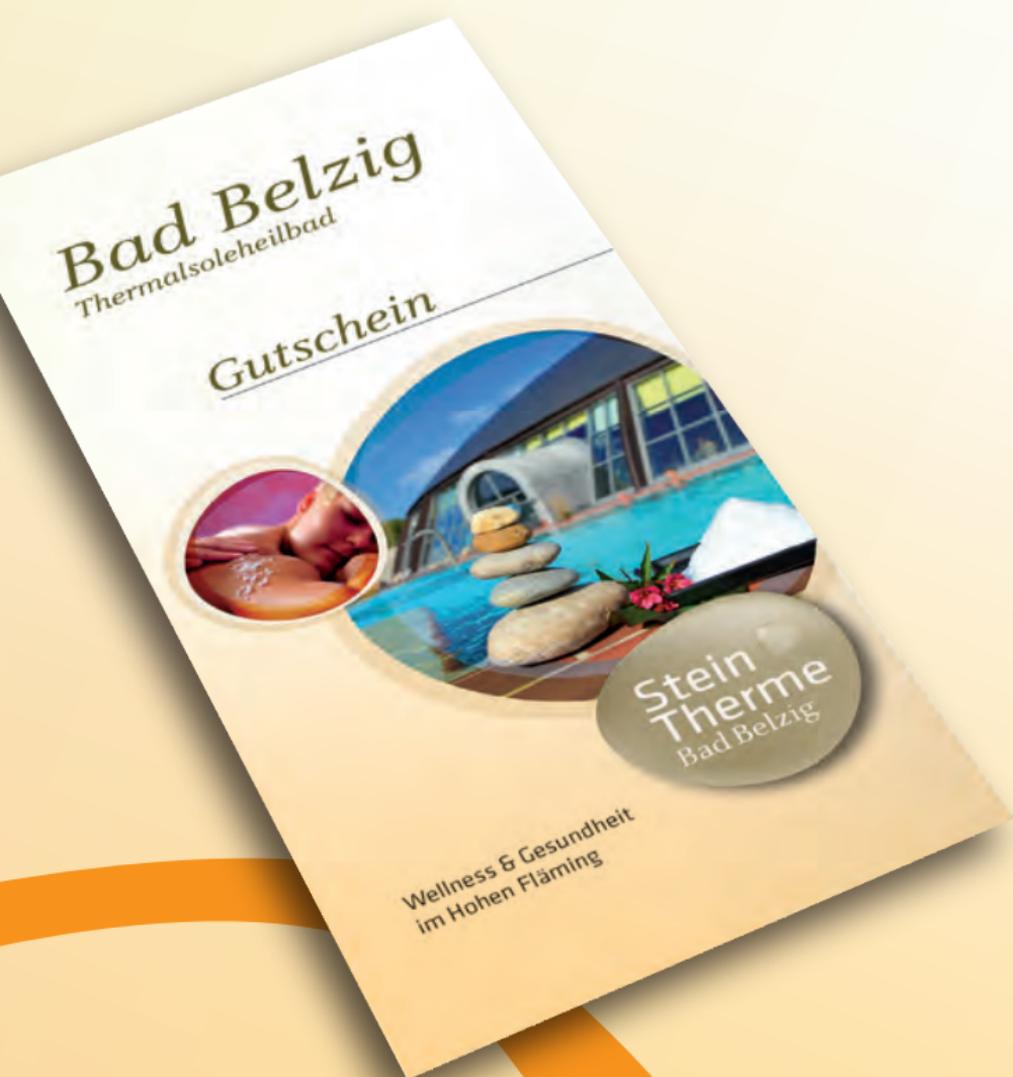
Termine zur Anmeldung für die Kurse werden online bekannt gegeben. Anmeldungen werden unter der Telefonnummer (03 38 41) 38 80 40 entgegen genommen. Viele unserer Kurse werden von den Krankenkassen als Präventionskurse bezuschusst. Wir beraten Sie gern.



Ein ideales Geschenk: unsere Gutscheine

Übrigens: Bad Belziger Entspannung kann man auch verschenken. Sie setzen einen Betrag fest und der glückliche Empfänger wählt die gewünschten Leistungen aus. Das geht sogar ganz bequem online.

www.steinterme.de



Sparen Sie mit unseren Geldwert- & Jahreskarten

Geldwertkarten

Sparen Sie bis zu 10% bei den Eintrittsleistungen der SteinTherme Bad Belzig mit dem Erwerb einer Geldwertkarte. Ihr Vorteil: Die Geldwertkarte ist zeitlich nicht begrenzt und übertragbar.

Geldwertkarte 5 % Vorteil	100 €
---------------------------	-------

Geldwertkarte 10 % Vorteil	200 €
----------------------------	-------

Die Vorteile der Geldwertkarten gelten nur für die Eintrittspreise der Bade- und SaunaWelt.

Halbjahreskarten

Halbjahreskarte BadeWelt	539 €
--------------------------	-------

Halbjahreskarte für 3 Std. Bade- inkl. SaunaWelt	609 €
--	-------

Halbjahreskarte Tageskarte Bade- inkl. SaunaWelt	749 €
--	-------

Jahreskarten

Jahreskarte BadeWelt	749 €
----------------------	-------

Jahreskarte für 3 Std. Bade- inkl. SaunaWelt	849 €
--	-------

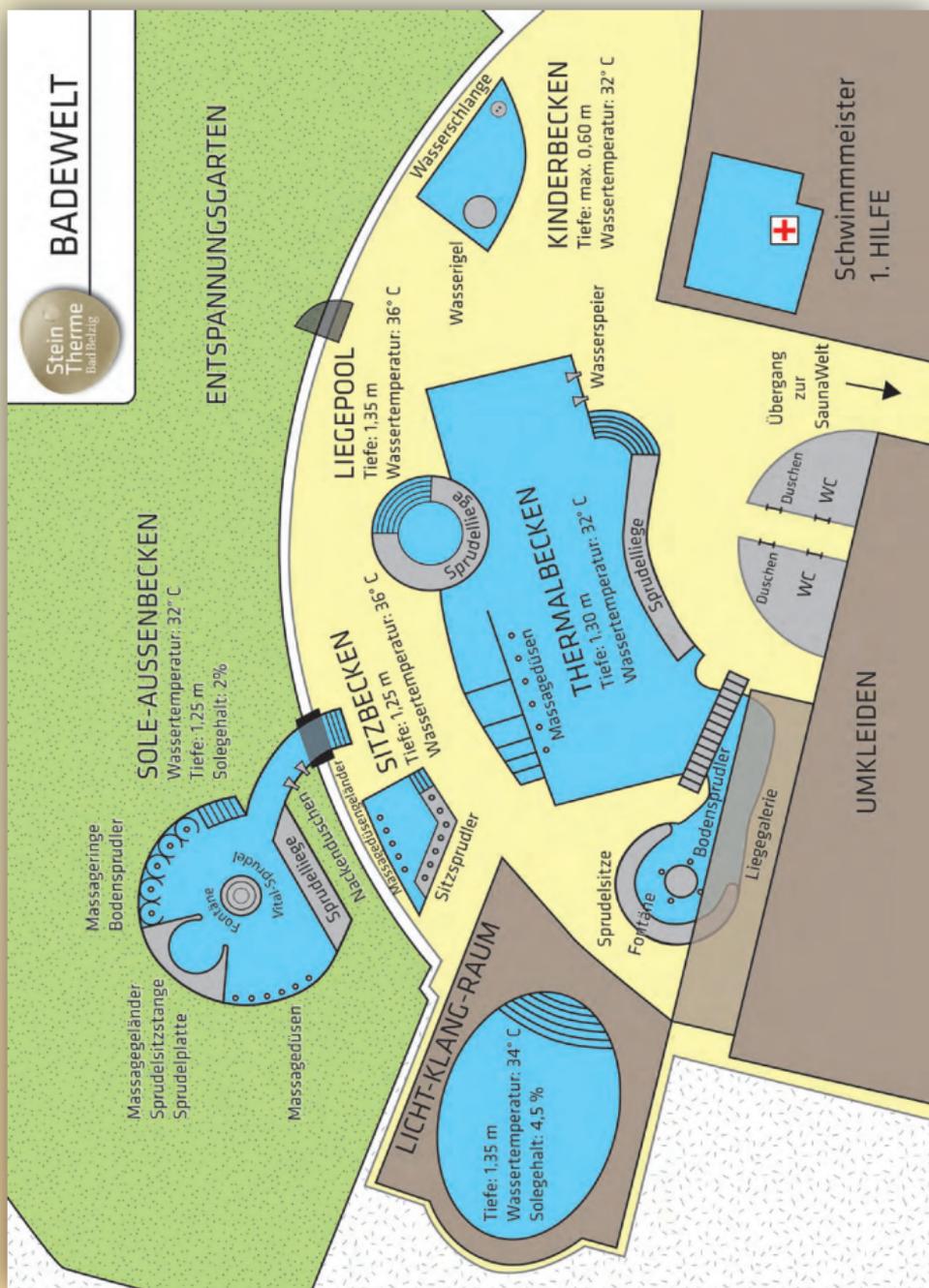
Jahreskarte Tageskarte Bade- inkl. SaunaWelt	899 €
--	-------

Clubkarte Smaragd, Jahreskarte inkl. Nutzung BadeWelt, SaunaWelt, Gerätetraining	1.099 €
--	---------

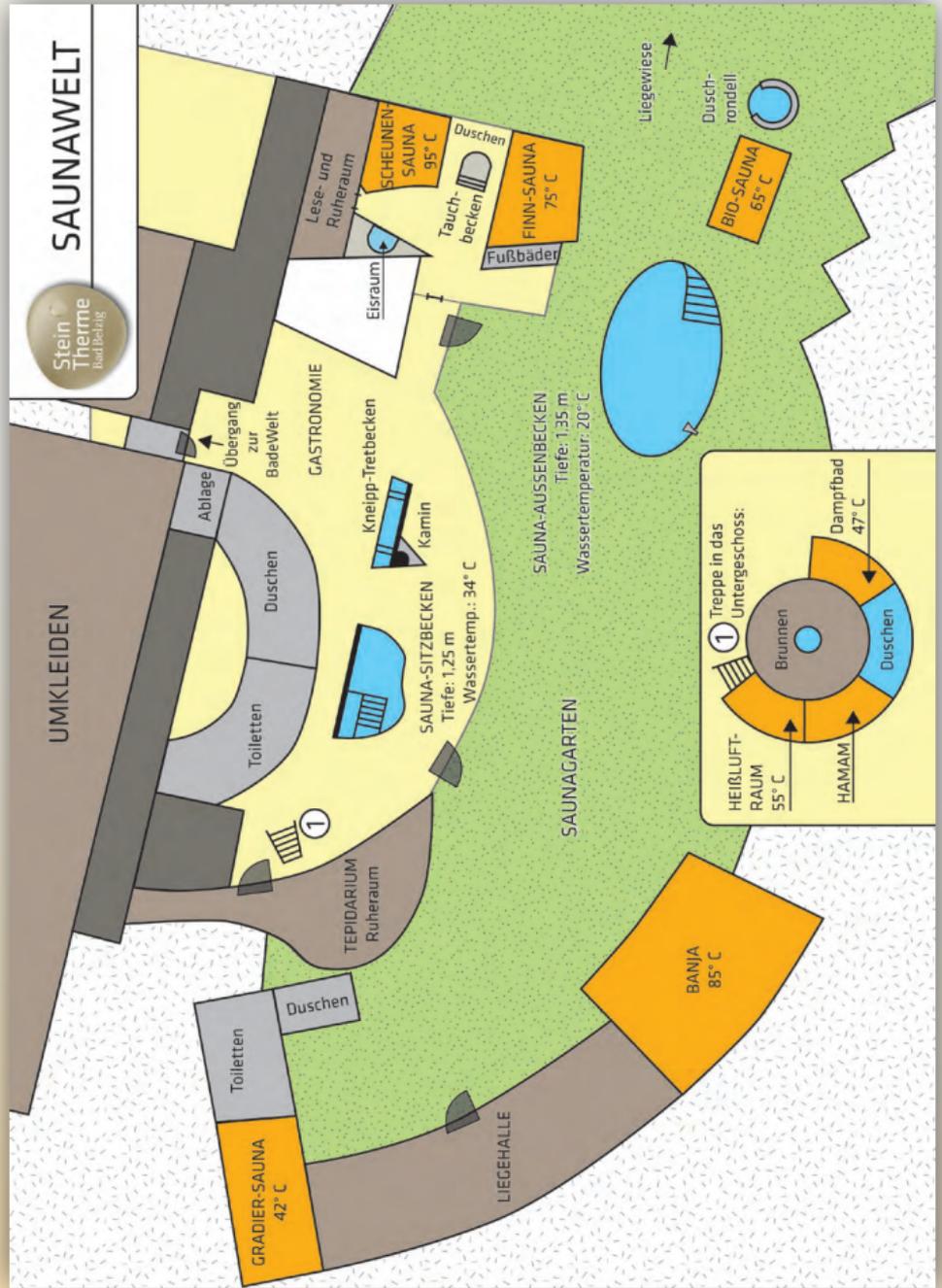
Die Jahreskarten sind am Counter der SteinTherme Bad Belzig käuflich zu erwerben. Sie sind personengebunden und nicht übertragbar. Bei Erwerb einer Jahres- oder Geldwertkarte ist ein Kartenpfand von 10 € zu hinterlegen.



Lageplan BadeWelt



Lageplan SaunaWelt



Bequem erreichbar

Bad Belzig liegt verkehrsgünstig an der A9, etwa eine dreiviertel Stunde südwestlich von Berlin. Aber auch nach Magdeburg, Dessau und Halle ist es nicht weit. Direkt an der SteinTherme befindet sich ein großer, kostenfreier PKW-Parkplatz sowie mehrere Reisemobilstellplätze (gegen Gebühr). Neben der SteinTherme bietet Bad Belzig eine malerische Altstadt und ein herrliches Umland, im Naturpark „Hoher Fläming“. Da lohnt sich die Anfahrt.



- RE7, Dessau ↔ Bad Belzig ↔ Berlin
- Bus 581, Brandenburg a. d. Havel ↔ Bad Belzig
- Bus 580, Potsdam ↔ Bad Belzig
- Stadtlinie 590, Bad Belzig





Kontakt

Bad Belzig Kur GmbH
SteinTherme Bad Belzig
Am Kurpark 15
14806 Bad Belzig
T (03 38 41) 3 88 00
F (03 38 41) 38 80 19
info@steintherme.de
steintherme.de