

*Entspannung pur!*

---

Im Thermalsole-Heilbad  
vor den Toren Berlins

Stein  
Therme  
Bad Belzig



Wellness & Gesundheit  
im Hohen Fläming  
2020

# Impressum

Herausgeber: Bad Belzig Kur GmbH

Gestaltung: Bärbel Busch, Dipl.-Designerin, Schwollen

Redaktionelle Texte: Ina Fink,

Julia Rosenthal, Alexandra Schunke,

Dr. Mathias R. Schmidt, Michaela Weiss

Fotoquellen: Uwe Tölle,

Thomas Piechota, Michaela Weiss

Druckerei: Flyeralarm GmbH, 97080 Würzburg

1. Ausgabe 2020

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Diese Broschüre verliert mit Erscheinen  
der nächsten Ausgabe ihre Gültigkeit.



# Inhaltsverzeichnis

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| Begrüßung .....                              | 4  |
| Eintrittspreise SteinTherme Bad Belzig ..... | 5  |
| Ihr kleiner Thermen-Knigge.....              | 6  |
| Bad Belziger Thermalsole .....               | 8  |
| BadeWelt .....                               | 12 |
| SaunaWelt.....                               | 18 |
| MondscheinSauna .....                        | 22 |
| Wellness & Beauty.....                       | 23 |
| Therapie, Prävention & Fitness .....         | 25 |
| Geldwert- und Jahreskarten .....             | 27 |
| Lageplan der SteinTherme.....                | 28 |
| Ihre Anreise.....                            | 30 |

## Öffnungszeiten

Täglich 10 – 22 Uhr

## Sommer-Öffnungszeiten

01. Juni – 13. September

Täglich 10 – 21 Uhr

## MondscheinSauna

Januar bis März und Oktober bis Dezember

jeden Freitag bis 24 Uhr



Bitte beachten Sie, dass wir vom  
15. Juni bis 23. Juni 2020 aufgrund von  
Revisionsarbeiten geschlossen haben.

# 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 Fläming...

Wir freuen uns auf Sie!



ServiceQualität  
DEUTSCHLAND





# Eintrittspreise

## Eintrittspreise BadeWelt

|             |        |
|-------------|--------|
| Erwachsener | 20,- € |
| Kind        | 8,- €  |

2-Std. Sonnenaufgangstarif

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

|             |        |
|-------------|--------|
| Erwachsener | 15,- € |
| Kind        | 6,- €  |

2-Std. Abendtarif

ab 19 Uhr, MondscheinSauna ab 21 Uhr

|             |        |
|-------------|--------|
| Erwachsener | 15,- € |
| Kind        | 6,- €  |

## Eintrittspreise BadeWelt (inkl. SaunaWelt)

Erwachsener

|            |        |
|------------|--------|
| 3 Stunden  | 26,- € |
| Tageskarte | 31,- € |

Kind

|            |        |
|------------|--------|
| 3 Stunden  | 12,- € |
| Tageskarte | 16,- € |

2-Std. Abendtarif

ab 19 Uhr, MondscheinSauna ab 21 Uhr

|             |        |
|-------------|--------|
| Erwachsener | 20,- € |
| Kind        | 10,- € |

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 dem Wechsel vom Bad- zum Saunatarif werden Nachzahlungen berechnet.

Baden wann sie wollen:

Der 1-Stunden-Kurztarif für die BadeWelt zum Preis von nur 6 Euro/h ist mit der Club-Card flexibel nutzbar.

Fragen sie unser Team am Counter.

Die Club-Card ist personengebunden.



# Ihr kleiner Thermen-Knigge ✓ ✗

Starten Sie Ihren  
erholsamen Aufenthalt  
in der Bade- und  
SaunaWelt mit einer  
entspannenden Dusche. ✓

Genießen Sie die Ruhe  
im LichtKlangRaum  
und tanken Sie Kraft  
für den Alltag. ✓

Machen Sie es  
Ihren Füßen im  
Barfußbereich  
bequemer und  
wechseln Sie von  
Straßen- zu  
Badeschuhen. ✓

Behälter aus  
zerbrechlichem  
Material wie Glas  
sind keine guten  
Begleiter und  
bergen Verlet-  
zungsgefahren. ✗

Schweiß auf Holz:  
Ein Handtuch als  
Schwitzunterlage  
darf nicht fehlen.  
Gern stellen wir  
Ihnen Leihwäsche  
zur Verfügung. ✗

Für eine ganzheitliche  
Entspannung sind ergän-  
zende Anwendungen im  
Wellnessbereich ideal.  
Denken Sie dabei an  
zusätzliche trockene  
Badebekleidung zum  
Massieren. Alternativ kann  
die Behandlung textiltfrei  
durchgeführt werden. ✓

Verzichten Sie auf  
das Mitbringen von  
Speisen und Getränken.  
Unser Küchen- und  
Serviceteam sorgt für  
Ihr leibliches Wohl.



Ob Sommer oder Winter –  
in unserer BadeWelt ist  
Ihre Badekleidung immer  
Mode, sofern es sich um  
eine Funktionsbadeklei-  
dung handelt.



Saunaentertainment: Mit  
Freunden zu entspannen  
macht mehr Spaß. Achten  
Sie jedoch auf angemessene  
Diskretion und Ruhe, um  
andere Gäste nicht zu stören.



Eine Liege „zu  
reservieren“, ohne  
sie tatsächlich zu  
benutzen - das  
verärgert andere  
Gäste des Hauses.



Sorgen Sie bei Ihren  
Kleinsten für Sicherheit  
und Komfort durch  
Aquahöschen, Schwimm-  
hilfe und ungeteilte  
Aufmerksamkeit.



Die Nutzung von kamerafähi-  
gen Geräten führt vor allem  
in der Sauna (textilfreier  
Bereich) zu Misstrauen unter  
den Besuchern. Unser Tipp:  
verzichten Sie während des  
Aufenthalts auf Arbeit und  
telefonische Erreichbarkeit.  
Das wird auch Ihnen gut tun.



# Bad Belziger Thermalsole

## Gesund & vitalisierend: Unsere Thermalsole

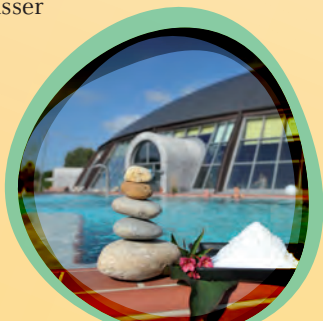
Bad Belzig ist Deutschlands jüngstes Thermalsole-Heilbad, das sich schnell einen Namen gemacht hat. Denn unsere jodhaltige Thermalsole ist ein Gesundbrunnen. Mit einem Salzgehalt von etwa 20 % (fast wie im toten Meer) und einer Temperatur von 30° C sprudelt die jodhaltige Sole aus 775 m Tiefe herauf 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-Kreislaufferkrankungen, Kreislaufstörungen wie Hypotonie und gut kompensierte Hypertonie
- 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          | $\text{Li}^+$       | 0,65   |
| Natrium          | $\text{Na}^+$       | 69000  |
| Kalium           | $\text{K}^+$        | 379    |
| Magnesium        | $\text{Mg}^{2+}$    | 914    |
| Calcium          | $\text{Ca}^{2+}$    | 1360   |
| Strontium        | $\text{Sr}^{2+}$    | 39,5   |
| Eisen            | $\text{Fe}^{2+}$    | 4,8    |
| Mangan           | $\text{Mn}^{2+}$    | 0,14   |
| Ammonium         | $\text{NH}_4^+$     | 27,2   |
| Fluorid          | $\text{F}^-$        | <0,20  |
| Chlorid          | $\text{Cl}^-$       | 108000 |
| Bromid           | $\text{Br}^-$       | 62     |
| Iodid            | $\text{I}^-$        | 1,45   |
| Sulfat           | $\text{SO}_4^{2-}$  | 3360   |
| Nitrit           | $\text{NO}_2^-$     | <0,005 |
| Nitrat           | $\text{NO}_3^-$     | <1,0   |
| Hydrogencarbonat | $\text{HCO}_3^-$    | 253    |
| Hydrogenphosphat | $\text{HPO}_4^{2-}$ | <0,03  |
| Hydrogensulfid   | $\text{HS}^-$       | <0,005 |

Analyse erarbeitet von Laborunion Bad Elster  
01.04.2015

## So kommt die Bad Belziger Thermalsole zum Einsatz:

- im Außenbecken der Bade-Welt 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.





## *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 Wasserspieger 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.



# *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.



# 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 Ruhezonen 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 |
|---------|--------------|

- GuteNacht-Aufguss  
zur MondscheinSauna  
jeweils um 22.30 Uhr  
in der 85°C - Sauna







# 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.





# MondscheinSauna 2020

An jedem Freitag\* verwöhnen wir unsere Gäste in der SaunaWelt bis Mitternacht. Hier darf man sich bis zur Tageswende bei aromatischen Aufgüssen entspannen und erholen. Jeden letzten Freitag im Monat stehen Ihnen die BadeWelt und der außergewöhnliche LichtKlangRaum ab 22 Uhr zum textilfreien Badege-nuss offen.

\* Die MondscheinSauna findet in der Zeit von Januar bis März sowie von Oktober bis Dezember jeden Freitag statt.

Weitere Informationen unter:  
[steintherme.de](http://steintherme.de)



*Liebe Gäste - wir legen darauf Wert, dass sich alle bei uns wohl fühlen. Wenn jeder die Regeln der Haus- und Badeordnung beachtet, ist eine entspannte Atmosphäre garantiert. Vielen Dank. Mehr dazu unter [steintherme.de](http://steintherme.de)*

# 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 textilfrei  
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 Selbstzahlleistungen 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



Die Anmeldung für die Sommerkurse ist ab 01.03.2020, für die Herbst-/Winterkurse ab 03.08.2020 unter der Telefonnummer (03 38 41) 38 80 40 möglich. 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.

[steintherme.de](http://steintherme.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                         | 455 € |
| Halbjahreskarte für 3 Std. Bade- inkl. SaunaWelt | 485 € |
| Halbjahreskarte Tageskarte Bade- inkl. SaunaWelt | 505 € |

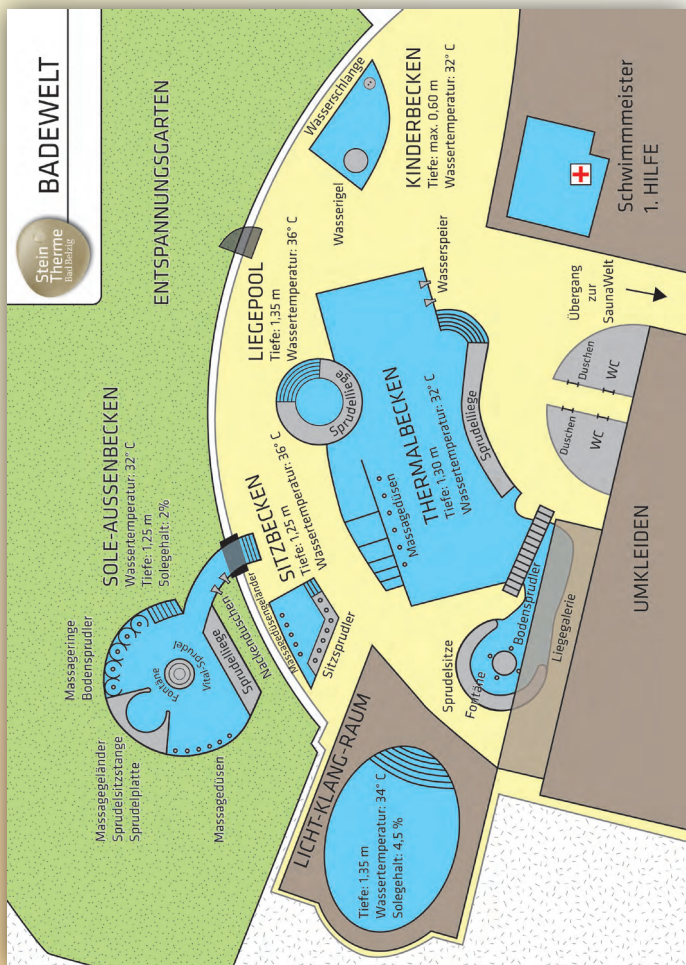
## **Jahreskarten**

|                                                                                  |       |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Jahreskarte BadeWelt                                                             | 649 € |
| Jahreskarte für 3 Std. Bade- inkl. SaunaWelt                                     | 699 € |
| Jahreskarte Tageskarte Bade- inkl. SaunaWelt                                     | 749 € |
| Clubkarte Smaragd, Jahreskarte inkl. Nutzung BadeWelt, SaunaWelt, Gerätetraining | 989 € |

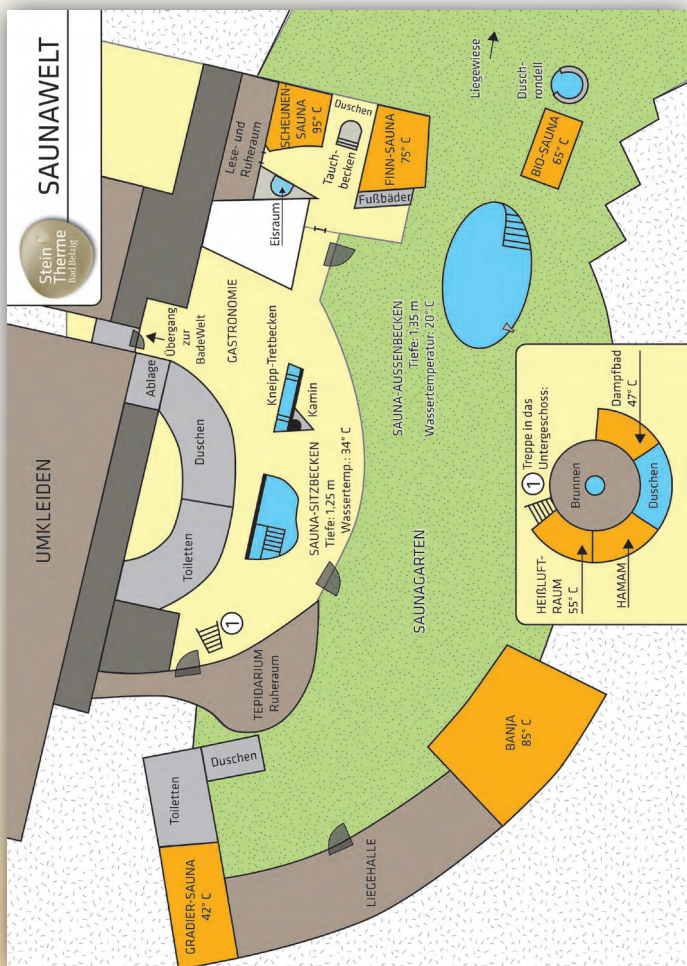
Die Jahreskarten sind am Counter der SteinTherme Bad Belzig käuflich zu erwerben. Sie sind personengebunden und nicht übertragbar. Bei Erwerb einer Jahres- oder Geldwertkarte ist ein Kartenpfand von 10 € zu hinterlegen.



# 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](mailto:info@steintherme.de)  
[steintherme.de](http://steintherme.de)