

Entspannung pur!

Wellness & Beauty

Fitness, Therapie & Prävention

Stein
Therme
Bad Belzig



Impressum

Herausgeber: Bad Belzig Kur GmbH



Management
System
ISO 9001:2015

www.tuv.com
ID 91081486

Gestaltung: Bärbel Busch, Dipl.-Designerin, Schwollen

Redaktio: Ina Fink, Julia Rosenthal, Alexandra
Schunke, Dr. Mathias R. Schmidt, Michaela Weiss,
Gundula Wüstenhagen

Fotoquellen: Uwe Tölle, Thomas Piechota

Druckerei: Flyeralarm GmbH, 97080 Würzburg



1. Ausgabe 2021

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.
Diese Broschüre verliert mit Erscheinen
der nächsten Ausgabe ihre Gültigkeit.

Inhaltsverzeichnis

Begrüßung	4
Eintrittspreise SteinTherme Bad Belzig	5
Wellness-Anwendungen mit der Thermalsole	6
Tiefenentspannung durch Steinwärme	10
Unsere Wohlfühl-Klassiker	12
Ayurvedische Anwendungen	15
Wellness für Schwangere	16
Beauty-Anwendungen	17
Geschenke & Gutscheine	20
SteinTherme-Arrangements	22
Therapie	24
Prävention & Fitness	27
Wellness für den Gaumen	29
Ihre Anreise	30



Öffnungszeiten

Täglich 10 – 22 Uhr

Bitte beachten Sie unsere Sommeröffnungs- und Revisionszeiten. Sofern unser Betrieb von pandemiebedingten Schließungen oder Einschränkungen betroffen ist, geben wir das bekannt. Details 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 vermittelt Ihnen einen Überblick über unser breites Verwöhn- und Therapieangebot. Das beginnt mit der BadeWelt, in der Sie die Vorzüge der angenehm warmen Bad Belziger Natursole auskosten können. In der SaunaWelt schwitzen Sie sich den Stress von der Seele. Der Bereich Wellness & Beauty erfreut Sie mit wohltuenden Anwendungen – vom Wannenbad über Massagen und Ayurveda bis hin zu professioneller Kosmetik. Und wenn Sie aktiv etwas für Ihr Wohlbefinden tun möchten, wählen Sie einen unserer Präventionskurse.

Wir freuen uns auf Sie!

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



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

3h vor Badschließung

Erwachsener	15,- €
-------------	--------

Kind	6,- €
------	-------

Eintrittspreise BadeWelt (inkl. SaunaWelt)

Erwachsener

3 Stunden	26,- €
-----------	--------

Tageskarte	31,- €
------------	--------

Kind

3 Stunden	12,- €
-----------	--------

Tageskarte	16,- €
------------	--------

2-Std. Abendtarif

3h vor Badschließung

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.



Wellness-Anwendungen

Bad Belziger Thermalsole



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 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

Anwendungen mit Bad Belziger Thermalsole

Aromaölmassage

& Peeling mit Bad Belziger Thermalsole 30 min 39 €

Die Massage mit einem duftenden Öl Ihrer Wahl schenkt Ihnen eine entspannende Auszeit vom Alltag. Das anschließende Thermalsole-Peeling reinigt Ihre Haut und lässt sie rosig frisch erstrahlen.

Peeling mit Bad Belziger Thermalsole
auf dem Hamamstein*

20 min 30 €

Das Thermalsole-Peeling auf dem wohligh warmen Hamamstein regt nicht nur den Stoffwechsel und die Durchblutung an, sondern pflegt auch Ihre Haut.

Kräuterpeeling mit Bad Belziger Thermalsole
auf dem Hamamstein und anschließender
Kräutereinölung*

40 min 47 €

Verwöhnbäder mit Massagedüsen in Bad Belziger Thermalsole

Entspannen Sie bei einem warmen Natursole-Wannenbad während Massagedüsen und ein entspannendes Farblichtspiel Ihre Sinne verwöhnen. Frei wählbare Zusätze erfreuen Ihre Sinne und pflegen Ihre Haut. Nehmen Sie sich eine Auszeit für Körper und Geist und erleben Sie Wohlbefinden pur.

Bad Belziger Biersolebad

29 €

Heublumen-Solebad

29 €

Cleopatra-Solebad

29 €

** Für eine Anwendung auf dem Hamamstein ist eine Eintrittskarte für die Bade-/SaunaWelt erforderlich.*



Tiefenentspannung durch Steinwärme

Bad Belziger Steinmassagen

Aquamarin – Ganzkörpermassage 75 min 77 €

Genießen Sie eine wohltuende Ganzkörpermassage und das angenehme Wechselspiel zwischen warmen und erfrischend kühlen Basaltsteinen, mit denen Sie massiert werden.

Rubin – Rückenmassage 30 min 43 €

Das Verwöhnprogramm für Ihren Rücken: Die wohlige Wärme der Lavasteine, verbunden mit angenehmen Massagegriffen, lockern die Muskulatur und wirken tiefenentspannend.

Saphir – Massage für Nacken, Gesicht & Dekolleté
25 min 33 €

Genießen Sie eine erholsame Auszeit, während Ihr Nacken, das Dekolleté und das Gesicht von angenehm glatten und beruhigenden Steinen massiert werden.

Opal – Fußmassage 30 min 37 €

Gönnen Sie Ihren Füßen ein warmes Fußbad mit einer anschließenden Massage, bei der die warmen Lavasteine tief und beruhigend wirken. Das garantiert Entspannung bis in die Zehenspitzen.

Verwöhnprogramm Diamant 55 min 65 €

Einem angenehmen Fußbad folgt eine wärmende Massage der Füße mit temperierten Lavasteinen, während gleichzeitig eine wohlig warme Fangopackung Ihren Rücken entspannt. Genießen Sie im Anschluss eine wohltuende Rückenmassage.



Anwendungen auf dem Hamamstein

Hamam – das
orientalische Pflegezeremoniell* 30 min 39 €

Lassen Sie sich auf dem warmen Stein vom „Tellak“ (Masseur) mit einem Handschuh aus Wildseide abreiben und staunen Sie, wie glatt und gepflegt Ihre Haut nach der Seifenschaummassage aussieht. Anschließend empfehlen wir Ihnen eine duftende Aromaölmassage oder eine ayurvedische Verwöhnmassage.

Schaummassage inkl. türkischem Apfeltee* 50 min 57 €

Ihr Masseur (Tellak) verwöhnt Sie mit einem Ganzkörperpeeling auf dem warmen Hamamstein. Anschließend entspannen Sie bei einer Ganzkörper-schaum- und Gesichtsmassage.

** Für eine Anwendung auf dem Hamamstein ist eine Eintrittskarte für die Bade-/SaunaWelt erforderlich.*





Unsere Wohlfühlklassiker

Aromaölmassage 25 min 35 €

Aromaölmassage (Ganzkörpermassage) 50 min 59 €

Lassen Sie sich bei dieser sanften Massage von Kopf bis Fuß mit einem duftenden Öl Ihrer Wahl verwöhnen.

Schröpfmassage 20 min 28 €

Die Schröpfköpfe werden vorsichtig unter zirkulierender Bewegung über Ihre gut geölte Haut geschoben. Mit den Schröpfköpfen wird ein Vakuum erzeugt, was hautstraffend und muskelentspannend wirkt.

Schröpfbehandlung 35 min 40 €

Zu Beginn erwartet Sie eine Schröpfmassage, die die Durchblutung sowie den Stoffwechsel anregt. Anschließend wird – beruhend auf der chinesischen Medizin – beim Schröpfen das Glasinnere erhitzt, bevor die Schröpfköpfe auf die Haut aufgesetzt werden. Durch die wohltuende und wärmende Wirkung erfährt der Körper ganzheitliche Entspannung.

Fangopackung 30 min 22 €

Profitieren Sie von den Eigenschaften von urzeitlichem, verfestigtem Meeresschlamm (Posidonienschiefer). Der heiße Fango, reich an fossilen Inhaltsstoffen wie Mineralien und Steinöl, lockert die Muskulatur und Gelenke. Nach der Fangopackung empfehlen wir Ihnen eine wohltuende Massage.

Faszien-Ganzkörperbehandlung 60 min 63 €

Nach einer lockernden Massage werden die tiefen und oberflächlichen Faszien mit einem Faszientool bearbeitet. Durch die äußere Stimulierung werden Verklebungen und Verhärtungen gelöst und Schmerzen gelindert. Sie erfahren ein neues Gefühl von Leichtigkeit und Beweglichkeit.

Fußreflexzonenmassage inkl. Fußbad 30 min 35 €

Diese aus der indianischen Volksmedizin hervorgegangene Behandlungsmethode dient der Verbesserung der Durchblutung und wirkt harmonisierend auf den ganzen Organismus.

Fußmassage inkl. Fußbad 25 min 27 €

Gönnen Sie sich diese kleine Auszeit, die nicht nur Ihren Füßen gut tut, sondern den gesamten Körper in Tiefenentspannung versetzt.

Kräuterstempelmassage Rücken 30 min 43 €

Erlesene Kräuter, die in Leinentüchern zu festen Stempeln geformt sind, werden in wohltemperiertem Öl erwärmt und dann zur Massage benutzt. Mit einer besonderen Kräutermischung und der speziellen Massagetechnik wird die Durchblutung angeregt. Sie erleben eine tiefe und wohltuende Entspannung.





Pflegepackung in der Schwebeliege

Sie entspannen fast schwerelos auf der angenehm warmen Schwebeliege und lassen die auf Ihrem Körper aufgetragenen reinen Naturcremes und Naturprodukte einwirken.

Nachtkerzenölcremepackung 30 min 35 €

Das Nachtkerzenöl gehört zu den wertvollsten Ölen der Welt. Die Wirkstoffe der Nachtkerze beugen vorzeitiger Hautalterung vor und helfen bei Hautproblemen. Dies ist die ideale tägliche Pflege für empfindliche Haut.

Cleopatrapackung 30 min 35 €

Die besonderen Wirkstoffe der Ziegenmilch und der natürlichen Öle lassen Ihre Haut samtweich und frisch erstrahlen. Spüren Sie nach der Cleopatrapackung Ihre angenehm duftende seidige Haut, wie einst Cleopatra.

Sole-Moorpackung 30 min 35 €

Die Kombination aus Natursole und angenehm warmem Moor ist ideal bei schmerzhaften Gelenkerkrankungen. Sie entspannen in der Schwebeliege, während Ihre Durchblutung gefördert, das Immunsystem aktiviert und das Bindegewebe gelockert wird.

Ayurvedische Anwendungen

Die jahrhundertealte indische Heilkunst lässt Sie Ihren Alltag vergessen und vermittelt Ihnen durch warme Öle und sanfte Ausstreichungen ein völlig neues Körpergefühl. Wir bieten mehrere Klassiker:

Samvahana-Abhyanga*

(Ganzkörperölanwendung)

50 min 59 €

Freuen Sie sich auf eine einzigartige Behandlung. Ihr gesamter Körper wird mit warmem Öl verwöhnt: vom Kopf über die Arme, Hände und Finger bis zu den Beinen, Füßen und Zehen. Durch rhythmische Ausstreichungen erfahren Sie eine ganzheitliche Verwöhnzeremonie.

Kombination Samvahana*

und Pad-Abhyanga

75 min 77 €

Ganzkörperölanwendung mit Fußmassage nach ayurvedischer Art.

Shirodara-Abhyanga*

45 min 73 €

Diese Wohlfühlanwendung beginnt mit einer Öl-Behandlung für Ihren gesamten Körper. Danach fließt für ca. 15 Minuten ein Strahl angenehm warmen Öls über Ihre Stirn und Ihre Kopfhaut. Shirodara lässt Sie die Sorgen des Alltags vergessen.

* Für alle Ayurveda-Anwendungen ist eine Eintrittskarte für die Bade-/SaunaWelt empfehlenswert.





Wellness für Schwangere

Ganzkörper-Massage für Schwangere
(ab dem 4. Monat)

60 min 63 €

Die Schwangerenmassage ist speziell auf die Bedürfnisse der werdenden Mutter ausgerichtet. Die Massage wirkt Muskelbeschwerden im ganzen Körper, z.B. Nacken, Schultern und Rücken sowie Wassereinlagerungen entgegen, stärkt die Hautelastizität, hilft bei Müdigkeit und vermindert Stress. Diese intensive Entspannung ist für schwangere Frauen genau das Richtige. Um es Ihnen und Ihrem Baby so bequem wie möglich zu machen, bitten wir Sie, während der Behandlung auf der Seite zu liegen.

Saphir*

25 min 33 €

Genießen Sie eine erholsame Auszeit, während Ihr Nacken, das Dekolleté und das Gesicht von angenehm glatten und beruhigenden Steinen massiert werden.

Beauty VerwöhnZeit* **

30 min 39 €

Beauty VerwöhnZeit* **

45 min 53 €

Beauty VerwöhnZeit* **

60 min 70 €

Vitalmassage für Gesicht,

Hals und Dekolleté* inkl. Handmassage 25 min 35 €

Reinigung, Maske, Massage, Abschlusspflege, mit hochwertigen Aloe-Vera-Produkten von Dr. Spiller.

*Bitte beachten Sie, dass Sie die gesamte Anwendungszeit auf dem Rücken liegen.

**Bei dieser Kosmetikbehandlung verwenden wir Biokosmetik von Dr. Spiller.

Beauty-Anwendungen

Für Sie und Ihn

Dr. Spiller
BIOCOSMETIC

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit. Diese Verwöhnbehandlung wird individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmt. Unsere Kosmetikerin bestimmt Ihren Hauttyp und stimmt die Pflegeprodukte und die Behandlung genau auf Sie ab.

Beauty VerwöhnZeit*	30 min 39 €
Beauty VerwöhnZeit*	45 min 53 €
Beauty VerwöhnZeit*	60 min 70 €

auf Wunsch inkl. Augenbrauenkorrektur



Hinter
der Biokosmetik
von Dr. Spiller
verbergen sich
50 Jahre Erfahrung
und hochwertige
Naturwirkstoffe.

Beauty Spezial 30 min 33 €

Unsere klassische Aknebehandlung reinigt durch verschiedene Wirkstoffkomponenten Ihre Haut porentief und bewahrt diese langanhaltend vor Unreinheiten.

Reinigung, Peeling, intensive Ausreinigung, kühlende Lotion zur Linderung, Abschlusspflege.

Weitere Beautyanwendungen

Vitalmassage für Gesicht,
Hals und Dekolleté inkl. Handmassage 25 min 35 €

*Reinigung, Maske, Massage, Abschlusspflege,
mit Aloe-Vera-Produkten von Dr. Spiller.*

Ampullen -Spezialbehandlung 25 min 43 €

Reinigung mit Jojoba- Peeling. Zwei Ampullen (Instant-Effekt) werden in Gesicht, Hals und Dekolleté einmassiert, dazu eine Abschlusspflege für Ihr Gesicht. Inkl. zwei Ampullen zur Weiterbehandlung für zu Hause.

Augenbrauenkorrektur* 11 €

Augenbrauen färben* 11 €

Wimpern färben* 11 €

* nur in Verbindung mit einer kosmetischen Behandlung. Die Augenbrauenkorrektur ist bei der *Beauty VerwöhnZeit 60 min* inklusive.

Wimpernverlängerung

NEU
ab 2021

Erstbehandlung

Erstbehandlung Volumentechnik

Auffüllbehandlung (nach Zeitaufwand)

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



Maniküre/Pediküre

Maniküre	30 min	30 €
Maniküre mit Nagellack	40 min	35 €
Pediküre	35 min	32 €
Pediküre mit Nagellack	45 min	37 €

Fingernagelmodellage

NEU
ab 2021

Gelmodellage im Frenchdesign oder Fullcover

Erstbehandlung als Naturnagelverstärkung

Erstbehandlung mit Verlängerung

Folgebehandlung /Auffülltermin

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

Unsere Kosmetikprodukte von Dr. Spiller bieten lösungsorientierte Pflegekosmetik auf höchstem Niveau – bei uns in der SteinTherme und für Ihre anschließende Anwendung zu Hause.



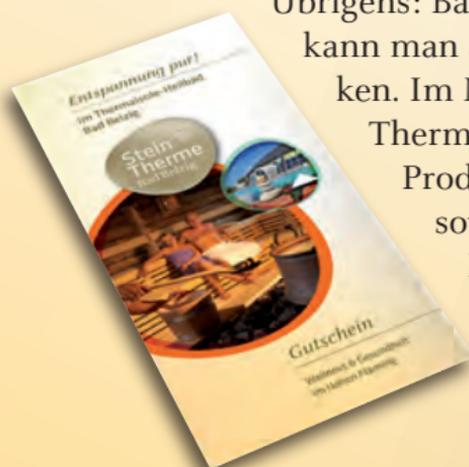
Nach dem Vorbild der Natur werden die exklusiven Kosmetikprodukte von Dr. Spiller mit Tradition und durch Innovation zu höchster Wirksamkeit veredelt. Die Markenwelt umfasst vier Pflegeserien, in welchen Problemlösungen für alle Hauttypen geboten werden. Neben den biomimetischen Produkten für jede Hautsituation, welche ansetzen, wo die Natur ihre Grenze erreicht hat, hat Dr. Spiller eine zertifizierte Biokosmetiklinie im Sortiment. Als Ausdruck besonders hochwertiger Biokosmetik trägt jedes Produkt das international anerkannte europäische Prüfsiegel BDIH/COSMOS ORGANIC.



Ein ideales Geschenk: unsere Gutscheine



Übrigens: Bad Belziger Entspannung kann man auch als Geschenk verschicken. Im Medifit-Zentrum der Stein-Therme erhalten Sie außerdem die Produktkollektion von Dr. Spiller sowie weitere hochwertige Kosmetik-, Pflege- & Wellnessartikel auf Wunsch als Geschenk verpackt.



Online-Gutscheine und Online-Shop
auch auf steintherme.de

Juventa-Verwöhnprogramm

Jugend für Ihre Haut

85 min 95 €

Ihre Haut erlebt mit den Dr. Spiller-Feuchtigkeits-Ampullen eine lang anhaltende Frische, denn sie sind ein echter Schönheitslieferant für feuchtigkeitsarme und gestresste Haut. Damit wird die Aktivität sämtlicher Zellvorgänge gewährleistet, die Haut erfreut sich intensiver Durchfeuchtung, wird entstresst und schließlich besänftigt – für eine entspannte Ausstrahlung. *Aromaöl-Ganzkörpermassage, Ampullen-Spezialbehandlung für das Gesicht und eine Kopfmassage.*

SteinTherme-Arrangements

SteinTherme VitalTag

69 € p. P.

Entdecken Sie die vitalisierende Wirkung unserer einzigartigen Thermalsole auf Ihre Gesundheit und Schönheit. Die Massage mit einem duftenden Öl Ihrer Wahl verleiht Körper, Geist und Seele neue Energie für den Alltag.

- 1 Tageskarte für die Bade- und SaunaWelt*
- 1 Aromaölmassage und anschließendes Peeling mit Bad Belziger Thermalsole*
- 1 Genießercocktail (alkoholfrei)*

SteinTherme Deluxe

95 € p. P.

Entspannen Sie sich bei einer intensiven Steinmassage, die mit den wohlig warmen Steinen tief und beruhigend wirkt. Anschließend genießen Sie in unserem Restaurant ein rustikales Essvergnügen.

- 1 Tageskarte für die Bade- und SaunaWelt*
- 1 Steinmassage für den Rücken*
- 1 „Essen vom Heißen Stein“*



SteinTherme FreundinnenAuszeit

89 € p. P.

Gute Freundschaften sind Gold wert. Nehmen Sie sich Zeit füreinander. Planen Sie gemeinsam mit Ihrer besten Freundin einen Tag allein für Sie und Ihr Wohlbefinden. Ein Verwöhnprogramm für Körper und Seele.

1 Tageskarte für die Bade- und SaunaWelt

1 Vitalmassage für Gesicht, Hals & Dekolleté inkl. Handmassage mit Aloe-Vera-Pflegeprodukten von Dr. Spiller

1 Fußmassage inkl. Fußbad

1 Genießerjoghurt verfeinert mit Obst der Region, saisonal wechselnd

SteinTherme Zeit zu Zweit

117 € p. P.

Zu zweit ist alles doppelt so schön: eine wohltuende Massage, entspannende Stunden im LichtKlangRaum und ein romantisches Dinner im Kerzenschein. Ideal zur Beziehungspflege, nicht nur für frisch Verliebte.

Je 1 Tageskarte für die Bade- und SaunaWelt

Je 1 Aromaöl-Ganzkörpermassage

1 romantisches Candle-Light-Dinner

Körper & Seele

99 € p. P.

Darüber freuen sich Körper und Seele: Wohlig warme Natursole lockert Ihre Muskulatur und bereitet Sie auf die anschließende Massage vor. Ideal zur Entspannung Ihres Rückens.

1 Tageskarte für die Bade- und SaunaWelt

1 Massage-Sole-Wannenbad nach Wahl mit mindestens 5 % Sole, dazu wird 1 Glas unseres regionalen Apfelsafts gereicht

1 Aromaölmassage

1 Regionaler Genießersalat mit zarter Hähnchenbrust, verfeinert mit Rapsöl der Rädigker Rapsölmühle serviert im Thermenrestaurant

Die Buchung von Pauschalen ist nur mit einer Vorabreservierung bis spätestens acht Tage vor Anreise möglich. Anmeldung unter Telefon (03 38 41) 38 8035.

Therapie

Massagen

Bindegewebsmassage	20 min	27 €
Lymphdrainage	30 min	37 €
Lymphdrainage	45 min	55 €
Lymphdrainage	60 min	73 €
MLD Kompressionsbandagierung (mit eigenem Material)		25 €
Faszien-Teilbehandlung	30 min	35 €
Klassische Teil-/Rückenmassage	20 min	29 €
Klassische Ganzkörpermassage	40 min	49 €

Taping

Taping	20 min	20 €
--------	--------	------

Das Taping unterstützt die Linderung schmerzhafter Zustände und Verspannungen.



Elektro-, Hydro- & Wärmetherapie

Elektrotherapie	10 min	11 €
Iontophorese	10 min	11 €
Ultraschall	10 min	17 €
Kältetherapie	10 min	13 €
Bad Belziger Thermalsole-Wannenbad	20 min	29 €
Heiße Rolle	10 min	15 €
Fangopackung	30 min	20 €
Moor-Ganzkörperpackung	30 min	35 €

Bewegungstherapie und Krankengymnastik

Manuelle Therapie	20 min	37 €
Traktionstherapie	10 min	11 €
Standardisierte Heilmittelkombination D1	60 min	72 €
Krankengymnastik Einzeltherapie	30 min	35 €
Krankengymnastik im Bewegungsbecken Einzeltherapie**	25 min	37 €
Krankengymnastik im Bewegungsbecken Gruppe**	30 min	22 €
Krankengymnastik am Gerät Einzeltherapie	60 min	57 €
Krafttraining im Geräteraum Monatskarte*		28 €

* Ein individueller Trainingsplan kann auf Wunsch erstellt werden.

**Die Krankengymnastik im Bewegungsbecken findet im separaten Solebecken bei 3% Salzgehalt (Natursole) und 34 Grad Wassertemperatur statt.





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, Gesundheitsbewusstsein und Spaß zu vereinen.

Sie haben die Wahl:

- Rückenschule
- Yoga
- Progressive Muskelentspannung
- Feldenkrais
- Zumba

- 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.

*Unsere beliebten *Wasser-Kurse* wie AquaFitness, AquaRider, AquaZumba und Nordic Aqua Walking finden *in der gesunden Bad Belziger Thermalsole* oder im großen Becken der BadeWelt statt. Bei einer Konzentration von 3 % im Sole-Bewegungsbad sorgen die gelösten Salze für einen größeren Auftrieb des Körpers und damit eine deutliche Entlastung der Gelenke und wirken schmerzlindernd. Die Muskulatur wird trotz des körperlichen Trainings gelockert und die Fettverbrennung setzt im Salzwasser wesentlich früher ein.

Im Anschluss an alle Kurse erhalten Sie 1 Stunde freien Eintritt in die Bade- und SaunaWelt der SteinTherme.

Übrigens: In vielen Fällen ist ein Zuschuss über Ihre Krankenkasse möglich. Wir helfen Ihnen gern bei der Beantragung.

Informationen und Anmeldung unter
T (03 38 41) 38 80 40



Wellness für den Gaumen – Wir setzen auf Regionalität

Bad Belziger Regional- & Soleprodukte und Lebensmittel der Marke ECHT FLÄMING

In unserem Thermenrestaurant servieren wir Ihnen besondere Delikatessen, bei denen die Natursole und regionale Herstellung im Vordergrund stehen. Probieren Sie den Bad Belziger Soleschinken, das Solebrot, den Solebraten oder eine unserer Bad Belziger SoleEis-Sorten.



Tipp:

Im Restaurant erhalten Sie einige unserer Regional- & Soleprodukte auch zum Mitnehmen – für den Genuss zu Hause, als Souvenir oder zum Verschenken!

... oder im Online-Shop unter steintherme.de

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