



DAS RESÜMEE Saunen in seiner ursprünglichen Form, individuell und mit viel Sauna-Fachverstand errichtete Sauna-Gebäude, umfangreiche Anwendungen, außergewöhnliche Entspannungsmöglichkeiten, ein Garten mit gewachsenem Baumbestand und liebevollen Details – das »Waldkurbad« bietet ein sinnepflegendes Sauna- und Dampfbaderlebnis.

Am »Möslepark« gelegen befinden sich in direkter Nachbarschaft »Busses Waldschänke« und der Campingplatz »Möslepark« mit einem neuen Gästehaus. Im Kurbad teilen sich an der Rezeption die Wege: zum Hostel, zum Seminarbereich mit giebelhohem Gruppenraum, in die Bereiche für unterschiedliche therapeutische und Wohlfühl-Anwendungen, in das Bistro und in den Licht- und Luftbadegarten mit Saunaanlage, Dampfbad, Tepidarium sonorum etc. Hier ist auf etwa 500 m² Fläche in mehreren Ebenen alles rund **um** das Baden untergebracht: Umkleiden, Massagen, Kalt- und Warmduschen, Bistro, Möglichkeiten der Entspannung und vieles mehr, was wir im folgenden Bericht beschreiben werden. Alle Schwitzräume finden sich dagegen im Freien:

Zwei massive Blockhaus-Saunen, das Dampfbadehaus und das Tepidarium sonorum im Maurischen Turm stehen im »Licht- und Luftbadegarten«; die Sauna aus vollen Stämmen heimischer Douglasien im Stein- und Kräutergarten der Frauenanlage.

Vom Inhaber Paul Busse wird seine Philosophie einer guten, »kunstgerechten« Sauna seit über 35 Jahren bewusst gepflegt. Einige seiner grundlegenden Anmerkungen sollen an dieser Stelle zitiert werden:

»Die Wirkung des Wechselbades ›Sauna‹ ist erfrischend und nachhaltig; die Saunawirkung wird aber durch Vermischung mit in Mode gekommenen Warmbädern unterschiedlicher Art verwässert bzw. aufgehoben. Jede von uns geplante Investition wird einer ›Saunaverträglichkeitsprüfung‹ unterzogen, damit beim Saunavergnügen

KUPPELDAMPFBAD



der bestmögliche gesundheitliche Nutzen erhalten bleibt. Denn jede noch so gut gemeinte ›Ablenkung‹ oder ›Bereicherung‹ durch Badeangebote schwächt die Wirkung des körper- und seelepflegenden Bades und somit den Nutzen – und nicht zuletzt auch das erwartete Glücksgefühl-Erlebnis.«

Dieser Anspruch spiegelt sich deutlich in einem Hinweis im Hausprospekt:

»Noch ein ernstes Wort zum ›Aufguss‹ in der Sauna: Das mit einer Schöpfkelle auf die heißen Ofensteine geworfene Wasser füllt als unsichtbare Dampfwolke den Raum. Der Dampfstoß ist kurz und kräftig und bewirkt bei den Badenden für zwei, drei Minuten einen zusätzlichen, intensiven Wärmereiz – ohne den Kreislauf zu belasten. Längere Aufguss-›Rituale‹ und ›Erlebnis‹-Aufgüsse sind ebenso grober Unsinn wie dem Saunawesen und der Bekömmlichkeit des Bades abträglich (und für das Personal sogar gesundheitsschädlich).«

Der Außenbereich misst etwa 800 m², der Innenbereich, wie beschrieben, rund 500 m².
Durch die gute Aufteilung ergeben sich zahlreiche Möglichkeiten der Raumnutzung.

DIE GRÖSSE

Hier erhalten Sie hochwertige Körperpflegemittel sowie bei Bedarf auch Leihwäsche wie Liegedecken, Sauna-Liegetücher, Bademäntel, Badeschuhe etc. Beim ersten Besuch fallen die zahlreichen Zeitschriften und Bücher zu essentiellen (Lebens-)Themen auf, die Sie erwerben können.

DER EMPFANG

Montag bis Samstag von 07.30 – 22.30 Uhr | Sonntag und feiertags von 07.30 – 21.30 Uhr. Die Anlage kann außerhalb der Öffnungszeiten für Veranstaltungen gemietet werden. Wie schon erwähnt: Für Frauen gibt es einen separaten Bereich, der den Damen von Montag bis Freitag komplett vorbehalten ist. Am Wochenende wird das Kleinod »Douglasien-Sauna« gemeinsam genutzt – wir beschreiben es weiter unten.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Der Eintritt ist ein Tagestarif von 15,00 € vor, bzw. 17,50 € nach 14:00 Uhr. Für Frühaufsteher gilt bis 11 Uhr der Morgentarif von 9,00 €; später greifen Tarife für Kurzbaden und Tagesausklang. (Stand 2008)

DIE PREISE

Weitere Tarife für Kinder, Jugendliche und Schwangere erfragen Sie bitte bei Ihrem Besuch im Waldkurbad.

DAS UMKLEIDEN In den gemeinsam genutzten Umkleiden stehen für Damen und Herren etwa 40, im Frauenbereich 20 Schränke zur Verfügung. Für die Pflege danach stehen Frisiertische bereit.

DIE DUSCHEN Die Reinigungsduschen verfügen alle über Kabinen.

DIE SAUNEN Wie beschrieben, befinden sich die Saunen in den Gärten. Alle Saunen sind aus massivem Holz gefertigt. Die Sauna-Öfen sind mit gewaltigen Steinummauerungen und -füllungen versehen, was zu einem besonders hohen Strahlungsanteil bei der Wärmeabgabe führt.

DIE DAMEN-SAUNA Dieser separate Saunabereich ist in einen Stein- und Kräutergarten integriert. Herzstück dieses Gartens ist die Blockhaus-Sauna aus Freiburger Douglasie – im übrigen die erste und einzige dieser Art. Ein weiteres Highlight dieser Sauna: Das Holz ist »Mondphasen-Holz«, also bei Neumond eingeschlagen. Die Temperatur liegt zwischen 88 °C und 95 °C und wird mit einem Spezialofen, der aus über einer Tonne Steinen gesetzt wurde, erzeugt. Stündlich findet hier ein Aufguss statt. Im Freibereich ist eine überdachte Kaltwasserzone mit Duschen und Eintauchbecken.

**GEMEINSCHAFTLICHER
BEREICH:**

DIE SPEICHER-SAUNA Dieses Saunagebäude – der Nachbau eines Getreidepeichers aus dem Dreisamtal – hat am Eingangsbereich ein verlängertes Walmdach mit einer Bank zum Entspannen. Durch einen kleinen Vorraum gelangen Sie in den Schwitzraum. Dieser archaische Schwitzraum wird über einen mit massiven Steinen ummauerten Sauna-Ofen auf 92 – 95 °C erwärmt. Aufguss jeweils zur vollen Stunde. Auch der Innenausbau ist in allen Schwitzräumen individuell: nicht die üblichen Sitzbänke, sondern großzügig gestaltete Liegeflächen. Etwa 12 bis 15 Gäste finden hier gleichzeitig Platz.



Hostel & Spa Waldkurbad am Möslepark

»EIN FEST FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE«

Waldseestraße 77 | 79117 Freiburg | ☎ 0761 77570 | www.waldkurbad.de

57
FREIBURG

Gebaut ist die Erd-Sauna in eine Böschung hinein und, einschließlich der Decke, aus Rundbalken. Der mächtige Ofen aus über 1,5 Tonnen Steinen erhitzt diesen Schwitzraum auf 102 – 106 °C. Wie auch in der Speicher-Sauna bieten großzügige Liegeflächen für etwa 12 bis 15 Personen genügend Platz, um in diese neue Erfahrungswelt des Schwitzens einzutauchen. Ein Aufguss erfolgt stündlich.

DIE ERD-SAUNA

Der trocken-lauwarme (tepidus) mit poliertem Granit ausgekleideter Raum ist schon von seiner Architektur her – außen ein vierzehneckiger Maurischer Turm und innen ein großer Kuppelraum – sehens- und erlebenswert. Das reizarme Warmluftbad dient sowohl dem ruhigen Verweilens als auch für Hamambaderituale, Ganzkörperpackungen, Seifenmassagen; Bestandteil der großen Thermen schon zu vorrömischer Zeit – kein Schwitzraum.

DAS TEPIDIARIUM
SONORUM

Dampfbäder im Außenbereich sind eine Seltenheit. Dieser 2014 errichtete Prototyp eines Dampfbadehauses ist schon von seiner Architektur her – ein siebeneckiger Pavillon mit Kuppelraum – sehens- und erlebenswert. Heißer Dampf strömt durch die arabische Teekanne aus Tausendundeinacht und hält die Temperatur bei sehr hoher Luftfeuchtigkeit (Nebelbildung) zwischen 47 °C und 49 °C. Auf zwei Liegeebenen finden in diesem rot ausgekleideten Gebäude 5 bis 12 Gäste Platz.

KUPPELDAMPFBAD

Am östlichen Rand des Licht- und Luftbadgartens erwartet den Gast seit Sommer 2014 ein Meditations- und Salzraum mit Blick in die Landschaft. Durch eine besondere Bauweise ergibt sich ein hoher Anteil an Negativionen in der Atemluft zur Steigerung des körperlichen Wohlbefindens. Das spezielle Mikroklima wird durch die Natursalze geschaffen und hat ähnlich belebende Eigenschaften, wie die Luft am Meer oder in Salzstollen.

SALZPAVILLON

Die Kaltbereiche finden Sie an unterschiedlichen Stellen innerhalb der Anlage und im Außenbereich. Der zentrale Kaltbereich ist in eine Art Wintergartenvorbau mit Felsengestaltung integriert. Vom Schlauchguss über diverse Duschen, der Kübeldusche bis zum Wasserfall, reicht das erfrischende Vergnügen.

DAS ABKÜHLEN



Fußwämbäder können Sie in zwei unterschiedlichen Bereichen genießen. Diese Bereiche dienen häufig der Kommunikation vor oder zwischen den Sauna-Gängen.

KALTBECKEN Wie beschrieben gibt es ein Tauchbad im Frauenbereich, ein weiteres finden Sie im Gemeinschaftsbereich. In der kalten Jahreszeit ist das unbeheizte Schwimmbecken im Außenbereich immer wieder eine geschätzte Herausforderung.

DIE AUSSENANLAGE Wie beschrieben: Das Schwitzen in den Saunas und dem neuen Dampfbad findet im Garten statt. Dieser ist in den letzten Jahrzehnten gewachsen – und zwar im Wortsinne. Der Baumbestand sorgt für die Grundschiwingung: Hier herrscht Natur und Ruhe durch die Gestaltung und Vielseitigkeit. Wasser, das im Garten aus einem Stein entspringt, sich durch einen kleinen Bach schlängelt und über Kaskaden in einen Teich fällt, oder eine überdachte Bank um einen Lärchenstamm, die zum Verweilen einlädt, ein Sonnendeck auf dem Dach der Erd-Sauna, verschiedene überdachte Liegeflächen, ein Barfußparcours mit 12 Spürqualitäten und: viel Natur. Eine originale, mit Holzfeuer erwärmte mongolische Jurte lässt Sie die Weite der endlosen Steppen, ein Stück Unendlichkeit spü-



ren. Hier verlieren sich Worte, Raum und Zeit. Mehrere Pavillons laden zur Körper- und Sinnenpflege ein, wie das Dampfbadehaus, der Salz- und Meditationspavillon sowie für verschiedene anspruchsvolle Öl-Massagen.

DAS SCHWIMMBAD Das Schwimmbecken mit seiner unmerklich wechselnden Farblichtausleuchtung ist ebenfalls im Außenbereich angeordnet; die Temperatur bestimmt die Natur. Mit einer Größe von etwa 6 × 5 Metern können Sie einige Züge kräftig durchschwimmen.

RUHEMÖGLICHKEITEN Ruhe und Entspannung werden groß geschrieben. Ein fußbodenbeheizter Liegeraum mit großer Glasfront trennt die große neue Liegewiese mit Barfußparcours von der älteren Ostseite des Gartens mit der beschriebenen Jurte. Im Obergeschoss ist ein weiterer

Hostel & Spa Waldkurbad am Möslepark

»EIN FEST FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE«

Waldseestraße 77 | 79117 Freiburg | ☎ 0761 77570 | www.waldkurbad.de

59

FREIBURG

Liegeraum. Auf dem Spitzboden – der »Bühne« im Baden-Württembergischen – ist ein echter Ruheraum: »Raum des Gewähr-Seins – Flokati-Raum«. Hier gilt Ruhe und Nichtstun. Sie liegen auf einem griechischen Flokati (bitte Tuch unterlegen) und können entspannen.

Massagen und Anwendungen sind ein großes Thema im »Waldkurbad«. Die Heil- und Wohlfühlanwendungen entstammen dem Morgenland, dem Abendland und dem Reich der Sinne. Ein kleiner Auszug aus dem Angebot: klassische Massagen, Ganzkörper-Öl-Verwöhnung, Ayurveda-Öl-Anwendungen, Shiatsu, Energetische Reprogrammierung, Wirbelsäulenlesung, Biodynamische Massage, Hawaiian-Bodyworks, Hot-Stone-Massagen, sinnliche Massagen und vieles mehr. Erkundigen Sie sich vor Ort. Im gemeinschaftlichen und Frauenbereich stehen kleine Besonnungswiesen zur Verfügung.

MASSAGEN | SOLARIEN

Zunächst sei auf das umfangreiche Seminarprogramm und die Kooperationen mit Partnern hingewiesen. Informieren Sie sich im Internet oder vor Ort. Sie können, falls Sie Seminare anbieten möchten, mit der Geschäftsleitung sprechen, denn die Räume stehen für Veranstaltungen zur Verfügung. Ein besonderes Event: Das »Waldkurbad auf Achse«. Die mobile Sauna, mit Massage-/ Behandlungspraxis und Sauna, ist eine holz-beheizte Sauna auf Rädern – eingebaut in restaurierte historische Holzschindelwagen von 1911. Dieser Zug kann für Feiern gemietet werden. Schauen Sie ins Internet. Hier gibt es umfangreiche Erläuterungen.

EVENTS

Im Innenbereich ist die ehemalige Sauna in ein Bistro umgebaut worden. Das Angebot umfasst eine große Auswahl an Getränken sowie frisch gepressten Säften. Am großen Salatbuffet können Sie täglich aus bis zu elf Salaten wählen; das Angebot an vegetarischen und veganen Gerichten ist einzigartig.

GASTRONOMIE

Sämtliche Leistungen können Sie bargeldlos in Anspruch nehmen. Sie zahlen komplett beim Verlassen des Bades; auch mit EC-Karte.

ZAHLUNGSVERKEHR

Der Parkplatz, direkt beim »Waldkurbad«, steht Ihnen als Gast kostenfrei zur Verfügung; Hostelgäste, Wohnmobilisten und Urlaubsgäste auf dem Campingplatz (www.camping-freiburg.com) sowie der angrenzenden Privatpension (www.fremdenzimmer-freiburg.de) erhalten Sonderkonditionen.

PARK- UND
ÜBERNACHTUNGS-
MÖGLICHKEITEN



Hostel & Spa Waldkurbad am Möslepark

»EIN FEST FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE«

Waldseestraße 77 | 79117 Freiburg | ☎ 0761 77570 | www.waldkurbad.de

VARIO-GUTSCHEIN[©]

Hostel & Spa Waldkurbad am Möslepark, Freiburg

Dieser Gutschein darf nur von uns aus dem Buch herausgetrennt werden!

Variante 1 – Sie kommen zu zweit: Sie erhalten einen Rabatt von 10 € auf Ihren Eintritt.

Variante 2 – Sie kommen alleine: Sie erhalten einen Rabatt von 5 € auf Ihren Eintritt.

Bitte beachten Sie die verbindlichen Erläuterungen auf Seite XXX dieses Buches!

XX-0000

WALDKURBAD

WALDSEESTRASSE 77

79117 FREIBURG

☎ 0761 77570

MAXIMAL-
WERT: **10,00 €**

VARIOWERT: 5,00 €

Die Barauszahlung des Gutscheines
ist ausgeschlossen!

DATUM DER EINLÖSUNG, BUCHUNGSVERMERKE

DIESER GUTSCHEIN
IST GÜLTIG BIS ZUM
XXX

Hostel & Spa Waldkurbad am Möslepark, Freiburg

Raum für Notizen des Sauna-Betreibers
