



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 Saunaerlebnis.

Am »Möslepark« gelegen befinden sich in direkter Nachbarschaft »Busses Waldschänke« und der Campingplatz »Möslepark«. Im Kurbad teilen sich an der Rezeption die Wege: zum Seminarbereich mit giebelhohem Gruppenraum, ins Stockwerk für unterschiedliche therapeutische und Wohlfühl-Anwendungen, in die separate Whirlpool-Anlage, in das Bistro und in die Sauna- und Dampfbadeanlage. Hier ist auf etwa 500 m<sup>2</sup> Fläche in mehreren Ebenen alles rund um das Saunen 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 und der Dampfbadetempel im Maurischen Turm stehen im »Saunagarten«; 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 30 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 der

DAS RESÜMEE

bestmögliche gesundheitliche Nutzen erhalten bleibt. Denn jede noch so gut gemeinte ›Ablenkung‹ oder ›Bereicherung‹ 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 zu belasten. Längere Aufguss-›Rituale‹ und ›Erlebnis‹-Aufgüsse bis über 25 (!) Minuten Dauer sind ebenso grober Unsinn wie dem Saunawesen und der Bekömmlichkeit des Bades abträglich (und für das Personal sogar gesundheitsschädlich).«



**DIE GRÖSSE** Der Außenbereich misst etwa 800 m<sup>2</sup>, der Innenbereich, wie beschrieben, rund 500 m<sup>2</sup>. Durch die gute Aufteilung ergeben sich zahlreiche Möglichkeiten der Raumnutzung.

**DER EMPFANG** Hier erhalten Sie hochwertige Körperpflegemittel sowie bei Bedarf auch Leihwäsche wie Liegedecken, Sauna-Liegetücher, Bademäntel, Badeschuhe etc. Es steht sogar ein Wäscheservice zur Verfügung; Sie können Ihre Handtücher und Bademäntel bis zum nächsten Besuch waschen und trocknen lassen. Beim ersten Besuch fallen die zahlreichen Zeitschriften und Bücher zu essentiellen (Lebens-)Themen auf, die Sie erwerben können.

**DIE ÖFFNUNGSZEITEN** Montag bis Samstag von 9:30–23:00 Uhr |  
Sonntag und feiertags von 9:30–22:00 Uhr.  
Jeder erste Freitag im Monat ist Spätbadetag von 9:30–1:00 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 PREISE** Der Eintritt ist ein Tagestarif von 14,50 € vor, bzw. 17,00 € nach 14:00 Uhr.  
Die Kurzbadetarife bzw. Tagesausklang-Tarife sind ausgesprochen gästefreundlich: Behandlungen unterbrechen die Tarifzeit.  
Weitere Tarife erfragen Sie bitte bei Ihrem Besuch im Waldkurbad.

## Waldkurbad am Möslepark

»EIN FEST FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE«

Waldseestraße 77 | 79117 Freiburg | ☎ 0761 77570 | [www.waldkurbad.de](http://www.waldkurbad.de)

63

DER SAUNAFÜHRER  
FREIBURG

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.

DAS UMKLEIDEN

Die Reinigungsduschen verfügen alle über Kabinen.

DIE DUSCHEN

Wie beschrieben, befinden sich die Saunen und das Dampfbad 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 SAUNEN

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.

DIE DAMEN-SAUNA

Dieses Saunagebäude – der Nachbau eines Speichers 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.

GEMEINSCHAFTLICHER  
BEREICH:  
DIE BLOCKHAUS-SAUNA



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.

**DIE ERD-SAUNA** In solch einer Anlage darf die Erd-Sauna – immer ein besonderes Saunavergnügen – nicht fehlen. Gebaut ist die Erd-Sauna, 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 Blockhaus-Sauna bieten großzügige Liegeflächen für etwa 12 bis 15 Personen genügend Platz, um in diese neue Erfahrungswelt des Schwitzens einzutauchen. Ein Aufguss erfolgt stündlich.

**DAS DAMPFBAD** Dampfbäder im Außenbereich sind eine Seltenheit. Dieser 1997 errichtete Prototyp eines neuartigen Dampfbadehauses ist schon von seiner Architektur her – außen ein vierzehneckiger Maurischer Turm und innen ein großer Kuppelraum – sehens- und erlebenswert. Ein heißer Wasserregen ergießt sich dauerhaft, und hält die Temperatur bei sehr hoher Luftfeuchtigkeit (Nebelgrenze) zwischen 45 °C und 47 °C. Ein Aufguss mit ätherischen Ölen erfolgt stündlich. 10 bis 12 Gäste finden in diesem nach orientalischem Vorbild errichteten Gebäude Platz.

**DAS ABKÜHLEN** 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 Kübel Dusche bis zum Wasserfall, reicht das erfrischende Vergnügen. Fußwärmebäder können Sie in zwei unterschiedlichen Bereichen genießen. Diese Bereiche dienen häufig der Kommunikation vor oder zwischen den Sauna-Gängen.



## Waldkurbad am Möslepark

»EIN FEST FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE«

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

65

DER SAUNAFÜHRER  
FREIBURG

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

KALTBECKEN

Der Whirlpool, mit einem Fassungsvermögen von 2000 Litern sprudelndem, warmem Wasser, ist aus gutem Grund separat eingerichtet. Sie können den Raum am Empfang für sich, mit Familie oder Freunden, mieten: 50 Minuten zu 23,90 €, oder 90 Minuten für 27,90 €. Das Wasser wird für jede Vermietung frisch eingelassen.

DER WHIRLPOOL

Wie beschrieben: Das Saunen und Dampfbaden 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 und: viel Natur.

DIE AUSSENANLAGE

Eine originale, mit Holzfeuer erwärmte mongolische Jurte läßt Sie die Weite der endlosen Steppen, ein Stück Unendlichkeit spüren. Hier verlieren sich Worte, Raum und Zeit, besonders beim Blick durch die »gläserne« Kuppel in den nächtlichen Sternenhimmel. Mehrere Pavillons laden zur Körper- und Sinnenpflege ein, wie ein Seilbad für Heilschlambäder und Seifenmassagen sowie für verschiedene anspruchsvolle Öl-Massagen.



Das solehaltige Schwimmbecken ist ebenfalls im Außenbereich angeordnet. Mit einer Größe von etwa 6 x 5 Metern können Sie einige Züge kräftig durchschwimmen.

DAS SCHWIMMBAD

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 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.

RUHEMÖGLICHKEITEN

Massagen und Anwendungen sind ein großes Thema im »Waldkurbad«. Die Heil- und

MASSAGEN | SOLARIEN

Wohlfühlanwendungen entstammen dem Morgenland, dem Abendland und dem Reich der Sinne. Ein kleiner Auszug aus dem Angebot: Ganzkörper-Öl-Verwöhnung, Ayurveda-Öl-Anwendungen, Shiatsu, Energetische Reprogrammierung, Biodynamische Massage, zwei- und vierhändige Hawaiian-Bodyworks, Hot-Stone-Massagen, sinnliche Massagen und vieles mehr. Erkundigen Sie sich vor Ort. Auch Sonnenbaden ist möglich. Es stehen Ihnen Bräuner und kleine Besonnungswiesen zur Verfügung.

**EVENTS** Zunächst sei auf das umfangreiche Seminarprogramm und die Kooperationen mit Partnern, wie zum Beispiel Nordic-Walking hingewiesen, nahezu täglich gibt es ein Angebot. 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- & Heilschlammbad, ist eine holzbeheizte 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.

**GASTRONOMIE** 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.

**ZAHLUNGSVERKEHR** Sämtliche Leistungen können Sie bargeldlos in Anspruch nehmen. Sie zahlen komplett beim Verlassen des Bades.

**PARK- UND ÜBERNACHTUNGSMÖGLICHKEITEN** Der Parkplatz, direkt beim »Waldkurbad«, steht Ihnen als Gast kostenfrei zur Verfügung; Wohnmobilisten und Urlaubsgäste auf dem Campingplatz ([www.camping-freiburg.com](http://www.camping-freiburg.com)) sowie der angrenzenden Privatpension ([www.moeslepark.de](http://www.moeslepark.de)) erhalten Sonderkonditionen.

