



Seit Ende August 2006 erstrahlt das »Ostparkbad« in völlig neuem Glanz. Nach umfangreichen Sanierungsmaßnahmen erleben Sie das neue »Ostparkbad« mit attraktiven Angeboten und dem neuen Wellnessbereich. In der hellen und großzügigen Schwimmhalle finden Sie alles für Ausgleichs-, Sport- oder Neuschwimmer. Je nach Bedarf wählen Sie zwischen dem Sport- oder Lehrschwimmbecken. Für die Kleinen gibt es den ebenfalls neu gestalteten Mutter-Kind-Bereich mit Planschbecken und Wintergarten-Atmosphäre.

DAS RESÜMEE

In der Sauna-Landschaft gibt es drei Kernbereiche: den Innenbereich mit den Vorreinigungs- und Kalduschen, dem Tauchbecken und dem Whirlpool sowie unterschiedlichen Saunen und dem Sauna-Bistro; eine Ebene tiefer den Entspannungs- und Massagebereich und auf der Dachterrasse zwei Saunen und eine kleine Saline. Der Saunabereich erschließt sich Ihnen auf etwa 700 m² Gesamtfläche.

DER SAUNABEREICH

Die Sauna-Landschaft ist geöffnet: Montag bis Samstag von 10:00–23:00 Uhr |
Sonntag von 10:00–21:00 Uhr.
Mittwoch ist Damentag.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Kombikarte Sauna & Bad 12,00 €.

DIE PREISE

Weitere Preise für Mehrfach- und Abendkarten sowie Aktions-Angebote erfragen Sie bitte im Bad.

- UMKLEIDEN | DUSCHEN** Der großzügige, gemeinsam mit den Badbesuchern genutzte Umkleidebereich ist ebenfalls komplett neu gestaltet. Natürlich stehen Ihnen Einzelkabinen zur Verfügung. Die Vorreinigungsduschen sind für Damen und Herren gemeinsam im Saunabereich.
- DIE SAUNEN** Sie können aus einem Angebot von fünf unterschiedlichen Saunen und einem Dampfbad wählen.
- DIE FINNISCHE SAUNA** Durch die großzügige Verglasung gehen die Bereiche optisch ineinander über. 30 bis 35 Gäste finden in dieser großzügigen Sauna-Kabine im Innenbereich bei 80–90 °C Platz. Das Sauna-Team führt hier regelmäßig Aufgüsse mit wechselnden Aromen durch.
- DIE HEU-SAUNA** Bei etwa 60–65 °C erfüllt der Duft von frischem Heu, das sich in einem Wasserbad oberhalb des Sauna-Ofens befindet, die Schwitzkabine. Dieses Vergnügen können sich 20 bis 25 Saunafreunde gleichzeitig teilen.
- DIE NIEDERTEMPERATUR-SAUNA** Für Sauna-Neulinge, aber auch für »alte Hasen«, die eine milde Entspannung bei etwa 60 °C und der Wirkung wechselnder Farblichter lieben, ist diese Sauna-Kabine genau richtig.
- DAS DAMPFBAD** In dieser achteckigen Dampfkabine entspannen Sie bei 45 °C und 100 % Luftfeuchtigkeit.





Auf der Dachterrasse befindet sich neben dem Gradierwerk dieses kleine, für 12 bis 15 Personen ausreichende, Blockhaus. Geschwitzt wird hier bei 80–85 °C.

**DIE FINNISCHE
AUSSEN-SAUNA**

Häufig sind Infrarot-Kabinen nur für eine oder zwei Personen gebaut. Nicht so im »Ostparkbad«: In der achteckigen Infrarot-Sauna finden sieben Personen Platz. Die Wirkungsweise der Infrarotwärme ist im Buch auf Seite 20 ausführlich beschrieben – probieren Sie es einfach mal aus.

DIE INFRAROT-SAUNA

Diesem wichtigen Part beim Saunieren wird großzügig und umfassend Rechnung getragen: Sie wählen zwischen Schwallduschen, einer kräftigen Kneipddusche, der Kübeldusche und dem Kneippschlauch. Das Tauchbecken für den »letzten Kick« der Er-

DAS ABKÜHLEN



frischung befindet sich direkt gegenüber. Auch im Außenbereich, gegenüber der Blockhaus-Sauna, ist ein schicker Kaltuschbereich.

Richtig platziert, zwischen Tauchbecken und Kaltuschbereich, ist das gestoßene Eis. Hier können Sie sich ausführlich und eiskalt einreiben.

CRUSHED ICE

- DAS KNEIPPEN** Vor gefliesten und erwärmten Sitzbänken befinden sich vier kleine Becken für Fußwechselbäder.
- DER WHIRLPOOL** Wie auch das Tauchbecken ist der Whirlpool umrahmt von Pflanzen. Die »Blubber« und das angenehm warme Wasser lassen Ihren Körper regelrecht schwerelos werden ...
- DIE AUSSENANLAGE** Auf der etwa 200 m² großen Dachterrasse sorgen drei wirklich große Sonnenschirme für ausreichend Schatten in der Sommerzeit.
Ein Highlight ist das Gradierwerk neben der Blockhaus-Sauna.
- RUHEMÖGLICHKEITEN** Im Untergeschoss befindet sich ein mediterran gestalteter Ruhebereich mit leiser Musik. In dem großen Ruheraum mit etwa 15 Liegen sorgen drei Lichtobjekte mit Farbwechsel, für Entspannung. Wenn Sie lesen möchten holen Sie »Ihr« Leselicht von freistehenden Leselampen. Im Meditationsraum unterstützt Sie der Sternenhimmel, dem Alltag zu entschwenden. Zum Lesen und Plaudern gibt es die Kaminecke mit dem Kaminofen und U-förmig angeordneten Steinsitzbänken mit Auflagen.
- MASSAGEN** Termine für das umfangreiche Massage-Angebot vereinbaren Sie am besten direkt vor Ort.
- EVENTS** Es gibt immer wieder »Specials«, wie lange Sauna-Nächte, Baby- und Familien-Sauna, Obsttage usw. Termine finden Sie auf der Internetseite.
- GASTRONOMIE** Im Sauna-Bistro gibt es zur Stärkung kleine Gerichte, Salate und natürlich ein großes Getränkeangebot.
- ZAHLUNGSVERKEHR** Für in Anspruch genommene Leistungen gilt Barzahlung.
- PARKMÖGLICHKEITEN** Zum »Ostparkbad« gehört ein Parkplatz, den Sie kostenfrei benutzen können.

