



DAS RESÜMEE Bis zu diesem Bericht hat der Autor schon etwa 260 verschiedene Sauna-Anlagen besucht – immer wieder gibt es etwas Neues, aber das Konzept der Holzmühle ist schon einmalig. »Freizeitoase Holzmühle« heißt Tanzcafé, Restaurant, Pension und Saunabad. Stilvoll eingerichtet und technisch auf dem neuesten Stand präsentiert sich das Tanzcafé. Genießen Sie den Abend auf der Tanzfläche. Je nach Ihrem Empfinden stürzen Sie sich ins »Getümmel«, können sich aber auch in eine stille, gemütliche Ecke zu einem Gespräch zurückziehen.

Im April 2008 wurde in der Holzmühle ein neues, modernes und stilvolles Restaurant mit Lounge-Charakter eröffnet. Das »Hüthers« Restaurant bietet etwa 60 Personen Platz. Sie genießen leichte deutsche und regionale Küche mit guten Pfälzer Weinen. Die Pension, Startpunkt für ausgedehnte Wanderungen in den Pfälzer Wald, bietet Doppelzimmer und Ferienwohnungen.

Auffällig ist schon bei dem ersten Besuch im Saunabad die familiäre Atmosphäre und die Offenheit der Gäste. Keine Bange – wer für sich oder mit seinem Partner in Ruhe saunieren möchte, kommt ebenso auf seine Kosten. In ehemaligen Industriehallen wurde die Sauna-Landschaft untergebracht, was zu erfreulich hohen Räumen führt. Überall finden Sie liebevolle Details, sei es in der Fachwerkbauweise, bei den Balkonen und vor allem in den selbst entwickelten und errichteten Saunen. Auch wenn Strom und Wärme in den Saunen selbstverständlich sind, gestatten Sie uns eine Anmerkung: Der Strom und die Wärme für die gesamte Anlage werden in der Holzmühle mit einem Generator, der mit Raps betrieben wird, selbst erzeugt. Das ist wirklich innovativ und zukunftsweisend.

DIE GRÖSSE Der Innenbereich ist etwa 700 m² groß, der Sauna-Garten 400 m².

Freizeitoase Holzmühle »SCHWITZEN, SCHWIMMEN, SCHWOFEN.«

Gutenbergstraße 24 | 66987 Thaleisweiler-Fröschen

☎ 06334 2056 | Fax 06334 2001 | www.holzmuehle.de

151

DER SAUNAFÜHRER

THALEISCHWEILER

Montag und Mittwoch von 15:00–23:00 Uhr |

Donnerstag bis Samstag von 16:00–23:30 Uhr | Von Oktober bis April zusätzlich

Sonntag von 11:00–17:00 Uhr. Dienstags geschlossen.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Die Einzelkarte kostet 14,00 € | Die Zehnerkarte 110,00 €.

DIE PREISE

Die Umkleiden werden von Damen und Herren gemeinsam genutzt. Im Erd- und Obergeschoss stehen ausreichend Schränke zur Verfügung. Schon hier eine Anmerkung zu

UMKLEIDEN | DUSCHEN

den Duschen: In der Anlage stehen Ihnen mehr als 40 Duschmöglichkeiten zur Verfügung, in kleine Einzelbereiche unterteilt und äußerst effektiv.



Rein zahlenmäßig gibt es zwei Saunen und ein Dampfbad, aber die haben es in sich.

DIE SAUNEN

Eine Besonderheit sind die Aufgüsse. In der Finnischen Sauna um 18:45 Uhr und 19:45 Uhr, in der Meditations-Sauna um 20:45 Uhr. Die Vorbereitung vor diesem Aufguss ist schon eine Zeremonie: jedem Saunagast wird ein Schnaps angeboten und es gibt eine große Schale voller Obst.

Sie treten in einen mehr als 80 m² großen und fünf Meter hohen Raum ein. Hier finden Sie zwei unterschiedliche Angebote.

DIE MEDITATIONS-SAUNA

Zunächst die Sauna: Sie können wunderbar die Temperatur wählen, bei der Sie saunieren möchten, denn Sie haben die Wahl zwischen sechs Ebenen. Auf der unteren Ebene

schwitzen Sie bei etwa 60–65 °C, auf der höchsten bei 90 °C. Auch wenn in der Sauna bei den beliebten Aufgüssen – hier sind zwei »Wedler« am Werk, um die Wärme zu verteilen – bis zu 100 Personen sind, es ist nicht bedrängend eng. Ganz oben ist eine »Kanzel« eingebaut, hier hält der Senior-Chef zuweilen eine kleine Ansprache mit wertvollen Tipps zum richtigen Saunieren. Dann wird auch ein Liedchen angestimmt, was für den Gemeinsinn ausgesprochen förderlich ist.

Das zweite Angebot ist im gleichen Raum zu finden und zwar unter bis zu drei Meter hohen Bänken. Hier ergeben sich durch die Bauform zwei Bereiche, die durch eine

DIE RHEUMA-SAUNA

Türe von der Sauna abgetrennt sind. Die Temperatur beträgt etwa 60 °C und 12 Personen können auf körpergerecht geformten Liegeplätzen die Wohltat der »Ultra-Vitalux« Sonnen- und Infrarotstrahler genießen. Dieser Bereich wird von den Betreibern Rheuma-Sauna genannt. Die Holzwände und Decken strahlen eine intensive Wärme ab, so dass sie wie eine Fangopackung wirken. Das ist Entspannung pur, unterstützt von meditativer Musik.





DIE FINNISCHE SAUNA

Immer noch großzügig, und etwa 40 Saunafreunden Platz bietend, ist diese Schallschutz-Sauna. Hier wurde beim Bau (natürlich Eigenmarke) großen Wert darauf gelegt, dass keine Fremdgeräusche von außen eindringen können.

Die Decke ist gewölbeförmig gebaut, das öffnet den Raum. Der Sauna-Ofen ist mit einer großen Menge an Sauna-Steinen versehen, so dass auch hier eine angenehme Wärmestrahlung vorherrscht. Die Temperatur beträgt etwa 85 °C.

Zunächst entsteht der Eindruck eines »normalen« Dampfbades. Sehr schön geflieste und erwärmte Sitzbänke aus Naturstein bieten auf drei Ebenen Platz für etwa 20 Gäste. Die Decke ist kupelförmig, wechselnde Lichtfarben erzeugen eine schöne Stimmung. So weit, so gut. Aber wagen Sie sich ruhig zu dem Keramikelement. Das ist ein Inhalations-Kamin. Aus drei Öffnungen strömt kalte Frischluft. Dadurch lassen sich im

DAS DAMPFBAD

Wechsel mit der Heißluft gezielt Ablagerungen aus den Bronchien entfernen. »Selbst Asthmapatienten erzielten spürbare Erleichterung«, so die Aussage des Betreibers. Aus diesen Öffnungen strömt zuweilen auch solehaltige Luft, oder aber mit aromatischen Düften versetzte; der Kreativität sind kaum Grenzen gesetzt.

Wie erwähnt, Sie erleben in der Holzmühle ein wahres Dusch-Eldorado mit zahlreichen Möglichkeiten von Kneipp'schen Anwendungen. Nahe der Meditations-Sauna können Sie sich auch im Tauchbecken erfrischen.

DAS ABKÜHLEN

Im Außenbereich wechseln sich Rasenflächen mit Liegen, Wege, die durch das Areal führen, Sitzmöglichkeiten, Bäume und Sträucher ab. Am Abend dezent mit Kerzen beleuchtet entsteht eine schöne Stimmung.

DIE AUSSENANLAGE

Das Hallenschwimmbad hat eine konstante Temperatur von 27 °C. Im tropischen Flair angelegt stehen Ihnen über 20 Unterwasser-Massagestationen zur Verfügung. Bei einer Länge von zwölf Metern können Sie auch einige kräftige Züge schwimmen.

DAS SCHWIMMBAD

- RUHEMÖGLICHKEITEN** Im Bereich des Schwimmbades gibt es zahlreiche Liegen. Wer absolute Ruhe wünscht geht eine Ebene höher in den Ruheraum und findet dort Betten zum Entspannen vor.
- MASSAGEN UND SOLARIEN** Die klassische Massage kostet 15,00 Euro für 30 Minuten. Besprechen Sie Ihren Terminwunsch bei der Ankunft. Neu und ein echtes Erlebnis ist die orientalisch Klangschalenmassage. Wenn Sie das noch nicht erlebt haben, in der Holzmühle haben Sie die Gelegenheit. Die modernen Solarien finden Sie im Obergeschoss.
- GASTRONOMIE** Von Kleinigkeiten für zwischendurch bis zum Hauptgericht reicht das Angebot. Wechselnde Tagesgerichte, wie etwa Gulasch mit Spätzle, Hausmacher Platte oder Salatteller mit Scampispiß gehören ebenso zum Angebot wie Rührei, Pizza oder Fleischgerichte. Auch die Getränkeauswahl lässt keinen Wunsch offen.
- ZAHLUNGSVERKEHR** Sie brauchen kein Bargeld mit in den Saunabereich zu nehmen, denn der Verzehr wird auf Ihre Schlüsselnummer gebucht; Sie zahlen bequem beim Gehen.
- PARKMÖGLICHKEITEN** Die Holzmühle hält für Sie ausreichend viele und natürlich kostenfreie Parkplätze bereit.

