



Urlaub wird hier wirklich großgeschrieben. Eine Sauna-Anlage mit einem großen Außenpark, altem Baumbestand und einem natürlichen Bachlauf, dazu noch in den Sommermonaten Sandstrand unter Palmen mit Strandbar und ein 25-m-Pool bieten Urlaubsflair par excellence. Der weitläufige Außenbereich ist natürlich in die Umgebung eingebunden. Ihren Sauna-Gang in der Wald-Sauna mit anschließender Abkühlung genießen Sie unter den großen Bäumen. Der »Saunapark Siebengebirge« ist mit dem Qualitätszeichen »Premium« des Deutschen Saunabundes ausgezeichnet. Der Innenbereich, der sich über zwei Ebenen erstreckt, hat eine Größe von 1.600 m<sup>2</sup>. Der Außenbereich ist fast 15.000 m<sup>2</sup> groß.

DAS RESÜMEE

Bademäntel, Sauna-Tücher und Sandalen können hier geliehen oder im hauseigenen »Frottee-Shop« käuflich erworben werden.

DER EMPFANG

Montag bis Donnerstag von 11:00–23:00 Uhr | Freitag von 11:00–24:00 Uhr | Samstag von 10:00–24:00 Uhr | Sonntag von 10:00–22:00 Uhr

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Sauna-Tageskarte 18,00 € | 2-Stunden-Zeitkarte 14,00 € | 4-Stunden-Zeitkarte 16,00 € | Abendkarte (Montag bis Freitag ab 19:00 Uhr) 15,00 €. Aktuelle Preisinformationen finden Sie auf der Internetseite.

DIE PREISE

Männer und Frauen haben jeweils einen separaten Umkleide- und Duschbereich. In den Duschen stehen Duschgel-Spender zur Verfügung.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

**DIE SAUNEN** Drei Finnische Saunen, ein Dampfbad und eine Kräuter-Sauna befinden sich im Innenbereich. Komplettiert wird das Ganze durch eine Blockbohlen-Sauna im Außenbereich. Die Aufgüsse, die alle 30 Minuten stattfinden, haben eine Dauer von fünf bis sieben Minuten und bieten wechselnde Düfte von »holzig« über »minzig« bis »fruchtig«. Eventaufgüsse dauern etwas länger; es gibt Primavera-Aufgüsse, Sole-Vital- und Eis-aufgüsse, dazu werden Früchte gereicht.

**DIE FINNISCHEN-SAUNEN** Die erste Trocken-Sauna mit einer Temperatur von 90–100 °C bietet Platz für etwa 20 Personen. Die Sauna ist komplett holzverkleidet; das Licht ist gedämpft. Der Ofen befindet sich hinter einer Holzverkleidung. Ein türgroßes Fenster erlaubt den Blick auf eine Terrasse sowie auf die Bäume der Außenanlage.

Die zweite Sauna ist mit 85–90 °C etwas niedriger temperiert und für ca. 30 Personen vorgesehen. Geheizt wird sie mit einem Elektro-Ofen, der per Holzverschlag von den Bänken abgetrennt ist. Sauna-Steine auf dem Ofen sorgen für gute Wärmespeicherung. Die dritte Sauna bietet Platz für etwa 25 Personen und wird mit 80–85 °C temperiert. Gedämpftes Licht lässt einen zur Ruhe kommen. Ein großes Fenster gibt den Blick auf den Innenbereich der Anlage frei. Der mit Holz verkleidete Elektro-Ofen mit Steinen sorgt für die nötige Wärme.

**DIE KRÄUTER-SAUNA** Die Innenbeleuchtung in dieser Kräuter-Sauna wechselt im Rhythmus ihre Farbe von Rot nach Gelb, Grün und Blau. Ein mittig an der Wand befindlicher Elektro-Ofen mit Sauna-Steinen teilt die Sitzbänke in zwei Bereiche mit Platz für jeweils etwa fünf Personen. Oberhalb des Ofens ist ein Trichter mit frischen Kräutern, die je nach Aufguss gewechselt werden, angebracht.

**DIE IRISCH-RÖMISCHE DAMPFBAD** In einem separaten Bereich finden Sie das Dampfbad. Der mit 48 bis 55 °C beheizte Raum bietet Platz für etwa zehn Personen und wird mit Zypresse-Rosmarin oder Eismünze beduftet.



Im Außenbereich, idyllisch direkt am Bachlauf gelegen, bietet die holzverkleidete Trocken-Sauna bei einer Temperatur von 85 bis 90 °C Platz für 35 Personen. Drei Fenster ermöglichen den Ausblick auf die Felsendusche und Teile der Liegewiese. In einer Ecke der Sauna befindet sich ein mit ca. drei Kubikmeter Sauna-Steinen bedeckter Pyramiden-Ofen. Die hohe Wärmespeicherkapazität der Steine erzeugt ein angenehmes Raumklima. Ein gemütlicher, mit Sitzgelegenheiten ausgestatteter Vorraum lädt zum Ausruhen ein. Hier finden regelmäßig Zeremonien statt.

DIE WALD-SAUNA

Insgesamt stehen fünf verschiedene Abkühlbereiche mit Duschen zur Verfügung. Zwei separate Kaltduschräume warten mit warmen und kalten Kneippschläuchen, Schwallbrausen und Mehrstrahl-Druckkopf-Duschen auf. Ein weiterer, ähnlich ausgestatteter Bereich befindet sich beim Dampfbad. Im Innenbereich gibt es zwei Tauchbecken. In der Wald-Sauna ist eine Schwalldusche, eine Kaltbrause sowie ein Kneippschlauch. Schließlich gibt es eine Felsendusche mit sehr breitem, permanentem Strahl in der Außenanlage sowie weitere Kneippschläuche.

DAS ABKÜHLEN

Im Innenbereich laden zwei Bereiche mit einmal fünf Kneipp-Fußbädern und mit sechs Kneipp-Fußbädern zur Kommunikation oder zum Lesen ein, da sie um jeweils einen Tisch angeordnet sind.

DAS KNEIPPEN

Im Außenbereich gibt es einen schönen, natürlichen Kneipp-Gang. Zunächst werden die Arme im Armbecken abgekühlt, dann führt ein ca. fünf Meter langer brückenartiger Lauf durch den Bach in Richtung Liegewiese. Ein weiterer angelegter Lauf über acht Meter, der vom Bach gespeist wird, bringt den Kreislauf so richtig in Schwung.





**DIE WHIRLPOOLS** Entspannen Sie sich bei 37°C in einem der zwei achteckigen Pools im Innenbereich. Hier ist Platz für jeweils vier bis sechs Personen.

**DAS SCHWIMMBAD** Im hinteren Teil des Innenbereiches befindet sich ein ca. 12 m langes und 5 m breites Bad, das mit 30°C angenehm temperiert ist. Große Fenster ermöglichen den Blick ins Freie. Etliche Liegen stehen zur Verfügung. In der Sommersaison von Mai bis Oktober ist auch die Nutzung des Strandgartens mit einem 25-m-Becken und 600 m<sup>2</sup> Sandstrand möglich.

**DIE AUSSENANLAGE** Das Highlight im »Saunapark«! Alter Baumbestand rahmt die Anlage fast rundherum ein. Ein natürlicher Bachlauf mit Wasserfall trennt die Liegewiese vom Blockhaus. Die Liegefläche ist mit vielen Liegen ausgestattet; ein großer Weidenbaum überdacht einige Liegen. Viele kleinere Sitzinseln sowie eine Holzschaukel stehen parat. Interessant zu beobachten sind die Koi-Karpfen im Teich.

**RUHEMÖGLICHKEITEN** Die Ruheräume befinden sich in der 1. Etage der Anlage. Sie haben die Auswahl zwischen vier unterschiedlichen Ruheräumen. Im Liegeraum gibt es 12 Liegen mit Auflagen und Decken sowie weitere Liegen auf der überdachten Terrasse; der Blick ins Grüne lässt Sie entspannen. Bunte Bilder, ein Aquarium und ein herrlicher Blick auf die Außenanlage gestalten den vom Gang abgetrennten Ruheraum. Etliche Liegen mit Auflagen und Decken sowie ein Zugang zur größtenteils überdachten Terrasse runden das Angebot ab. Der Schlafraum ist ein abgedunkelter Raum mit 12 Schlafmöglichkeiten. Jedes »Bett« hat separate Nackenrollen und Decken. Stehlampen geben eine dezente Beleuchtung.



Der japanisch anmutende Meditationsraum beinhaltet acht Futons mit Decken und zwei unterschiedlich großen Nackenrollen. Weiße Wände, eine Kalligraphie sowie Bambus und eine Duftlampe unterstützen das Meditieren.

Sie können sich bei klassischer Massage und Physiotherapie, aber auch bei unterschiedlichen Wellness-Massagen verwöhnen lassen.

Für den gewissen Teint sorgen drei professionelle Bräunungsgeräte.

Sie sind herzlich eingeladen zu regelmäßigen Sauna-Events und Erlebnisnächten. Die Termine finden Sie auf der Internetseite.

Viel Platz zum Speisen und Trinken findet sich in zwei unterschiedlich gestalteten Räumen in der 1. Etage sowie auf der Sonnenterrasse, die mit 50 Sitzplätzen aufwartet. Kulinarisches der Saison und viele leichte Speisen werden geboten. Abgerechnet wird per Servicezettel beim Verlassen der Anlage.

Bezahlt wird am Ausgang entweder in bar oder mit der ec-Karte.

Kostenfreie Parkplätze befinden sich unmittelbar am »Saunapark«.

MASSAGEN | SOLARIEN

EVENTS

GASTRONOMIE

ZAHLUNGSVERKEHR

PARKMÖGLICHKEITEN