

## Grugapark-Therme »KUR VOR ORT«

Kurhaus im Grugapark gGmbH | Löhmannstr. 70 | 45131 Essen

☎ 0201 85610-0 | Fax 0201 85610-99 | info@grugapark-therme.de | www.grugapark-therme.de

63

DER SAUNAFÜHRER

ESSEN



Ende 2006 eröffnet und eingebettet in die Landschaft des »Grugaparks« ist der neue Thermenbereich mit seinem asiatischen Ambiente ein außergewöhnlicher Ort zur aktiven Entspannung. Träumen im 34 Grad warmen Sole-Wasser, Energie tanken oder aktive Teilnahme an einem Aqua-Kurs ist wie ein Kurzurlaub in fernöstlicher Welt. Tauchen Sie in eine Wohlfühlwelt ein und nehmen Sie Urlaub vom Alltagsstress. Saunafreunde können sich auf die Benutzung einer Bio-Sauna, einer Kristall-Sauna, einer Finnischen Sauna sowie eines Dampfbades freuen. Im Außenbereich laden eine Sauna im Japanhaus sowie ein Ruhehaus zum Aufenthalt ein.

DAS RESÜMEE

Dienstag bis Donnerstag von 9:00–22:00 Uhr | Freitag und Samstag von 9:00–23:00 Uhr | Sonntag von 9:00–19:00 Uhr | »lange Sauna-Nacht« von 18:00–1:00 Uhr. Montag ist Damensauna von 9:00–22:00 Uhr. Weitere Informationen, z. B. zu den Sauna-Nächten, entnehmen Sie bitte der Internetseite.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Der Eintritt für Erwachsene beträgt 10,00 € für 2 Stunden, 12,00 € für 3 Stunden und 14,50 € für eine Tageskarte. Er berechtigt zur Nutzung der gesamten Anlage. Sonderpreise gibt es bei den 10er-Karten und vormittags.

DIE PREISE

Die Umkleiden und Reinigungsduschen sind getrennt für Damen und Herren und sind gleichermaßen für den Bade- und Saunabereich. Nach dem Duschbereich teilt sich der Bade- und Saunabereich.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

**INNENBEREICH:****DIE LICHT-  
UND DUFT-SAUNA**

Über dem mit Steinen gefüllten Ofen ist ein Kessel mit Wasser angebracht, der Aromaduft verströmt. Auf den drei breiten Ebenen finden bis zu 20 Personen Platz. Diese Bio-Sauna zeichnet sich durch milde 65 Grad Temperatur bei einer 25-prozentigen Luftfeuchtigkeit aus. Über den Bänken sind Farblichtlampen angebracht.

**DIE ROSENQUARZ-  
SAUNA**

Die Rosenquarz-Sauna zeichnet sich durch zahlreiche Kristalle auf dem Sauna-Ofen aus. Der Ofen, zwei Säulen und ein Teil der Rückwand sind schwarz verkleidet. In den Ecken leuchten zwei Salzkristall-Lampen, die durch die Hitze negative Ionen abgeben und so eine erhöhte Sauerstoffaufnahme unterstützen. Mit drei Ebenen für 10 Personen schwitzt man in dieser Kristall-Sauna bei 75 Grad.

**DIE ESPEN-SAUNA**

Diese klassische Finnische Sauna mit 90 Grad ist eine der zwei Aufguss-Saunen. Die

Zeiten der Aufgüsse sowie der Pausen entnehmen Sie bitte dem Aushang am Eingang oder am Dampfbad sowie der Tafel im Restaurantbereich. Mit den drei breiten Ebenen, auf denen man selbst unten noch bequem liegen kann, ist die Espen-Sauna für bis zu 30 Personen ausgelegt. Ein Fenster an der Seite bietet den Blick in den Ruhebereich mit der Fensterfront zum Sauna-Garten.



Das Sternenhimmel-Dampfbad ist rund gebaut. In der Mitte umgeben eckige Granitssäulen den beleuchteten Dampfaustritt. Die mosaikgefliesten Bänke sind auf zwei Ebenen angeordnet und bieten 15 Personen Platz. Mehrmals am Tag wird Salz gereicht. Entspannen Sie unter dem Sternenhimmel bei angenehmem Minzeduft.

DAS STERNENHIMMEL-DAMPFBAD

Das große Japanhaus fasst 75 Personen. Mit dem geschwungenen Japanischen Dach ist es sehr authentisch gestaltet. Die zwei großen Öfen in der Mitte heizen die Sauna auf 95 Grad hoch. Die Bänke sind auf drei breiten Ebenen angebracht. Jede Stunde findet ein Aufguss statt.

AUSSENBEREICH:  
DAS JAPANHAUS

Im Außenbereich, direkt vor dem Japan-Haus, können Sie sich an den zwei Duschen abkühlen und anschließend ins schneckenförmige Tauchbecken steigen. Im Innenbereich ist der Kaltbereich mit Kneippschlauch, Kübel-, Schwall- und Horizontaldusche sowie einer warmen einstellbaren Dusche ausgestattet.

DAS ABKÜHLEN

Vor dem Dampfbad steht der Crushed-Ice-Brunnen, so dass auch in dieser Hinsicht kein Wunsch offen bleibt.

CRUSHED ICE

Die Fußbäder sind neben dem Ruhebereich im Innenraum platziert. Mit Blick in den Garten kann man sich so aufwärmen.

DIE WARMBECKEN

Das Sole-Außenbecken lädt zum Schwimmen und Ruhen ein. Mit einem erhöhten heißen Pool in der Mitte des Beckens, Sprudelliegen, Massagedüsen und einem Wasserfall bleibt kein Wunsch offen. Eingebettet in den Garten steht das Solebecken den Bade- und Saunagästen zur Verfügung.



## 66 Grugapark-Therme »KUR VOR ORT«

DER SAUNAFÜHRER  
ESSEN

Kurhaus im Grugapark gGmbH | Lührmannstr. 70 | 45131 Essen

☎ 0201 85610-0 | Fax 0201 85610-99 | info@grugapark-therme.de | www.grugapark-therme.de

**DIE AUSSENANLAGE** Der Garten ist mit vielen unterschiedlich großen Felsformationen gestaltet. Dazwischen Bambus und andere asiatische Pflanzen. Ein Pavillion bietet Schutz vor Sonne und ein Bachlauf, der in einem kleinen See endet, ergänzt die Idylle. Zusätzlich bietet im Sommer eine nicht einsehbare Dachterrasse Möglichkeiten zum Sonnenbaden.

**RUHEMÖGLICHKEITEN** Der Ruhebereich im Innenraum gruppiert sich um einen offenen Kamin. Sitzen Sie lieber direkt am Kamin und wärmen sich die Füße oder genießen Sie gerne den Ausblick in den Garten durch die großen Panoramascheiben? Genügend Liegen sind vorhanden. Den Garten können Sie auch aus dem zweiten Ruheraum betrachten. Vom Garten aus zugänglich, sind die Liegen hier ebenfalls direkt vor großen Panoramafenstern platziert.

**MASSAGEN | SOLARIEN** Massagen und Anwendungen können in der Wellnessabteilung vereinbart werden. Im Sommer gibt es im Außenbereich zusätzlich ein Massagezelt mit einer Liege, auf der Anwendungen im abgeschlossenen Zelt, aber in freier Natur stattfinden. Termine für Massagen sollten im Vorfeld des Besuches telefonisch vereinbart werden.

**GASTRONOMIE** Der Restaurantbereich befindet sich im Badebereich. Es werden leichte Speisen und Salate angeboten.

**ZAHLUNGSVERKEHR** Die Zahlung der Dienstleistungen und des Verzehrs erfolgen in bar.

**PARKMÖGLICHKEITEN** Es gibt die Möglichkeit, in der Nähe des Kurhauses »Blumenhof im Grugapark« zu parken. Folgen Sie der Beschilderung »Kurhaus / Blumenhof«.

