

## Saunabad Niederheid »ERHOLUNG PUR!«

Paul-Thomas-Straße 35 | 40589 Düsseldorf

☎ 0211 821-6428 | [www.baeder-duesseldorf.de](http://www.baeder-duesseldorf.de)

1

DER SAUNAFÜHRER  
DÜSSELDORF



Im »Sportbad Niederheid« erwartet Sie ein großes Angebot. Schwimmer können ihre Bahnen im 25 × 16,5-m-Becken ziehen; die Jüngeren tummeln sich im Nichtschwimmerbecken. Für die Kleinsten steht ein Babybecken mit Rutsche und Pilz bereit. Über einen Ausschwimmkanal von der Halle gelangen Sie direkt ins 4-Jahreszeiten-Aussenbecken. Hier werden Sie von einem Strömungskanal, einem Whirlpool, einer Liegemulde mit Sprudlern und einer Nackendusche verwöhnt. Gesäumt wird das Becken von einer weitläufigen Grünanlage. Schwimmunterricht, Wassergymnastik, Tauchen und Aqua-Jogging runden das Angebot ab.

DAS RESÜMEE

Der etwa 500 m<sup>2</sup> große, helle und freundliche Innenbereich der Sauna wird mit dezentere Entspannungsmusik untermalt. Stimmungsvoll ändert der großzügig angelegte Sternenhimmel ständig seine Farben. Durch große Panoramafenster haben Sie Ausblick auf den rund 800 m<sup>2</sup> großen Sauna-Garten.

DIE GRÖSSE

Am Empfang können Bademäntel und Handtücher geliehen werden. Badeschlappen und Badeutensilien sind käuflich erwerbbar.

DER EMPFANG

Montags geschlossen. Dienstag bis Freitag von 10:00–22:00 Uhr | Samstag, Sonntag und feiertags von 10:00–20:00 Uhr.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

2,5-Stunden-Ticket 11,00 € | Tagesticket 13,00 €.  
Jeweils inklusive Schwimmbadnutzung.

DIE PREISE

Umkleiden können Sie sich in Einzelkabinen.  
Geduscht wird getrennt geschlechtlich.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

**DIE SAUNEN** Vier Kabinen befinden sich im Innenbereich der Anlage. Die Kamin- und die »Banja«-Sauna sind jeweils in einem Blockhaus im Sauna-Garten untergebracht und liegen sich genau gegenüber. Aufgüsse werden in den Intensitäten mild, mittelstark und heiß zelebriert. Dabei werden Aroma- und Fruchtdüfte verwendet. Salz- und Honigaufgüsse gehören, ebenso wie der beliebte »Wenik«-Aufguss in der »Banja«-Sauna, zum Schwitzprogramm.

**DIE AUFGUSS-SAUNA** Der mittig stehende Ofen mit Sauna-Steinen erhitzt die attraktiv mit hellem Holz verkleidete Sauna-Kabine auf 90 °C. Maximal 20 Personen finden Platz rund um den Ofen mit Ausblick zum Innenbereich der Anlage.

**DAS SANARIUM®** In dem leicht aromatisierten und lichtdurchfluteten Raum herrscht ein sehr angenehmes Klima bei 50 °C und ca. 60 % Luftfeuchtigkeit. Große Fensterfronten erlauben gut 30 Personen den Blick zum Sauna-Garten. Wechselndes Farblicht umschmeichelt die Schwitzenden. Ideal zum Start in einen erholsamen Saunatag ...

**DIE TROCKEN-SAUNA** Enorme 90–100 °C liegen in der Luft der sehr schön holzvertäfelten Sauna-Kabine. Etwa 25 Personen finden den Ofen mit Sauna-Steinen hinter einem Holzverschlag. Dezent Entspannungsmusik ist vernehmbar. Hier werden gerne Eistee-Erfrischungen gereicht.

**DIE KAMIN-SAUNA** Etwa 30 Personen können sich dem besonderen Ambiente des knisternden Feuers im stirnseitigen, beträchtlichen Kamin hingeben. Links wie rechts des Kamins erhitzt ein Ofen mit Sauna-Steinen den dezent beleuchteten Raum. 90 °C herrschen in der Sauna mit kleinem Vorraum.



## Saunabad Niederheid »ERHOLUNG PUR!«

Paul-Thomas-Straße 35 | 40589 Düsseldorf

☎ 0211 821-6428 | www.baeder-duesseldorf.de

3

DER SAUNAFÜHRER  
DÜSSELDORF

Die »Banja«-Sauna zeigt sich mit 60 °C sehr milde. Der »Wenik«-Aufguss wird so zu einem sehr verträglichen, angenehmen Erlebnis. Gut 20 Personen verteilen sich auf die links- wie rechtsseitigen Sitzflächen und blicken entweder zum Sauna-Garten oder auf den riesigen, gemauerten Ofen mit Sauna-Steinen.

DIE »BANJA«-SAUNA

Acht Personen werden unter dem Sternenhimmel in bunte Nebelschwaden gehüllt. Der aromatisierte, geflieste Raum ist mit 45° C beheizt. Die Sitzbänke sind bläulich gefliest.

DAS DAMPFBAD



Reichlich Abkühlung bringen eine Schwalldusche, eine Eckbrause, eine Kübeldusche, ein Kneippschlauch und mehrere Kaltbrausen. Sodann geht es ab ins Tauchbecken ... Auch an den Blockhaus-Saunen im Außenbereich ist für kühles Nass gesorgt. Eine Besonderheit ist sicherlich der Eisbrunnen- und Salinen-Raum. Auf unter 10 °C gekühlt bietet er neben Crushed Ice noch eine Mini-Saline. Etwa vier bis fünf Personen finden gegenüber der Saline unter farbigem Sternenhimmel Platz und können die wohltuende, jodhaltige Luft einatmen.

DAS ABKÜHLEN

CRUSHED ICE

Im Sauna-Garten ist ein größeres Becken mit einer Temperatur um die 25 °C gelegen.

DAS WARMBECKEN

Der Sauna-Garten beheimatet einige große Bäume, die von Liegewiesen gesäumt werden. Hochgewachsene Bäume stehen rund um die Anlage verteilt. Im angelegten Zierteich tummeln sich kleine Fische. Eine Holzterrasse schlängelt sich entlang des

DIE AUSSENANLAGE

Hauptgebäudes. Auf zahlreichen Holzliegen mit Auflagen und Decken können Sie es sich bequem machen.

**RUHEMÖGLICHKEITEN**

Der »Raum der Stille« ist in einem Häuschen im Sauna-Garten untergebracht. Über zehn Holzliegen mit gemütlichen Auflagen und Decken mit Ausblick zum Sauna-Garten stehen zur Erholung zur Verfügung. Im schön dekorierten Leseraum mit Leselampen sind weitere Holzliegen mit Auflagen neben vielen Sitzmöglichkeiten an Teakholztischen und -stühlen. Grünpflanzen lockern die Atmosphäre auf.

**MASSAGEN UND  
SOLARIEN**

Freuen Sie sich auf das erweiterte Massageangebot. Sie haben die Wahl zwischen Fitness- Aroma-, Gesichts- oder einer Hawaiianischen Massage; oder gönnen Sie sich eine Heißluftbehandlung.

Drei Hochleistungsbräuner direkt am Eingangsbereich sorgen für den nötigen Teint.

**EVENTS**

Sporadisch werden Mondschein-Sauna und Mitternachts-Sauna mit verlängerten Öffnungszeiten, frischem Essen, textilfreiem Schwimmen, besonderen Aufgüssen und Live-Musik angeboten.

**GASTRONOMIE**

Der edel gehaltene Gastronomiebereich ist mit Holztischen und Holzstühlen aus dunklem Holz bestückt. Serviert werden Ihnen Salatvariationen, Baguettes, Toast, Eierspeisen sowie Fleisch- und Fischgerichte.

**ZAHLUNGSVERKEHR**

Alle in Anspruch genommenen Leistungen werden sofort beglichen.

**PARKMÖGLICHKEITEN**

Unmittelbar an der Anlage finden Sie kostenlose Parkmöglichkeiten.



