



DAS RESÜMEE Eingebettet in das »Landal Eventzentrum« liegt das »Palestra« direkt am Stroombroek See. Im mediterranen Stil gehalten präsentiert sich die ganze Anlage in Erdtönen. Der großzügige Beauty & Body-Bereich ist direkt an die Sauna angeschlossen, so dass Sie während Ihres Saunabesuches zahlreiche Anwendungen genießen können.

DER EMPFANG Den Sauna- und Beauty-Empfang finden Sie gleich links neben dem Eingang. Hier können Sie Handtücher und Bademäntel ausleihen und Slipper kaufen. Die verschiedenen Sorten Peelingsalze, die in der Sauna angeboten werden, können hier ebenfalls für zu Hause gekauft werden.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN DieSauna-Landschaft ist täglich von 10:00–23:00 Uhr geöffnet, das Beauty & Body von 9:30–21:30 Uhr.

DIE PREISE Die Tageskarte kostet 24,00 €.

UMKLEIDEN | DUSCHEN Der gemischte Umkleidebereich ist neu ausgebaut mit ca. 60 Schränken. Als Sitzgelegenheiten werden römische Steinbänke verwendet, die den Stil der gesamten Sauna unterstreichen. Die Reinigungsduschen sind ebenfalls gemischt und mit Duschgel ausgestattet.

Palestra Stroombroek »BEAUTY – SAUNA – HORECA«

Palestra Stroombroek, Sauna, Beauty & Body | Landweerswal 2 | NL-7047 CE Braamt

☎ 0031 314 3998-00 ivp 265444 | www.palestra.nl

167

DER SAUNAFÜHRER
NL – BRAAMT

Im »Palestra« ist der Saunameister »Herr und Meister« in den diversen Saunen. Er beantwortet Fragen zum Saunieren und leitet Rundgänge, zusätzlich ist er auch für die Hygiene und Sicherheit verantwortlich. Mehrmals am Tag hält er verschiedene Aufguss-Rituale mit wechselnden Düften ab, bei denen mit Duftstoffen versetztes Wasser über die Steine gegossen wird, was dem Saunabesuch den besonderen Kick verleiht. Das »Palestra Stroombroek« bietet einzigartige Aloe Vera Aufguss- und Klangschalensitzungen. Aber auch Kokos- und Schokoladensitzungen und vieles mehr werden täglich organisiert.

Das Dampfbad ist blau-weiß gefliest und auf zwei Ebenen angeordnet. Bei 48 Grad und 100 % Luftfeuchtigkeit finden 12 Personen auf den Ebenen Platz. Als Aroma wird dem Dampf Minze beigemischt. In der Nische vor dem Dampfbad ist eine Wärmebank untergebracht, auf der man nach dem Dampfbadbesuch Luft tanken kann.

Der »Scrub-ruimte« ist spiegelverkehrt zum Dampfbad gebaut. In grün-weißer Ausstattung bietet er ebenfalls Platz für 12 Personen auf den zwei Ebenen. In einer Schale steht das Peelingssalz bereit. Das Salz-Aroma wechselt regelmäßig von Lavendel bis Vanille. Nach dem Peeling nehmen Sie auf den warmen Bänken Platz, um das Salz einwirken zu lassen. Danach duschen Sie sich unter der großen Regendusche in der Mitte des Raumes ab.

In dieser Sauna finden 12 Personen Platz. Die Bänke sind auf zwei Ebenen angeordnet. Der Ofen in der rechten Ecke beheizt die Sauna mit 80 Grad. Das Aroma ist ein Kräutergemisch aus Eukalyptus mit Anis.

DIE SAUNEN
AUGUSS-RITUALE

INNENBEREICH:
DAS DAMPFBAD

DER PEELING-RAUM

DIE 80-GRAD-SAUNA



- DIE 90-GRAD-SAUNA** Sie ist direkt neben der 80 Grad Sauna gelegen und man kann diese Sauna durch zwei Türen betreten. Auf der oberen der zwei Ebenen finden Sie ein großes Liegepodest für bis zu 16 Personen. Durch die zwei Fenster hat man von hier einen schönen Blick in den Garten. Insgesamt können bis zu 20 Personen gleichzeitig schwitzen. Als Duft wird Eukalyptus mit Lavendel verwendet.
- DAS KRÄUTERBAD** Das Kräuterbad umfasst zwei Whirlwannen in einem abgeteilten Raum. Es stehen verschiedene Badezusätze zur Auswahl. Wählen Sie zwischen Lavendel, Rosmarin, Thalgo-Badetabletten, Kamille, Johannisbeere, Algen, Melisse und Eukalyptus.



- AUSSENBEREICH:** Der Außenbereich teilt sich in zwei Bereiche. Einem »alten« Bereich mit vier Außen-Saunen, Schwimmbecken, Whirlpool und dem Restaurant sowie einem »neuen« Bereich mit vier Finnischen Hütten (»finse kota«), einem Strandbereich und der Strand-Bar.
- DIE BLOCKHAUS-SAUNA** Die Blockhaus-Sauna fasst bis zu sechs Personen auf zwei Ebenen. Der Sauna-Ofen ist in der Ecke direkt am Eingang aufgestellt und heizt den Raum auf 80 °C. Die Rundstämme des Blockhauses sind auch im Inneren naturbelassen, so dass ein uriges Ambiente entsteht. Als Duft wird in dieser Sauna Zitrone verwendet.
- DIE 70-GRAD-SAUNA** Diese Sauna ist ebenfalls als Blockhaus gebaut und baugleich zur vorher beschriebenen. Auch hier entsteht ein rustikales Ambiente durch die dunkel gefärbten Rundstämme. Mit Platz für sechs Personen auf den zwei Ebenen wird in dieser Sauna als Duft Lavendel verwendet.

Baugleich zur 70- und 80-Grad-Sauna bildet die Bio-Sauna eine optimale Ergänzung. Mit einer gemäßigten Temperatur zwischen 50 und 60 Grad und einer dabei erhöhten Luftfeuchtigkeit von ca. 30–40 % bietet sie zusätzlich eine Farblichttherapie.

DIE BIO-SAUNA

Die Infrarot-Sauna ist in einem riesigen Weinfass untergebracht. An den Wänden befinden sich Holzbänke, auf denen sich sieben Personen niederlassen können. In die Wände des Fasses eingelassen sind Strahler, die als Ergänzung zu denen in der Mitte dienen. Infrarot-Strahlen durchdringen den Körper tief und wirken somit nicht nur Verspannungen in den Muskeln entgegen sondern sind auch wohltuend für die Organe.

DIE INFRAROT-SAUNA

In dieser Finnischen Hütte finden acht Personen Platz. Es gibt nur eine Ebene zum Sitzen. Das Highlight dieser Sauna ist die Musik, die stündlich gewechselt wird. So können Sie die Sauna mehrmals für einen Gang nutzen ohne immer das Gleiche zu hören.

DIE MUSIK-SAUNA

Die Erlebnis-Sauna verdankt ihren Namen den Aufgüssen, die hier stattfinden. Der automatisch ablaufende Aufguss ist sehenswert. Ein großer Lavastein wird in einer Wanne erhitzt und schwenkt dann, über ein Rad getrieben, in eine andere Wanne mit Wasser. Hier wird er zischend abgekühlt, das Wasser verdampft und das Rad schwingt den Lavastein wieder in seine ursprüngliche Stellung zurück, wo er wieder aufgeheizt wird. Die Sauna ist in der größten Finnischen Hütte (»kota«) untergebracht und in zwei Ebenen angelegt, so dass 15 Personen Platz finden.

DIE ERLEBNIS-SAUNA

Diese Sauna wird durch die hohe Luftfeuchtigkeit von ca. 60 % zum einmaligen Erlebnis. Bei 70 Grad Temperatur kommt man so sehr schnell ins Schwitzen, wegen

DIE FEUCHT-SAUNA



der gemäßigten Temperatur aber auf schonende Weise. Auf den Bänken ist Platz für acht Personen.

Im Innenbereich steht ein ganzer Raum zur Abkühlung bereit. Zwei Nebelduschen empfangen den Saunisten direkt beim Eintreten. So wird man schon

DAS ABKÜHLEN

einmal erfrischt, um dann den Gang unter die kalte Dusche einzuleiten. Neben einer Kübeldusche stehen drei temperierbare Duschen zur Verfügung sowie ein in den Boden eingelassenes Tauchbecken. Im Außenbereich zwischen der 80- und 70-Grad-Sauna ist neben den Regenduschen ein weiteres Tauchbecken untergebracht.



DIE WARMWASSER- BECKEN

Das großzügige Fußbecken passt sich mit seiner halben achteckigen Form den Pavillons an. Die andere Hälfte nimmt der Whirlpool ein. Ein zweiter befindet sich im Außenbereich. Das warme Außenbecken lädt mit seinen 14 Metern Länge zum Schwimmen ein. Vor der »Strand-Bar« befindet sich ein zweiter Pool. Hier kann man auf im Wasser eingelassenen Liegen seinen Cocktail genießen.

DIE AUSSENANLAGE

Der Sauna-Garten ist im römisch-griechischen Stil gestaltet. Mit vielen Statuen und Säulen wird das mediterrane Ambiente unterstrichen. Die Liegen sind in kleinen Gruppen zwischen den zahlreichen Büschen und Blumen arrangiert, so dass man immer ein kleines lauschiges Plätzchen ohne unmittelbaren Sichtkontakt zu den anderen findet. Zwei Teiche vervollständigen das gelungene Ambiente.

Der neu gestaltete Bereich besticht durch den Strandbereich. Relaxen Sie im Liegestuhl und »wühlen« Sie mit den Füßen im Sand – ganz wie im Urlaub. Die insgesamt vier Finnischen Hütten sind gleich daneben wie ein kleines Dorf aufgebaut.

RUHEMÖGLICHKEITEN

Die Ruhemöglichkeiten sind vielfältig. Das Restaurant bietet Ledercouchen, in kleinen Gruppen angeordnet, zum Lesen und Kaffeetrinken an. Kamine fehlen natürlich auch nicht. Oder lieben Sie die Ruhe? Dann legen Sie sich auf die Wassermatratzen im Berberzelt. Hier kann man auch ein kleines Nickerchen machen. Durch die Tücher und

Die Gutscheine für Ihren Saunabesuch

Gültig sind nur Gutscheine, die vom **SAUNA-BETREIBER** aus dem Buch herausgetrennt werden!

233

DER SAUNAFÜHRER

GUTSCHEINE

1-PERSONEN-GUTSCHEIN Palestra Stroombroek, NL - Braamt

Gegen Abgabe dieses Gutscheines, der nur von uns aus dem Buch herausgetrennt werden darf, gewähren wir Ihnen einmalig am Einlösungstag einen kostenlosen Aufenthalt von **einem Tag für eine Person** in unserer Anlage.

Speisen und Getränke sowie andere kostenpflichtige Zusatzleistungen sind nicht Bestandteil dieses Gutscheines.

Dieses Angebot ist nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.

Bitte reservieren Sie vorab!

Die Barauszahlung des Gutscheines ist ausgeschlossen!

NL-0019

PALESTRA

STROOMBROEK

LANDWEERSWAL 2

NL-7047 CE BRAAMT

☎ 0031 314 3655-00

MAXIMAL-
WERT: **24,00 €**

DIESER GUTSCHEIN
IST GÜLTIG BIS ZUM
1. 11. 2011

DATUM DER EINLÖSUNG, BUCHUNGSVERMERKE