



DAS RESÜMEE Hannoversch Münden ist eine historische Stadt nördlich von Kassel. Hier finden Sie nicht nur eine malerische Altstadt und herrschaftliche Gebäude, sondern auch die Stelle, wo sich die Flüsse Fulda und Werra zur Weser vereinigen. Ganz in der Nähe ist der Gesundheitspark »balance« ein modernes Fitness- und Wellness-Center. Vor Ort stellen Ihnen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gerne das umfassende Aktiv-Programm des Fitness-Clubs vor, zum Beispiel das neuartige, chipkartengesteuerte Training zur Aktivierung des Stoffwechsels. Das breitgefächerte Kursangebot geht von Step Aerobic über Body Pump und Cycling bis hin zur Wirbelsäulengymnastik.

DER SAUNABEREICH Ein besonderes Erlebnis ist die »Lapland-Sauna«, die im Oktober 2009 erweitert wurde. Hier finden Sie auf 500 m² Fläche fünf Schwitzräume in gemütlichem Ambiente – Sauna und Wellness auf höchstem Niveau!

DER EMPFANG In der naturnah gestalteten Empfangshalle plätschert ein Bachlauf zwischen Banenstauden, dahinter können Sie es sich in der roten Sofaecke gemütlich machen. An der Rezeption erhalten Sie den Schlüssel für Ihren Schrank.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN Montag von 15:30–21:45 Uhr | Dienstag von 9:30–21:45 Uhr | Donnerstag von 16:30–21:45 Uhr | Freitag von 11:00–21:45 Uhr | Samstag von 14:00–18:45 Uhr | Sonntag und feiertags von 10:00–16:45 Uhr (im Sommer: 9:00–13:45 Uhr).
Damen-Sauna: Mittwoch von 8:30–21:45 Uhr | Donnerstag von 13:30–16:30 Uhr.

DIE PREISE Tageskarte 13,00 €. Für Fitnessclub-Mitglieder ist die Sauna inklusive.

UMKLEIDEN | DUSCHEN Die Umkleieräume und Duschen werden von Frauen und Männern getrennt genutzt. Es stehen für die Sauna- und Fitnessgäste etwa 150 große, komfortable Schränke zur Verfügung.

Lapland-Sauna »ENJOY THE NORTH«

Lapland-Sauna im Balance Gesundheitspark | Vor der Bahn 61 | 34346 Hann. Münden

☎ 05541 4286 | www.balance-gesundheitspark.de

111

DER SAUNAFÜHRER
HANN. MÜNDE

Die geräumige Sauna ist mit hellem, naturbelassenem Schwartenholz ausgekleidet. Durch das Fenster bietet sie einen schönen Blick in den Garten. Bei 90 °C und 10 % Luftfeuchtigkeit erleben hier bis zu dreißig Gäste die regelmäßigen Aufgüsse.

In der »Sauna der Sinne« werden Sie bei 50 °C und 25 % Luftfeuchtigkeit mit Düften und Musik verwöhnt. In dem verwinkelt angelegten Raum finden bis zu zehn Personen Platz.

Ein Hinterbank-Ofen mit Verdampfer erwärmt das Sanarium® auf milde 75 °C und 30 % Luftfeuchtigkeit. Die Deckenleuchte taucht den Raum in wechselnde Farben.

50 °C und reichlich Wasserdampf erwarten Sie hier – eine Wohltat für die oberen Atemwege. Besonders angenehm ist die Verbindung mit »Rasul«-Schlämmen oder Natur-Körperpeelings für eine zarte Haut.

Offen gestaltet und mit edlem schwarzen Marmor ausgekleidet ist der »Hamam«-Bereich. Probieren Sie zur Entspannung die traditionelle türkische Seifenbürstenmassage aus – ein wirkliches Wohlfühlerlebnis.

Eine Besonderheit ist die Außen-Sauna, die in einem rot gestrichenen, hölzernen Bauwagen untergebracht ist. Am Wochenende und zu Events werden hier bei 90 °C Aufgüsse für bis zu zehn Teilnehmer durchgeführt. Dieses Vergnügen können Sie auch zu Hause erleben. Es ist nämlich möglich diese mobile Sauna stundenweise zu mieten; mit dabei sind erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Erkundigen Sie sich am Empfang nach dieser einzigartigen Möglichkeit.

DIE SAUNEN

INNENBEREICH:

DIE FINNISCHE SAUNA

DIE KRÄUTER-SAUNA

DIE FARBLICHT-SAUNA

DAS

AROMA-DAMPFBAD

DER »HAMAM«

AUSSENBEREICH:

DIE MOBILE SAUNA



Eine schön gekachelte Duschgrotte mit zwei regelbaren Brausen, einer Kaltdusche und einem Kneippschlauch sorgen für die nötige Abkühlung nach dem Saunagang. Für die längere Erfrischung können Sie ein hochgelegtes, kühles Außenbecken nutzen, das genügend Platz zur Bewegung bietet. Eine kalte

DAS ABKÜHLEN

Außen Dusche komplettiert die Abkühlmöglichkeiten. Zwei hölzerne Fußkübel stehen für Wechselbäder nach der Kneipp'schen Lehre zur Verfügung.

DAS KNEIPPEN

- DIE AUSSENANLAGE** Der schön gestaltete, gekieste Sauna-Hof lädt mit einem Dutzend Liegestühlen zum Verweilen ein. Ein zentraler Punkt ist die offene Feuerstelle unter einem Pavillon. Auf den Bänken lässt es sich herrlich plaudern, oder schauen Sie einfach ins offene Feuer und genießen ... Während der Events gibt es hier Leckereien vom Grill.
- RUHEMÖGLICHKEITEN** Ein separater Schlafraum lädt Sie mit fünf Polsterliegen und einer Kuschel-Insel zum Schlummern ein.
- WELLNESS | MASSAGEN** Die Wellness-Abteilung bietet unter anderem verschiedene Massagen, Pilates und Ganzkörper-Packungen. Terminvereinbarungen bitte unter www.balance-gesundheitspark.de oder www.aktiv-spa.de. Ein modernes Solarium sorgt dafür, dass Sie Ihre knackige Urlaubsbräune das ganze Jahr über pflegen können.
- SOLARIEN**
- EVENTS** Jeden ersten Donnerstag im Monat dürfen Sie sich auf ein Sauna-Event freuen. Verwöhnt werden Sie mit Meditations- sowie Russischen Birken-Aufgüssen.
- GASTRONOMIE** Die gemütliche Sauna-Bar ist mit edlen »Kelo«-Hölzern vom Nordpolarkreis ausgestattet. Es ist wunderschön, im angrenzenden Wintergarten, mit Blick auf den Saunagarten und die Feuerstelle zu verweilen. Im Sommer können Sie Ihre Erfrischungsgetränke auch auf der Terrasse einnehmen.
- ZAHLUNGSVERKEHR** In der Gastronomie können Sie Ihren Verzehr auf die Schlüsselnummer buchen lassen und erst beim Austritt bezahlen.
- PARKMÖGLICHKEITEN** Direkt an der Anlage befinden sich ausreichend kostenlose Parkplätze.



Die Gutscheine für Ihren Saunabesuch

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

155

DER SAUNAFÜHRER
GUTSCHEINE

VARIO-GUTSCHEIN[®] Lapland-Sauna, Hann. Münden

Gegen Abgabe dieses Gutscheines, der nur von uns aus dem Buch herausgetrennt werden darf, erhalten Sie beim Kauf einer Eintrittskarte **für einen Tag** (Gutscheinwert) einen **kostenlosen Aufenthalt, gleichwertig oder günstiger, für Ihre Begleitperson** in unserer Anlage. **Oder** Sie besuchen unsere Anlage **alleine** und wir gewähren Ihnen auf den Eintrittspreis einen **Rabatt von 50% des Gutscheinwertes**.

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

Die Barauszahlung des Gutscheines ist ausgeschlossen!

DATUM DER EINLÖSUNG, BUCHUNGSVERMERKE

BW-0050

LAPLAND-SAUNA
VOR DER BAHN 61
34346 HANN. MÜNDEN
☎ 05541 4286

MAXIMAL-
WERT: **13,00 €**
VARIOWERT: 6,50 €

DIESER GUTSCHEIN
IST GÜLTIG BIS ZUM
1. 11. 2011