



**DAS RESÜMEE** In Hamburgs Süden gibt es eine außergewöhnliche Freizeiteinrichtung: Harmonisch in das Naturschutzgebiet am »Außenmühlenteich« eingefügt, finden Sie das »MidSommerland«. Die Bad- und Sauna-Anlage ist durchgehend thematisiert und bietet »ein Stück Schweden« für die ganze Familie und für Saunagäste.

In der Badanlage erleben Sie echte Wasserabenteuer. Die Rutschpartie im Wildwasserbach über reißende Stromschnellen verlangt viel Geschick. Im Erlebnispool schwimmen Sie gegen den Strom oder durchtauchen die Wasserwirbel. Bade-Abenteuer für die Jüngsten gibt es im neuen »Wikiland« mit Wikingerschiff, Kindergeburtstagsraum und weiteren Attraktionen. Außerdem kann man das ganze Jahr hindurch mit Blick auf den See in freier Natur schwimmen oder in der »Varmland-Therme« mit Sprudelliegen, Schwallduschen und Massagedüsen entspannen.

**DER SAUNABEREICH** Im Sauna-Dorf garantieren sechs Schwitzräume plus »Salionarium« das typisch nordische Sauna-Vergnügen. Bis auf das »Kelo«-Haus sind sämtliche Gebäude als Blockbohlen-Holzhäuser in fröhlichen, schwedentypischen Farben ausgeführt. Im »MidSommerland« ist Schweden eben nur einen Katzensprung von Hamburg entfernt. Gehbehinderte finden sich im Schwitzbereich gut zurecht, alles ist behindertengerecht ausgestattet. Für Raucher gibt es einen regengeschützten Pavillon im Garten.

**DER EMPFANG** Vom Foyer aus hat man schon einen sehr schönen Blick über die Badelandschaft in der darunterliegenden Etage. Bei Bedarf können Sie hier Bade- und Sauna-Utensilien kaufen.

**DIE ÖFFNUNGSZEITEN** Täglich von 10:00–23:00 Uhr. Frauen-Saunatag: jeden Mittwoch.  
Mitternachts-Sauna vom 1. 9.–30. 4. jeden 1. Samstag im Monat bis 2:00 Uhr.

3 Stunden 14,40 € | Tageskarte 15,70 €. In der Zeit vom 1.9.–30.4. Samstag, Sonntag und feiertags 3 Stunden 15,50 € | Tageskarte 17,50 €. Preise inklusive Bad- und Thermenutzung. Mitternachts-Sauna 19,50 €.

Mit der Bäderland Multi-Card gibt es bis zu 18% Ermäßigung. EC-Kartenzahlung möglich. Stand November 2009, Änderungen vorbehalten.

Die Saunaumkleide wird von Frauen und Männern gemeinsam genutzt, die Duschen sind nach Geschlechtern getrennt.

Hier kommen Sie auf die traditionell finnische Art zum Schwitzen. Der Blockbohlen-Raum mit drei Bankstufen wird von einem mächtigen Eckofen sowie einem zusätzlichen Wandofen auf rund 85 °C erhitzt. Jeweils zur vollen Stunde (von 11:00–22:00 Uhr) werden hier die Aufgüsse für bis zu 40 Personen durchgeführt.

Neu gestaltet wurde die »Schwitz-Stuga«. Die Wände sind mit tibetanischen Salzsteinen gemauert, denen man eine positive Wirkung auf Körper und Seele nachsagt. Ein Kugelbrunnen wurde als zusätzlicher Blickfang eingebaut. Bei 50 °C entspannen Sie herrlich auf der umlaufenden Granitbank. Die maximal 20 Gäste können fünfmal täglich den kostenlosen Salzpeelings oder Honig-Anwendungen beiwohnen.

Zentrale Attraktion der »Kamin-Stuga« ist der gläserne Kaminofen, in dem flackerndes Feuer eine mystische Stimmung erzeugt. Bei angenehmen 50–60 °C werden regelmäßig automatische Aufgüsse durchgeführt. Bis zu 40 Saunafreunde kommen so auf den breiten, kreisrund erbauten Sitzbänken sanft ins Schwitzen.

In blaues Licht getaucht ist die »Dampf-Stuga«. Die Temperatur beträgt 45–50 °C, die Luft ist mit Wasserdampf gesättigt.

DIE PREISE

UMKLEIDEN | DUSCHEN

DIE SAUNEN

INNENBEREICH:

DIE FINNISCHE SAUNA

DIE SALZSTEIN-SAUNA

DIE KAMIN-SAUNA

DAS DAMPFBAD



**DAS »SALIONARIUM«** Eine Wohltat für die Bronchien ist die Sole-Sauerstoffkabine. Für 5,00 € Aufpreis können es sich hier ein oder zwei Personen gemütlich machen. Der abgeschlossene Raum steht ihnen dann für eine halbe Stunde zur Verfügung. Milde Infrarot-Wärme unterstützt dabei das Wohlbefinden bei etwa 40 °C.

**AUSSENBEREICH:**

**DIE SEE-SAUNA** Direkt am Ufer des Außenmühlenteiches wurde die »See-Stuga« errichtet. Jeweils um »Viertel nach« (von 12:15–21:15 Uhr) werden hier bei 100 °C Aufgüsse durchgeführt. Daran können bis zu 20 Personen auf drei breiten Bankstufen mit Blick auf den See oder die Terrasse teilnehmen.

**DIE »KELO«-SAUNA** Der Meditation gewidmet ist die »Kelo-Stuga«. Sie wurde komplett aus den silbrig schimmernden Rundstämmen der Nordpolar-Kiefer gezimmert. Automatische Aufgüsse erfolgen bei 80 °C jeweils zur halben Stunde auf dem großen Zentralofen. Bis zu 50 Saunafreunde werden dabei mit leiser Musik verwöhnt.

**DAS ABKÜHLEN** Die Kaltgrotte bietet ein breites Spektrum an Kneipp'schen Anwendungen von Schwall- oder Eimerdusche über erfrischende Rundum-Brausen und Kneippschläuche bis hin zu wechselwarmen Duschen. Weitere Kaltduschen und Kneippschläuche befinden sich neben dem Kalttauchbecken sowie bei der »See-Stuga«.

**DAS KNEIPPEN** Zusätzlich können Sie im textilen Thermengarten den Kneipp-Kieselbach nutzen. Sechs hölzerne Kübel stehen für die warmen und kalten Fußbäder bereit.

**DIE AUSSENANLAGE** Freuen Sie sich auf 6.000 m<sup>2</sup> Natur! Alte Baumriesen mischen sich mit dichtem Buschwerk, einem Seerosenteich und der Streuobstwiese. Von einem sanften Hügel abfallend geht das Gras bis fast an den großen Außenmühlenteich. Schwimmen dürfen Sie in dem Gewässer nicht, da es Naturschutzgebiet ist, aber Sie haben von den Liegedecks aus einen herrlichen Blick über den See.



## MidSommerland »DAS SCHWEDISCHE SAUNAERLEBNIS ...«

Gotthelfweg 2 | 21077 Hamburg-Harburg

☎ 040 188890 | [www.baederland.de](http://www.baederland.de)

267

DER SAUNAFÜHRER  
HAMBURG-HARBURG

Im Innenbereich ist die Ruhe- und Kommunikationsecke mit einem Dutzend bequemer Liegen direkt vor der Kamin-Sauna. Gleich nebenan befindet sich die »Ruhe-Stuga«, ein Schlafraum mit ebenfalls zwölf Polsterliegen und Wolldecken. Im Außenbereich steht ein weiteres Ruhehaus, wo Sie außer einem Ruheraum auch einen Schlafraum mit fünf Baldachin-Wasserbetten genießen können. Seit Oktober 2009 ergänzt ein weiteres doppelstöckiges Schwedenhaus mit Kaminzimmer und Seeblick die Ruhebereiche. An Sonntagen ist es wunderschön, sich im weitläufigen Sauna-Garten oder direkt am See auf einem der vielen Teakholz-Liegestühle mit bequemen Auflagen zu entspannen. Oder genießen Sie in einer sanft schaukelnden Hängematte den Tag oder den Abend auf der Veranda.

RUHEMÖGLICHKEITEN

Wellness- und klassische Sport-Massagen erhalten Sie im Massageraum gleich links am Sauna-Eingang. Das Massageteam steht Ihnen nach telefonischer Voranmeldung (040 764290-00) oder Termin-Eintrag in die Buchungsliste gerne zur Verfügung. Für die durchgehende Urlaubsbräune sorgt die Sonnenbank bei den Umkleiden, zwei weitere Solarien befinden sich direkt am Übergang in die Badelandschaft.

WELLNESS | MASSAGEN

SOLARIEN

An jedem ersten Samstag im Monat, in der Zeit vom 1. 9. – 30. 4., können Sie im »Mid-Sommerland« die Mitternachts-Sauna bis 2:00 Uhr morgens erleben.

EVENTS

Preiswerte Speisen und Getränke erhalten Sie im Bistro (Textil-Bereich).

GASTRONOMIE

Innerhalb der Bad- und Sauna-Anlage werden alle Leistungen in bar beglichen.

ZAHLUNGSVERKEHR

Über 100 kostenlose Parkplätze befinden sich direkt vor dem Bad. Vergessen Sie nicht, sich den vierstelligen Ausfahr-Code zu merken, der am Ausgangs-Drehkreuz angeschrieben ist.

PARKMÖGLICHKEITEN



268

DER SAUNAFÜHRER  
HAMBURG-HARBURG

## MidSommerland »DAS SCHWEDISCHE SAUNAERLEBNIS ...«

Gotthelfweg 2 | 21077 Hamburg-Harburg

☎ 040 188890 | www.baederland.de

### 1-PERSONEN-GUTSCHEIN MidSommerland, Hamburg

Gegen Abgabe dieses Gutscheines, der nur von uns aus dem Buch herausgetrennt werden darf, gewähren wir Ihnen einmalig am Einlösungstag einen **Rabatt von drei Euro für eine Person** auf den Eintrittspreis in unsere Anlage. **Der Gutschein-Rabatt ist nicht mit der Bäderland Multi-Card kombinierbar.**

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

**BW-0050**

MIDSOMMERLAND

GOTTHELFWEG 2

21077 HAMBURG

☎ 040 188890

MAXIMAL-  
WERT: **3,00 €**

**Die Barauszahlung des Gutscheines  
ist ausgeschlossen!**

DATUM DER EINLÖSUNG, BUCHUNGSVERMERKE

**DIESER GUTSCHEIN**

**IST GÜLTIG BIS ZUM**

**1. 11. 2011**

### MidSommerland, Hamburg

Raum für Notizen des Sauna-Betreibers

Notizenbereich mit horizontalen gestrichelten Linien für den Sauna-Betreiber.