



Saunagenuss pur – erleben und genießen

Kristall-Sauna 95 °C

Besonders beliebt bei Spezial-Aufgüssen. Der Bergkristall hat vorbeugende und reinigende Eigenschaften auf Blut, Arterien und Herzkranzgefäße.

Rosenquarz-Sauna 100 °C

Dem Rosenquarz sagt man sehr viele Heilwirkungen nach. Ein Aufguss in dieser Sauna versorgt Herz und Blut mit ausreichend Sauerstoff. Laut Hildegard von Bingen erfrischt der Rosenquarz das Blut und sorgt für Vitalität.

Edelstein-Amethyst-Sauna 70 °C

mit Lichttherapie

Ideal für Anfänger und zum Baby-Saunieren. Besonders entspannend, hilft bei stressbedingten Verspannungen und steigert die Konzentrationsfähigkeit. Der große Amethyst setzt nach der Heilslehre der Hildegard von Bingen positive Schwingungen frei.

Heu-Sauna 80 °C

Heuduft verbreitet sich intensiv in der Sauna und wirkt wohltuend. Ideal geeignet bei Schlafstörungen. Die Heublume enthält die meisten ätherischen Öle und ist eine medizinische Grundsubstanz in der Naturheilkunde.

Zitronen-Sauna 85 °C

Sie erfrischt den Körper durch den hohen Vitamin-C-Gehalt, beugt Erkältungen vor, stärkt die Abwehrkräfte, mobilisiert das Immunsystem und führt zu allgemeinem Wohlbefinden. Der Zitronenduft regt den Geist an, stärkt das Gedächtnis und fördert die Konzentration.

Eukalyptus-Sauna 90 °C

Benannt nach dem immergrünen Baum, der seine Heimat in Australien hat. Das ätherische Öl wird mittels Wasserdampf-Destillation der Blätter und Zweige gewonnen, es reinigt die Atemwege und bietet Schutz vor Erkältungen. Eukalyptus fördert die Sauerstoffversorgung der Zellen.

Kristall Kur- & Gradier-Therme · Tel. 03 87 91/80 88-0

Am Kähling 1 · 19336 Bad Wilsnack · info@kristalltherme-bad-wilsnack.de
www.kristalltherme-bad-wilsnack.de · www.kristallbaeder.de

Dom 85 °C

In unserer Mega-Sauna Dom finden bis zu 200 begeisterte Saunafans Platz. Vier Saunaöfen sorgen für die gleichmäßige Raumtemperatur. Ein Panoramafenster ermöglicht den Blick in die Weite der Natur – Grün so weit das Auge reicht – beflügelt die Seele beim Saunieren. Hier wird auch unser beliebter Salz-Aufguss zelebriert. Der Salz-Aufguss ist mit einer Peeling-Zeremonie zu vergleichen und dauert mehrere Saunagänge an. Das Salz-Peeling entfernt die abgestorbenen Hautschüppchen mit dem Ergebnis einer weichen und reinen Haut. Durch das Einreiben der Haut mit Salz wird die Durchblutung gefördert. Man verliert beim Salz-Aufguss gegenüber anderen Sauna-Aufgüssen die 2- bis 3-fache Menge mehr an Flüssigkeit, dadurch findet eine optimale Entschlackung statt.

Kaffee-Stübchen-Sauna 90 °C

Der warme und besinnliche Duft von frischem Kaffee steigert nicht nur die Aufmerksamkeit und Konzentration, sondern vertreibt auch Schläfrigkeit und wirkt sich positiv auf die Psyche aus. Die mentale und psychische Leistungsfähigkeit wird durch den aromatischen Duft erhöht und anfallende Aufgaben können leichter ausgeführt werden.

Salzdampfbad Bärenhöhle & Dampfbad Nebelhöhle je 45 °C

Verschiedene Düfte kommen bei angenehmen Temperaturen und einer hohen Luftfeuchtigkeit zwischen 80 und 100 % zur Wirkung. Im Salzdampfbad wird Natursole-Heilsalz durch ein besonderes Verfahren in die Luft zerstäubt. Die wohlig angenehme Atmosphäre sorgt für Entspannung und Wohlbefinden. Feuchte Wärme sorgt für eine gute Durchblutung der Gefäße und die Muskeln entspannen sich.

