

Besuch der Kristall-Therme in Ludwigsfelde

(J. Stendel, 31.10.2012)

Bei durchwachsenem Herbstwetter nahmen wir die vom Vorstand des Vereins gespendeten

Gutscheine zum Besuch der Therme nun endlich in Anspruch. Es wurde ein bleibendes angenehmes Erlebnis dieser sehr sinnvoll gestalteten Bade- und Saunawelt. Mehrere warme und kühlere Innen- und ein Außenbecken mit Strudel und teilweise Salzsole standen bereit.

Es war für uns ein Vergnügen, die etwa 8 verschiedenen Innen- und 6 Außensaunen zu sehen und zu benutzen. Natürlich fanden wir genügend Liegen zum Ausruhen und ein SB-Restaurant für das leibliche Wohl.

Für alle interessierten FKK-Freunde sei erwähnt, dass hier alles textilfrei abläuft. Lediglich im Sportschwimmbecken in einer Nebenhalle war Badebekleidung gefragt. Also auch in diesem Sinne kaum Zwang!

Nicht zuletzt, wie durch ein Wunder, trafen wir den früheren Sportfreund Bernd Paul nebst Gattin im Ruhebereich wieder. Sie hatten im Bmb. Bergland hin zur kleinen Wiese ihre Hütte neu errichtet, als die Kiefern noch recht klein waren.

Also alles in allem, besonders wenn man sich Zeit lässt, ein erholsamer und zufrieden stellender Tag, den man jedem empfehlen kann.

(Siehe auch www.kristall-saunatherme-ludwigsfelde.de).

KRISTALL Saunatherme Ludwigsfelde

Onlineshop | Aktuell | Baderverbund | Infos | Kontakt | Newsletter | Impressum | Jobs | Suche

HOME | THERME | SAUNAWELT | WELLNESS | GASTRONOMIE | EVENTS | FOTOS | Downloads

Willkommen in der Saunawelt

Saunawelt

Unsere Saunen

Sauna Highlights

Aufgussprogramm

Unsere Saunen und deren Wirkungsweise:

Amethyst-Sauna
90 °C
Wirkt besonders entspannend, hilft bei Migräne und stressbedingten Verspannungen. Steigert die Konzentrationsfähigkeit, aktiviert das Bindegewebe, hilft Feuchtigkeit besser zu speichern. Wirkt im Hals- und Rachenbereich heilsam, empfehlenswert bei Bronchitis und Asthma.

Bergkristall-Sauna
95 °C
Wirkt harmonisierend. Linderung von Magen-Darm-Erkrankungen, Reaktivierung von gefühllosen oder tauben Körperstellen, Stabilisierung von Blutdruck und Kreislauf. Weiterhin wirkt ein Spezialaufguss in der Bergkristall-Sauna ausgleichend auf die Produktion von weißen und roten Blutkörperchen und erzielt dadurch eine Beruhigung des gesamten Nervensystems. Linderung von Kopf-, Rücken- und Gliederschmerzen, sowie Bandscheibenerkrankungen.

Eukalyptus-Sauna
85 °C
Benannt nach dem immergrünen Baum, der seine Heimat in Australien hat. Er ist die einzige Futterpflanze des Koala. 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. Wirkt Krankheiten wie z.B. Heuschnupfen, Diabetes, Migräne und unreiner Haut positiv entgegen.

Heu-Sauna
80 °C
Heuöl verbreitet sich intensiv in der Sauna und wirkt wohltuend bei rheumatischen Beschwerden. Fördert die Durchblutung der Haut und lindert Gallen-, Nieren- und Blasenbeschwerden. Ideal geeignet bei Schlafstörungen. Die Heublume enthält die meisten ätherischen Öle und ist eine medizinische Grundsubstanz in der Naturheilkunde.

Hildegard von Bingen-Sauna



Kristall-Saunatherme Ludwigsfelde

Gesundbaden in traumhaftem Ambiente

