



Die »Barbarossa-Thermen« sind zum einen nach dem römischen Badeprozedere der Schwitzbäder (Thermen) benannt und zum anderen nach Kaiser Friedrich »Barbarossa«, der diese Badetradition – am Gründungspunkt der Stauferdynastie, 1.000 Jahre nach den Römern – wieder aufleben ließ.

DAS RESÜMEE

Die »Barbarossa-Thermen« bieten ein Angebot, das jeden Gast verzaubern kann: Die exklusive Wellnessoase mit Wohlfühl-Arrangements und einer herrlichen Außenanlage, die Badearena mit einem auf 27 °C temperierten Schwimmerbecken mit 1-, 3- und 5-Meter-Sprunganlage, dem warmen Erlebnisbecken mit Rutsche, Massage-düse, Wassergymnastik und Bodensprudler sowie die weithin gerühmte Saunawelt mit drei verschiedenen Saunen, einem Eisbrunnen und zwei Blockhaus-Saunen mit besonderer Atmosphäre im Sauna-Garten. Der Gesundheitspark ist der vierte große Bereich und umfasst alle Massage-Anwendungen, die dem Körper vollkommene Entspannung bieten.

Die Wellness- und Sauna-Landschaft erstreckt sich auf 1.200 m<sup>2</sup>, dazu kommen mit 2.000 m<sup>2</sup> der schöne Sauna-Garten und der großzügig angelegte Wellnesspark mit Licht- und Wasserspielen.

DIE GRÖSSE

Von hier aus erreichen Sie die vier Bereiche. Hier kann der Gast Sauna-Handtücher und Bademäntel ausleihen oder erwerben.

DER EMPFANG

Täglich von 8:00–22:00 Uhr | Freitag und Samstag bis 23:00 Uhr.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag und Donnerstag ist die separate »Sauna-Lounge« den Damen vorbehalten, freitags den Herren. Bei der Beschreibung der Saunawelt erfahren Sie mehr zum Thema »Sauna-Lounge«.

**DIE PREISE** Tageskarte 14,50 € (Happy-Monday-Tarif 12,50 €), Rückerstattung bei Aufenthalt unter 4 Stunden 2,00 €, unter 2 Stunden 4,00 €.

Beim Eintritt hinterlegen Sie zusätzlich 5,00 € als Transponderpfand. Der Transponder dient als Schlüssel und Zahlungsmittel in den »Barbarossa-Thermen«.

**DAS UMKLEIDEN** Damen und Herren kleiden sich in getrennten Bereichen um. Es stehen im Saunabereich jeweils 80 Schränke zur Verfügung. Weitere Umkleidemöglichkeiten sind vorhanden.

**DIE SAUNEN** Fünf Saunen, das Kristall-Nebelbad sowie die »Sauna-Lounge« warten auf Ihren Besuch. Unter der Rubrik »Wellnessoase« beschreiben wir die zahlreichen Bade- und Massage-Angebote sowie die Irisch-Römische Badeoase separat.

**DIE »SAUNA-LOUNGE«** Die »Sauna-Insel« für ein spezielles Saunavergnügen abseits der Allgemeinheit. Dort laden eine Finnische Sauna, ein Außenbereich mit Tauchbecken sowie Erlebnisduischen im Innenbereich zum Verweilen ein. Die »Sauna-Lounge« steht dienstags und donnerstags nur für Damen, freitags nur für Herren, samstags und sonntags für alle bereit. Montags und mittwochs kann diese Einheit gegen Zuzahlung von 10 € für vier Stunden individuell unter 07161 60688-106 gemietet werden.

**DIE KRÄUTER-SAUNA** Kreislaufschonende Sauna (60 °C) mit beruhigendem Klang- und Lichtspiel. Die Kräuter-Sauna hat eine belebende Wirkung.

**DIE FRÜCHTE-SAUNA** Die klassische Saunavariante (95 °C) im Innenbereich mit wechselnden fruchtigen Aufgüssen zur Vitalisierung.

**DAS KRISTALL-NEBELBAD** Das Kristall-Nebelbad ist ein angenehmes Schwitzbad mit idealer Kombination von Wärme (43 °C – 48 °C) und fast 100 % Luftfeuchtigkeit.





Der eingeatmete Dampf wirkt in befreiender Weise direkt auf die Atemwege und Bronchien. Auf der Haut öffnet und reinigt der Dampf die Poren. Die Haut wird dadurch weich und rein.

Höhepunkt im Außenbereich sind die beiden Blockhaus-Saunen aus 100 Jahre altem und herrlich duftendem Holz. Diese Saunen vermitteln eine Atmosphäre wie in Finnland.

Der größere Schwitzraum ist für etwa 30 bis 35 Personen als Erlebnis-Sauna konzipiert.

Der Sauna-Ofen ist ummauert und in eine massive Steinwand integriert. Durch diese Kombination ist ein

DIE BLOCKHAUS-  
SAUNEN

hoher Wärme-Strahlungsanteil garantiert.

Der Aufguss wird – im stündlichen Wechsel mit der Früchte-Sauna innen – alle zwei Stunden zelebriert.

Der zweite Sauna-Raum im Blockhaus ist eine gemütliche Finnische Sauna, beheizt auf 95 °C (und einer geringen Luftfeuchtigkeit von 5 bis 10 %). 12 bis 15 Gäste finden hier Platz, der Ofen ist ebenfalls mit massiven Steinen ummauert.

Dieser Bereich, mit warmem Entspannungsbecken mit Massageliegen und -düsen sowie Bodenblubber, ist integriert in eine herrliche Sonnenterrasse. Selbstverständlich gibt es nach heißen Saunagängen auch ein Kaltbecken.

DER SAUNA-GARTEN

Die Wellnessoase bietet Ihnen ein türkisches »Hamam«, ein orientalisches Rasulbad, ein griechisches Softpack, eine Irisch-Römische Badeoase, Anwendungen wie Lomi Lomi Nui, Ayurveda, Klangschalen-Massage, Hot Stone sowie Osteopathie-Elemente und vieles mehr. Hier kann man die Seele baumeln lassen und den Alltagsstress abstreifen.

DIE WELLNESSOASE

**DAS ABKÜHLEN** Kaltduschen finden Sie im Innenbereich mit Düsen- und Schwallduschen, aber auch Kneippschläuche sowie eine Kübeldusche. Im Blockhaus sowie im Außenbereich befinden sich weitere Gelegenheiten zum Duschen.

**DER EISBRUNNEN** Im Saunabereich steht Ihnen der Eisbrunnen mit Crushed Ice zur Verfügung. Es ist ein fantastisches Gefühl, die Haut mit Eis einzureiben und dann in eine heiße Finnische Sauna zu gehen.

**KALTBECKEN** Im Außenbereich finden Sie ein Tauchbecken, im Innenbereich stehen Ihnen Wechselbäder (Kalt- und Warmbecken) zur Verfügung. Der Wechsel zwischen warm und kalt wirkt sehr Kreislauf anregend.

**DAS KNEIPPEN** Gegenüber den Wechselbädern haben Sie die Möglichkeit, auf gewärmten Bänken sitzend Kneipp-Wechselfußbäder zu genießen.

**DAS ENTSPANNUNGSBECKEN** Die Saunawelt bietet neben jeder Menge Möglichkeiten zum Abkühlen auch ein wunderschönes Entspannungsbecken unter freiem Himmel mit Massageliegen und Bodenblubber. In der Wellnessoase kommen Sie durch einen Schwimmkanal auch in ein warmes Entspannungsbecken mit 32 °C Wassertemperatur. Auf den Massageliegen können Sie unter freiem Himmel herrlich entspannen. Der Bodenblubber ist eine weitere Attraktion des Beckens.

**DIE AUSSENANLAGE** Der Wellnesspark ist ein wahrer Ort zum Wohlfühlen. Die Gestaltung über mehrere Ebenen, die Kombinationen aus vielfältiger Pflanzenwelt, Natursteinen und Holz zei-





gen viel Liebe zum Detail – besonders beim Klang- und Lichtbrunnen. Sie finden zahlreiche Liege- und Entspannungsmöglichkeiten.

Im Saunabereich gibt es drei Ruhebereiche:

RUHEMÖGLICHKEITEN

Den Schlafraum, in dem absolute Ruhe herrscht und in den Sie sich zum Schlafen zurückziehen können.

Den großen Ruheraum mit zahlreichen Liegen und einer Schrägverglasung, die den Blick in den Wellnesspark frei gibt.

Eine große, aus Natursteinen errichtete und erwärmte Liegefläche im Saunabereich.

Wie eingangs beschrieben im Gesundheitspark bzw. auf der Empore im Foyer.

MASSAGEN | SOLARIEN

Im Saunabereich gibt es die »Vitalbar« mit großer Getränkeauswahl und leckeren und gesunden Snacks für den kleinen Hunger, zum Beispiel krosse Vitalbrötchen und schmackhafte Salate.

GASTRONOMIE

In den »Barbarossa-Thermen« können Sie ganz bequem mit dem Transponder bezahlen, den Sie beim Eintritt erhalten. Bitte laden Sie diesen zu Beginn Ihres Besuches in den »Barbarossa-Thermen« an der Kasse auf.

ZAHLUNGSVERKEHR

Unmittelbar am Gebäude für 50 Cent, zudem 300 kostenfreie Parkplätze direkt gegenüber an der Hohenstauenhalle.

PARKMÖGLICHKEITEN