



DAS RESÜMEE Ein Tagesbesuch reicht nicht aus, um die »Wellness-Weltreise« komplett zu erleben. Der erste Eindruck: eine hohe Halle, Felsen, die Badelagune, das Dach darüber ist verglast, einzelne Sauna-Häuser, Wasserläufe und Wasserfälle, Brücken, Pflanzen, interessant gestaltete Rückzugsbereiche, ein Aquarium, ein Papageienkäfig und vieles, vieles mehr.

DIE GRÖSSE Innenbereich etwa 6.000 m², außen 1.000 m².

DER EMPFANG Hier erhalten Sie das »Medium« – den Multifunktionsschlüssel, können Sauna-Tücher, Bademantel sowie Badeschuhe ausleihen und Pflegemittel kaufen.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN Die »Schwabenquellen« sind täglich von 10:00–23:30 Uhr geöffnet.

DIE PREISE Standardtarife: Montag bis Freitag, 2 Stunden 16,90 €, jede weitere angefangene halbe Stunde 1,75 €, Tageskarte 30,90 € | Samstag, Sonntag und feiertags 2 Stunden 19,90 €, jede weitere angefangene halbe Stunde 1,75 €, Tageskarte 33,90 €. Angebotstarife bis 12:00 Uhr und ab 21:00 Uhr.

UMKLEIDEN | DUSCHEN Umkleiden und Reinigungsduschen sind für Damen und Herren getrennt, also denken Sie daran, zwei Taschen und entsprechend auch Reinigungs- und Pflegemittel zweifach mitzunehmen.

DIE SAUNEN

DAMEN-SAUNA Die Damen-Sauna: Allen, die bei den Öffnungszeiten die Damentage vermisst haben, sei hiermit gesagt: Während der gesamten Öffnungszeiten hat der separate Ägyptische Damenbereich geöffnet, der aus zwei Saunen (einer 90 °C warmen Finnischen

Sauna und einer 60 °C warmen Bio-Sauna) besteht und zu der auch das Dampfbad »Rosengrotte« gehört. Natürlich gibt es dort auch einen Kaltwasserbereich, eine Ruhezone und das Atrium als Freiluftbereich.

Nach dem Umbau im Sommer 2005 sind Themenbereiche entstanden, die wir hier beschreiben. Insgesamt können Sie 18 Landes- und Kulturbereiche erleben.

Die Aufgüsse sind – vom Personal mit viel Engagement und Freude geleitet – ein besonderes Erlebnis. Es gibt je nach Jahreszeiten Erlebnisaufgüsse, zeitweise begleitet von Meditationsmusik, und drei mal pro Stunde werden nach den Aufgüssen Eis, Getränke oder Obst gereicht.

Die Grundkonstruktion aus runden Holzstämmen ist mit balinesischen Gestaltungselementen verbunden, die schon vor dem Eintreten auffallen. Der zentrale Doppelofen im Innern der Sauna, mit darüberhängender großer Schale, ist ummauert und erwärmt den Sauna-Raum auf etwa 85 °C. Die Decke ist als Lichtdecke mit unterschiedlichen dezenten Farben (orange, rot und grün) gestaltet. Maximal 50 bis 60 Gäste können hier stündlich einen Aufguss genießen.

Diese Sauna ist ebenfalls aus massiven runden Baumstämmen gebaut. Sie betreten einen anderen Kulturkreis: Eine Wand ist mit Nischen versehen, in denen Kerzen, Gebetsmühlen und vieles mehr aufgebaut sind, direkt daneben ein tibetischer Altar. Ein »tibetisches Langhorn« ist dekorativ unterhalb der Decke aufgehängt. Maximal 40 Gäste genießen zu ihrem Saunagang Meditationsmusik und die von einem großen, massiv ummauerten Sauna-Ofen erzeugte Wärme von 60 °C. Oberhalb des Sauna-Ofens ist ein großer Wasserkessel angebracht.

Ebenfalls in der Rundstambbauweise errichtet. Wie auch bei den vorher beschriebenen Saunen wird dadurch – auch bei dieser 90 °C warmen Sauna – ein sehr angenehmes Raumklima geschaffen.

DIE THEMENBEREICHE

ERLEBNIS-AUGÜSSE

DIE BALINESISCHE
KRÄUTER-SAUNA

DIE TIBETANISCHE
MEDITATIONS-SAUNA

DIE FINNISCHE SAUNA



Erzeugt wird die Wärme für die maximal 25 bis 30 Gäste von zwei ummauerten Sauna-Öfen. Kleine Sprossenfenster geben den Blick nach außen frei. Ein Aufguss findet jede Stunde statt.

»SÜDTIROLER
HÜTTENZAUBER«

Eine Element-Sauna in typischer tiroler Bauweise mit breiten Brettern als Innenverkleidung. Maximal 30 Personen fühlen sich bei 80 °C und entsprechender Musik schnell an den letzten Urlaub in den Bergen erinnert, wozu alte Holzskier an Decken und Wänden, Bilder aus den Bergen, ein alter Kraut- und ein Holzhobel und andere Utensilien das ihre beitragen. Die kleinen Fenster mit Holzsprossen runden den Eindruck ab.

DIE AMAZONAS-
KRISTALL-SAUNA

Im Bereich des »Tempels der Maya« – die Beschreibung erfolgt weiter unten – finden Sie die Amazonas-Kristall-Sauna. Etwa 40 Gäste können gleichzeitig in dieser Bio-Sauna sein. Bei 55 °C und einer Luftfeuchtigkeit von 35 bis 40 %, Farblicht, Vogelgezwitscher und Urwaldgeräuschen durch grüne Glas- und Akustikobjekte können Sie auch den Blick nach draußen genießen.

Eine Aufguss-Automatik (die Aufguss-Flüssigkeit wird in regelmäßigen Abständen über einem Amethyst vernebelt) regelt die tropische Luftfeuchte.

DIE KANADISCHE
BLOCKHAUS-SAUNA

Die Kanadische Blockhaus-Sauna befindet sich im Außenbereich, ist ebenfalls aus runden Baumstämmen errichtet und mit einem Grasdach versehen. Für die maximal 60 Gäste findet bei etwa 85 °C stündlich ein Aufguss statt.

Kernstück dieses Schwitzraumes ist der mächtige Ofen mit einer Höhe von etwa 1,60 m, der in eine Natursteinwand integriert ist.

DIE BÄDER

DAS OSMANISCHE
DAMPFBAD

Neben der angenehmen Temperatur von etwa 45 °C hat dieses Dampfbad einiges zu bieten: eine authentische Gestaltung mit Mosaiken, einen Brunnen zur Erfrischung, zwei Duschen und einen Whirlpool – jawohl, das alles innerhalb des Dampfbades.

DAS AMETHYST-
DAMPFBAD

Ein großer Raum mit Natursteinen, für etwa 12 Personen ausgebaut. Mit einem großen Amethyst am Dampferzeuger und mit kleinen Deckenstrahlern. Durch die Verglasung haben Sie einen schönen Blick in den »Tempel der Maya«. Daneben steht die Kombination von Fresh- und Regendusche mit einer Kübeldusche zur Erfrischung.

DIE BLÜTENGROTTE

Ein Dampf- und Inhalationsbad, ausgestaltet für etwa 20 Personen mit üppigen farbigen Blüten und Früchten aus Keramik. Dem Dampf werden Zusätze wie z. B. »cool lemon« beigemischt.

DAS »CALDARIUM«

Ebenfalls ein Dampf- und Inhalationsbad, rundherum mit erwärmten Fliesen versehen. Es bietet in der Raummitte zwei zusätzliche Entspannungsmöglichkeiten durch ergonomisch geformte und geflieste Bänke. Im »Caldarium« haben sie die Möglichkeit, ein Salz-Peeling durchzuführen. Salz steht immer bereit, bleiben Sie aber bitte in dem dafür vorgesehenen Bereich, um das Salz nicht in der Anlage zu verteilen.

Ein sehr schön ausgebauter Bereich zum Entspannen. Die Temperatur beträgt etwa 45 °C, geflieste und erwärmte Bänke laden zum Ruhen ein. Der Raum ist zweigeteilt in einen großen Bereich, in dem zusätzlich zwei Duschen untergebracht sind, und in einen kleinen für etwa sechs Personen. Insgesamt finden etwa 20 Gäste Platz.

Der Ausbau des orientalischen Dampfbades ist wieder ausgesprochen authentisch, die orientalische Bauweise mit Säulen, Mosaiken, Fliesen, Durchgängen etc. absolut gelungen.

Vom Zentralraum mit großer Liegefläche und einer erwärmten Bank gelangen Sie durch orientalisches gestaltete Durchgänge in drei weitere kleine Wärmeräume, in denen jeweils maximal vier Personen Platz finden. Ein angenehmer Ort der Ruhe oder aber des entspannten Gesprächs.

DAS »LACONIUM«

DAS ORIENTALISCHE
DAMPFBAD



In diesem auf Körpertemperatur erwärmten Regenerationsraum befinden sich etwa 15 ergonomisch geformte Wärmeliegen.

DAS »TEPIDARIUM«

Aus Keramik bestehende »Badewannen«, in die sich der Gast jeweils frisches Wasser mit einem Badezusatz einlassen kann.

FRISCHWASSER-
BOTTICH-POOLS

An verschiedenen Stellen in der gesamten Anlage können Sie sich nach den Saunagängen abkühlen. Mit Schwallduschen, Regenwasserdruckduschen, Eckduschen und Kneippschläuchen – bis hin zu einem Wasserrad im Außenbereich.

Crushed Ice wird bei den Aufgüssen durch das Personal regelmäßig eingesetzt, steht aber den Gästen zur Abkühlung auch jederzeit am Eiswürfelbrunnen zur Verfügung.

DAS ABKÜHLEN

CRUSHED ICE

Für den ultimativen Abkühl-Kick gibt es im Außenbereich ein Tauchbecken.

Wechselfußbäder können Sie in zwei verschiedenen Bereichen durchführen. Zum einen im Bereich des Osmanischen Dampfbades, zum anderen gegenüber den Frischwasser-Bottichen. Auf der gegenüberliegenden Seite – im Bereich des »Laconium« – finden Sie ein großes Kneipp-Kaltlaufbecken.

Die »Gletscherhöhle von Atitlan«: Abkühlung und Abhärten pur. Minus 18 °C laden trotz der Gestaltung mit Felsen nicht zum langen, aber zum effektiven Abkühlungs-aufenthalt ein.

DAS KALTBECKEN

DAS KNEIPPEN

DIE GLETSCHERHÖHLE

DIE WHIRLPOOLS Im Außenbereich befindet sich neben dem Tauchbecken ein Hot-Whirlpool, im Inneren ein weiterer Geysir-Hot-Whirlpool.

DIE AUSSENANLAGE Sie ist aufgeteilt in drei Bereiche:
Nach dem Verlassen des Gebäudes erreichen Sie den Bereich, in dem die Kanadische Sauna zu finden ist (hier ist im übrigen auch die Raucherecke).

DIE »KANTO-LOUNGE« Danach erreichen Sie die »KANTO-LOUNGE« mit traumhaft schönen Himmelbetten und Loungemöbeln. Hier genießen Sie die Sonne unter freiem Himmel bei entspannender Musik und abends das romantische Lichtdesign – Cocktails und Leckereien runden das Angebot ab.



DER »KANTO-BEACH« Neben, auf etwa 500 m² Fläche, entspannen Sie am »KANTO-BEACH« auf feinem Sandstrand oder bequemen Betten.

DIE SONNENTERRASSE Mit zahlreichen Liegestühlen, der »Sunset-Bar« und dem Karibischen Sandstrand, etwa 500 m² groß mit Liegestühlen und Kletterpflanzen ist die Sonnenterrasse eine Oase der Erholung.

DIE SCHWIMMBÄDER Im Außenbereich finden Sie das Isländische Geysir-Bad, das mit Sole versetzt ist. Das Schwimmbecken bietet Ihnen die Möglichkeit von innen nach außen zu schwimmen – und umgekehrt. Düsen sorgen für angenehmes Prickeln, das Becken ist groß genug zum Schwimmen.

DIE BADELAGUNE Zentral im Inneren gelegen ist die große, herrlich bepflanzte Badelagune mit Wasserfällen sowie Hängematten im und am Wasser. Entspannung pur nach dem Schwitzen.

RUHEMÖGLICHKEITEN Für ausreichende Ruhemöglichkeiten ist auch hier gesorgt: Sie finden, was das Herz begehrt:

»TEMPEL DER MAYA« Eine auf vier Ebenen errichtete Stahl-Glas-Konstruktion. Zahlreiche Liegen dienen der Entspannung, die Pflanzen, Felsen-Imitationen und Wasserläufe sind kunstvoll arrangiert. Licht kommt durch das verglaste Dach, Wasser plätschert romantisch im Hintergrund.

DAS INDISCHE »RELAXARIUM« Liegen in Raumnischen, die Gestaltung nach original indischen Vorbildern: Lassen Sie sich in eine andere Welt verzaubern.

DIE »AFRIKA-LODGE« Eine Wendeltreppe führt Sie von Indien nach Afrika – als verbindendes Element dient ein Baum mit originaler Rinde des Baobabs. Hier finden Sie Einzelbereiche mit Wasser-

betten und Liegen. Alles ist konsequent mit Masken und Malereien im afrikanischen Stil gestaltet.

In diesem orientalischen Ruheraum gibt es Sofas, Liegen, Musik, Stoffe, Pflanzen und viel Licht ...

Diese Lounge finden sie hinter der Balinesischen Kräuter-Sauna. Klare Linien, kalligrafische Zeichen auf weiß verputzten Wänden, rote Säulen, Futons und eine Japanische Sitzgruppe.



Neben diesen themenbezogenen Ruheräumen gibt es an den verschiedensten Stellen Ruhepunkte – auf der Empore neben dem Osmanischen Bad, oberhalb des Geysir-Hot-Whirlpools und an vielen anderen Orten.

DER »MAURISCHE
WINTERGARTEN«

DIE »JAPANISCHE
ASIA-LOUNGE«

WEITERE RUHEZONEN

Es gibt einen zentralen Solarienbereich beim indischen »Relaxarium«. Zum Thema Massagen finden Sie das aktuelle Angebot auf der »VitaParc«-Internetseite unter »Massagen«. Termine vereinbaren Sie bitte telefonisch unter 0711 6339-236

MASSAGEN | SOLARIEN

Events gibt es immer wieder in wechselnder Form, z. B. von Oktober bis März samstags das »Buddha-Bad« bis 2:00 Uhr. Fragen Sie beim Empfang nach.

EVENTS

Im Restaurant »Mandala Bar« können Sie sich verwöhnen lassen. Wechselnde frische Gerichte, Salate ... eigentlich alles, was das Herz begehrt.

GASTRONOMIE

Der Zahlungsverkehr ist komplett bargeldlos über Ihr »Schlüsselmedium«.

ZAHLUNGSVERKEHR

In die Tiefgarage des »SK«, mit dem Aufzug hoch und schon geht es los. Vergessen Sie nicht, beim Verlassen der Sauna Ihren Parkschein abzustempeln. Sie parken als Besucher der »SchwabenQuellen« günstiger.

PARKMÖGLICHKEITEN

