



**DAS RESÜMEE** In dem hell und geschmackvoll eingerichteten Gesundheitszentrum gibt es drei Schwerpunkte.

Medizinische Fitness: Reha-Fitness, Cardio-Fitness und Medizinisches Aufbautraining. Informieren Sie sich vor Ort über das umfangreiche Kursangebot, z. B. Pilates, Bauch-, Beine-, Po- oder Beckenboden-Gymnastik, »Fit im Alter« und Yoga.

Die Physiotherapie: gerätegestützte Krankengymnastik, Krankengymnastik, manuelle Therapie, Schlingentisch, Massagen, Lymphdrainagen usw.

Der dritte Schwerpunkt ist Sauna, Wellness und Beauty.

Gönnen Sie sich einen Laconia-Regenerationstag mit wohltuenden Bädern und Wellness oder einen Schönheitstag mit Gesichtsbearbeitungen, Körperpflege und Wellness.

**DIE GRÖSSE** Das Gesundheitszentrum arbeitet insgesamt auf etwa 1.500 m<sup>2</sup>, der Wellness- und Saunabereich ist etwa 600 m<sup>2</sup> groß. Durch die Materialauswahl, die Ornamentik und Lasurtechnik wird der gelungene mediterran-römische Stil erreicht.

**DER EMPFANG** Kosmetikbehandlungen und Wellnesspakete sollten Sie vorab telefonisch buchen. Wenn Sie zum Saunieren kommen, können Sie bei Bedarf am Empfang auch Sauna-Tücher und Bademantel ausleihen. Über eine Wendeltreppe gelangen Sie in den Sauna- und Wellnessbereich im Untergeschoss.

**DIE ÖFFNUNGSZEITEN** Winter-Öffnungszeiten: Gemischte Sauna  
Montag von 16:00–22:00 Uhr | Dienstag und Donnerstag von 14:00–22:00 Uhr |  
Freitag von 10:00–22:00 Uhr | Samstag von 13:00–20:00 Uhr.

## Laconia »DIE ZEIT VERGESSEN – NEUES WOHLGEFÜHL ERLEBEN«

Gesundheitszentrum Laconia | Weildorfer Kreuz 4 | 72401 Haigerloch

☎ 07474 95005-0 | Fax 07474 95005-11 | www.laconia.de

81

DER SAUNAFÜHRER  
HAIGERLOCH

Damen-Sauna: Montag von 10:00–16:00 Uhr | Mittwoch von 14:00–22:00 Uhr.  
Sommer-Öffnungszeiten (1.7. bis 31.8.):  
Montag bis Freitag von 8:00–12.00 und 16:00–22:00 Uhr | samstags geschlossen

Sauna-Landschaft-Tageskarte 13,00 € | 10er Karte 110,00 €.  
Weitere Preise erfragen Sie bitte im »Laconia«.

DIE PREISE

Die Umkleidemöglichkeiten sind für Damen und Herren getrennt und bieten jeweils 42 Gästen Platz.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

Auf dem Weg in die Sauna-Landschaft sind die Duschen, ebenfalls getrennt für Frauen und Männer.



Sie haben die Auswahl zwischen drei Saunen und dem Dampfbad.  
Die Sauna-Kabinen sind etwa gleich groß und bieten jeweils 8 bis 10 Gästen Platz. Für die Saunagäste steht immer frisches Obst kostenlos zum Verzehr bereit.

DIE SAUNEN

Bei 90 °C wird der Aufguss mit ätherischen Essenzen durchgeführt.

DIE FINNISCHE SAUNA

Auch in der Kräuter-Sauna wird bei 70 °C stündlich von Hand aufgegossen.

DIE KRÄUTER-SAUNA

Zwei Elemente unterstützen die Entspannung in diesem Sauna-Raum: Musik und wechselnde Farblichter vom Sternenhimmel. Sie entspannen bei aromatischen Düften bei 60 °C und etwa 50 % Luftfeuchtigkeit.

DIE BIO-SAUNA

**DAS DAMPFBAD** Bei 45 °C und 100 % Luftfeuchtigkeit können bis zu sechs Gäste gleichzeitig die angenehme Dünfte genießen und hier entspannen.

**ERGÄNZUNGEN**



Eine Besonderheit ist der »Kraxen-Ofen«: Das Heu-Dampfbad mit Bio-Alpenheu ist eine echte Besonderheit. Es stehen zwei »Kraxen-Ofen«-Plätze zur Verfügung, lassen Sie sich im »Laconia« beraten.

**DAS ABKÜHLEN**

Zur erfrischenden Abkühlung sind das Tauchbecken und die unterschiedlichen Kaltduchen nebeneinander zu finden: Duschen, Schwallduschen und der Kneippschlauch gehören zur Ausstattung.

**DAS KNEIPPEN**

Im zentralen Innenbereich können Sie auf der Wärmebank Platz nehmen, um Wechselfußbäder zu genießen.

**DER WHIRLPOOL** Die Nutzung des Whirlpools buchen Sie bitte beim Empfang. Für 3,50 € Aufpreis wird das Wasser für Sie frisch eingelassen und Sie können den Whirlpool alleine genießen.

**DIE AUSSENANLAGE** Unmittelbar aus dem Saunabereich gelangen Sie in die etwa 120 m<sup>2</sup> große Außenanlage. Rasenflächen und Bäume bestimmen die Gestaltung, Sie können sich beim Gehen erholen oder auf den bereitgestellten Liegen entspannen.



## Laconia »DIE ZEIT VERGESSEN – NEUES WOHLGEFÜHL ERLEBEN«

Gesundheitszentrum Laconia | Weildorfer Kreuz 4 | 72401 Haigerloch

☎ 07474 95005-0 | Fax 07474 95005-11 | [www.laconia.de](http://www.laconia.de)

83

DER SAUNAFÜHRER  
HAIGERLOCH

Die Gestaltung mit Vorhängen, Farben und Ornamenten unterstützt die einzigartige Atmosphäre. Neun verstellbare Betten mit Decken laden zum Entspannen ein.

RUHEMÖGLICHKEITEN

Im »Laconia« werden ständig wechselnde Kurse und Events angeboten. Fragen Sie nach den aktuellen Programmen oder schauen Sie auf die Internetseite.

EVENTS / KURSE

Im Empfangsbereich sehen Sie das freundlich gestaltete Bistro. Ein großes Getränkeangebot, aber auch Kleinigkeiten zum Verzehr sind im Angebot.

GASTRONOMIE

Die in Anspruch genommenen Leistungen zahlen Sie bar.

ZAHLUNGSVERKEHR

Es stehen Ihnen zahlreiche kostenfreie Parkplätze zur Verfügung.

PARKMÖGLICHKEITEN

