

## Aspria »EIN EINZIGER TAG WIE EIN GANZER URLAUB«

Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 83 | 30519 Hannover

☎ 0511 89979700 | [www.aspria.de/spa](http://www.aspria.de/spa)

27

DER SAUNAFÜHRER  
HANNOVER



Das großzügige »Aspria Spa« ist ein Ort der Ruhe und der positiven Energie. Die Anlage harmoniert perfekt mit der einzigartigen Lage am Maschseeufer und ist auf höchstem Niveau eingerichtet – hier bleiben keine Wünsche offen. Auf 27.000 m<sup>2</sup> finden Sie alles für Spa, Sport und Familie: modernste Fitness- und Cardiogeräte, 190 Kurse pro Woche, Outdoor-Aktivitäten, Massagen und Spa-Behandlungen und auch eine professionelle Kinderbetreuung. Nach einem Besuch werden Sie wieder entspannt und erfrischt in den Alltag zurückkehren.

DAS RESÜMEE

Auf 3.700 m<sup>2</sup> erwarten Sie insgesamt acht verschiedene Saunen und Dampfbäder in einem luxuriösen Ambiente.

DER SAUNABEREICH

An der Rezeption erhalten Sie ein Armband, mit dem Sie Ihren Umkleideschrank verschließen und auf das die in Anspruch genommenen Leistungen gebucht werden. Gegen Gebühr können Bademantel und Handtücher ausgeliehen werden.

DER EMPFANG

Montag bis Freitag von 9:00–23:00 Uhr | Samstag, Sonntag und feiertags von 9:00–22:00 Uhr.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag von 9:00–13:00 Uhr 15,00 €, bis 17:00 Uhr 22,00 €, bis 23:00 Uhr 26,00 € | Am Wochenende und feiertags bis 13:00 Uhr 15,00 €, bis 22:00 Uhr 28,00 €, beim Eintritt nach 18:00 Uhr 15,00 €.

DIE PREISE

Weitere Preise und Angebote entnehmen Sie bitte dem Internet.

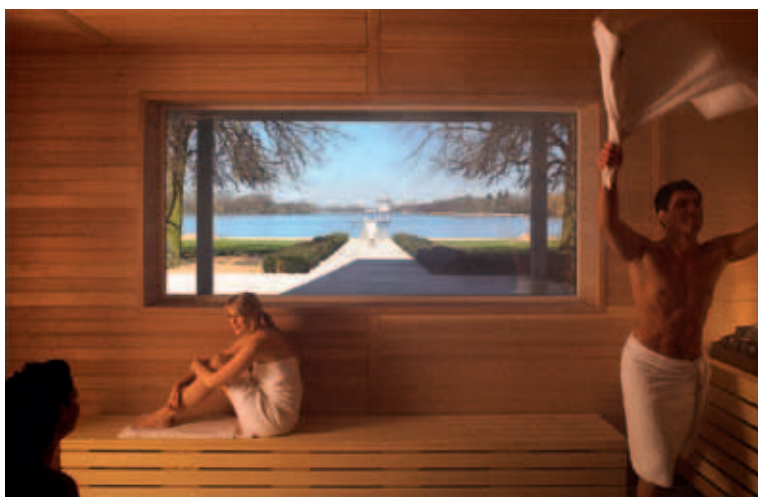
Die Umkleieräume und Duschen sind für Damen und Herren getrennt.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

**DIE SAUNEN** Aufgüsse: Zu bestimmten Zeiten finden leichte, mittelschwere und sehr starke Aufgüsse über den Tag verteilt in der Finnischen, der View- und der Banja-Sauna statt. Der Aufgussplan hängt an verschiedenen Stellen aus und kann auch im Internet eingesehen werden.

**INNENBEREICH:**  
**DIE DAMEN-SAUNA** Da man den Damen im »Aspria« nicht vorschreiben möchte, wann sie unter sich sein können, hat man statt spezieller Damentage eine reine Damen-Sauna eingerichtet. Täglich können Sie bei 70–80 °C saunieren und in einem eigenen kleinen Ruheterrain entspannen. Die Duschen befinden sich im Vorraum.

**DIE VIEW-SAUNA** Die Stirnseite des 80 °C warmen Raumes besteht aus einem großen Panoramafenster. So können knapp 30 Gäste beim Saunieren den wunderschönen Ausblick auf den Maschsee genießen.



**DIE FINNISCHE SAUNA** Die helle Holzvertäfelung aus Ahorn in Kassetten-Optik, die breiten Bänke für 25 Personen und die indirekte Beleuchtung verleihen der 85 °C warmen Sauna eine luxuriöse Atmosphäre. Der Sternenhimmel sorgt für eine romantische Note, die besonders zur Entfaltung kommt, wenn sich der Tag dem Ende zuneigt.

**DAS SALZBAD** Bei diesem speziellen Dampfbad handelt es sich um ein Inhalationsbad, dessen Sud aus einer fünfprozentigen Solesalzlösung besteht. Ein kleiner Wasserfall sorgt für eine angenehme Atmosphäre und gleichzeitig für die optimale Verteilung des Dampfes im Raum, so dass das wirksame Aerosol gut eingeatmet werden kann. Die wohltuenden Effekte sind für die Atemwege wie auch für die Haut wissenschaftlich belegt. 20 Badende können sich hier gleichzeitig aufhalten.



Das klassische Dampfbad mit Sternenhimmel funktioniert im Prinzip genauso wie das Salzbad – nur ohne Salz. Im Ausgleich dafür wird ein immer wechselnder Duftstoff aus naturreinen ätherischen Ölen zugesetzt. Entspannung pur verspricht die Raumtemperatur von gut verträglichen 47°C. Eine zusätzliche Lockerung der Muskulatur erzielen Sie auf den Wärmebänken für zehn Gäste, die auf 40°C temperiert sind.

**DAS DAMPFBAD**

Tauchen Sie ein in eine Reinigungs-Zeremonie wie aus 1001 Nacht: Entspannen Sie auf einem heißen Stein – verlieren Sie beim aktivierenden Peeling sämtlichen Ballast des Alltags und schweben später auf Wolken davon bei einer verwöhnenden Seifenschaum-Massage.

**DAS »HAMAM«**

Der abgetrennte Bereich mit rot gewischten Wänden und eigener Dusche kann von den Saunagästen besucht werden, wenn keine Behandlung stattfindet.

**AUSSENBEREICH:  
DIE ERD-SAUNA**

Wie der Name sagt, ist diese Sauna zur Hälfte in die Erde eingelassen. Ihr Aufbau besteht aus dem Holz der »Kelo«-Kiefer, einem Baum, der in der Nähe des Polarkreises beheimatet ist. Die Stämme, die zum Bau der Sauna verwendet werden, sind im Schnitt

zwischen 500 und 800 Jahre alt. Die Erd-Sauna ist im »Aspria« als Trocken-Sauna ausgelegt, so dass 36 Schwitzende hier den typischen und einzigartigen Duft der »Kelo«-Kiefer einatmen können.

**DIE BANJA-SAUNA**

In der 90°C warmen Banja (russisch für Badehaus) wird in verschiedenen Zeremonien ein »Wenik«-Aufguss kunstvoll dargeboten. Dieses Highlight ist sehr beliebt, die 40 Sitzplätze und die breite Liegefläche bleiben bei den Zeremonien selten leer. Zusätzlich bekommen Sie einen fantastischen Blick auf den Maschsee geboten.

In der Nähe der Saunen gibt es zahlreiche Abkühlmöglichkeiten. Neben einem Erlebnisduschengang finden Sie innen und außen auch einen Kneippgang.

**DAS ABKÜHLEN**

In den drei paarweise aufgestellten Porzellanbecken nehmen Sie ein kalt-warmes Fußbad.

**DAS KNEIPPEN**

- DER AUSSENBEREICH** Das etwa 20.000 m<sup>2</sup> große Garten-Areal verfügt über einen privaten Strandbereich, so dass Sie zwischen Ihren Saunagängen im Maschsee baden können. Die Sonnterrasse und die Liegewiese mit schattenspenden Bäumen sind auf den See gerichtet, mitten in Hannover fühlen Sie sich wie im Urlaub, erleben viel Ruhe und positive Energie. Textilfrei können Sie sich im 1.400 m<sup>2</sup> großen Sauna-Garten mit den beiden Außen-Saunen bewegen.
- DIE SCHWIMMBECKEN** Im 30 m<sup>2</sup> großen Whirlpool mit Wasserfall haben Sie Gelegenheit, nach Herzenslust zu relaxen. Für ein paar Schwimmzüge erwartet Sie der kombinierte Innen-Außen-Pool. In der tageslichtdurchfluteten Badelandschaft haben Sie einen 20-m-Sport- und einen Familien-Pool, in denen auch verschiedene Kurse angeboten werden.
- RUHEMÖGLICHKEITEN** Über die gesamte Anlage verteilt finden Sie genügend Ruhemöglichkeiten. Für absolute Stille bietet sich das Kaminzimmer an, in dem Sie sich bei flackerndem Holzfeuer erholen.
- WELLNESS | MASSAGEN** In den fünf von asiatischer Harmonie inspirierten Behandlungsräumen, inklusive einer Partnersuite, werden zahlreiche Massagen und Behandlungen von hochqualifizierten Spa-Therapeuten durchgeführt, damit Sie gezielt entspannen, regenerieren oder Energie tanken können.
- GASTRONOMIE** Die anspruchsvolle Küche setzt auf gesunde Zutaten, kreative Rezepte und genussvolle Leichtigkeit. Für die kleine Erfrischung zwischendurch, den Lunch oder auch das leckere Abendessen sind Sie im Bistro genau richtig.
- ZAHLUNGSVERKEHR** Die von Ihnen in Anspruch genommenen Leistungen werden auf Ihr Armband gebucht und sind, wie der Eintritt, erst beim Verlassen der Anlage zu begleichen.
- PARKMÖGLICHKEITEN** Vor dem »Aspria« gibt es für Sie kostenfreie öffentliche Parkplätze.



## Aspria »EIN EINZIGER TAG WIE EIN GANZER URLAUB«

Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 83 | 30519 Hannover

☎ 0511 89 97 97 00 | [www.aspria.de/spa](http://www.aspria.de/spa)

31

DER SAUNAFÜHRER  
HANNOVER

### 1-PERSONEN-GUTSCHEIN

#### Aspria, Hannover

Gegen Abgabe dieses Gutscheines, der nur von uns aus dem Buch herausgetrennt werden darf, gewähren wir Ihnen einmalig am Einlösungstag beim Kauf einer Eintrittskarte für eine Person **ein kostenfreies Towel-Bag** (ein großes Sauna-Handtuch, ein mittleres Handtuch sowie einen Bademantel) **im Wert von 5,50 €**.

Speisen und Getränke sowie andere kostenpflichtige Zusatzleistungen sind nicht Bestandteil dieses Gutscheines.

**BW-0050**

ASPRIA

RUDOLF-VON-BENNIG-  
SEN-UFER 83

30519 HANNOVER

☎ 0511 89 97 97 00

MAXIMAL-  
WERT: **5,50 €**

**Die Barauszahlung des Gutscheines  
ist ausgeschlossen!**

DATUM DER EINLÖSUNG, BUCHUNGSVERMERKE

**DIESER GUTSCHEIN  
IST GÜLTIG BIS ZUM  
1. 11. 2011**

### Aspria, Hannover

Raum für Notizen des Sauna-Betreibers

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---