



## DAS RESÜMEE

Planen Sie genügend Zeit ein für Bad Langensalza. Nicht nur die hier beschriebene Therme ist eine Reise wert. Ein echtes Highlight sind die Parks- und Gärten in der Stadt. Nehmen Sie sich Zeit – vielleicht ein verlängertes Wochenende – um die große Vielfalt der Gärten mit ihren unterschiedlichen Themen, wie zum Beispiel den Japanischen Garten, den Rosengarten, das »Arboretum«, den Botanischen Garten oder auch den Schlösschenpark zu besuchen. Sie können auch auf den Spuren der Hexenverbrennung, der Geschichte der Medizin oder der Schlacht von Langensalza wandeln: Es gibt unglaublich viel zu sehen.

Das Schwefel- und das mineralisierte Trinkheilwasser Bad Langensalzass sind natürliche Heilmittel allererster Güte. Bis auf das 32 °C warme Kaskadenbecken mit Süßwasser im Innenbereich weisen alle anderen Becken der »Friederiken Therme« mindestens 3 % Solegehalt aus heimischen Ursprüngen auf. Die Temperaturen der Becken liegen durchweg zwischen 32 und 34 °C. Im Innenbereich finden sich ein Quellbecken, ein Therapiebecken und das 200 m<sup>2</sup> große Thermalbecken. Das Thermalbecken im Außenbereich ist mit 220 m<sup>2</sup> sogar noch etwas größer. Vielfältige Wellness- und Therapieangebote sowie Präventionskurse runden das reichhaltige Angebot der Therme ab. Einmalig in Thüringen wird »Jahara« – ähnlich der Shiatsu-Therapie im Wasser – durchgeführt.

Bad Langensalza gilt gemeinhin als Stadt der Rosen und so findet sich das Motiv der Rose mannigfaltig in der Landschaft wieder. Eine komplette Sauna-Kabine ist der Rose gewidmet. Rosenverzierungen zeigen sich im Garten oder am Geländer zur Empore im Innenbereich. Üppige Rosenpracht ist im Sauna-Garten vorherrschend. Der 400 m<sup>2</sup> große Innenbereich ist dank der Panorama-Fensterfronten zum Sauna-Garten lichtdurchflutet und freundlich gestaltet. Neben der modernen hellen Befliesung innerhalb der Anlage sind die Sauna-Kabinen von außen mit Holz versehen. Dezente

Entspannungsmusik durchdringt den Innenbereich. Der Sauna-Garten erstreckt sich über 350 m<sup>2</sup>. Die Friederiken Therme ist zertifiziert nach DIN ISO 9001:2008

Am Empfang werden Bademäntel und Handtücher verliehen. Badeschlappen und Bade-Utensilien sind käuflich erwerbbar.

DER EMPFANG

Täglich von 10:00–22:00 Uhr.

Damen-Saunatag ist der Dienstag (nur werktags) ab 17:00 Uhr.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

2-Stunden-Karte 9,50 €, für jede weitere angefangene halbe Stunde 1,50 €.

Tageskarte 15,50 €.

DIE PREISE

Männer und Frauen kleiden sich in separaten Sammelkabinen um. Geduscht wird getrennt geschlechtlich.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

Im Inneren der Anlage befinden sich die äußerst attraktive »Ruusu®«-Sauna, zwei Finnische Saunen und zwei Dampfbäder. Die »Maa®«-Sauna wird von einem Blockhaus aus Rundstämmen im Sauna-Garten beherbergt.

DIE SAUNEN

Das Motiv der Rose findet sich in vielerlei Hinsicht in der Sauna-Kabine wieder. Die Beleuchtungen sind mit schönen Rosenverzierungen versehen. Der zentrale Ofen ist mit dem Naturstein »Rosa porrinho« ummantelt und 85 kg Rosenquarz, die effektiv beleuchtet werden, liegen auf dem Ofen. Darüber verbreitet eine mit Wasser und Rosenaroma gefüllte Edelsteinschale langsam und auf milde Art und Weise ihren Duft. Stündlich wird Rosenwasser über den Rosenquarz gegossen. Da die Sauna mit angenehmen 60 °C temperiert ist, eignet sie sich besonders gut als Einstieg in erholsame Stunden. Gut 20 Personen verteilen sich auf die Sitzbänke.

INNENBEREICH:

DIE »RUUSU®«-SAUNA



**DIE FINNISCHEN SAUNEN** Die dezente Beleuchtung wirft Licht auf den seitlich aufgestellten Ofen mit Sauna-Steinen in der holzverkleideten Kabine. Ein Fenster gewährt den bis zu 15 schwitzenden Personen Ausblick auf den Innenbereich der Anlage. Alle zwei Stunden werden bei 70 °C Aufgüsse mit wechselnden Düften zelebriert.

Stündliche Aufgüsse mit wechselnden Düften, Eis- und Salzaufgüsse und Reichungen von Früchten erwarten rund 30 Personen in der mit 90 °C beheizten zweiten Finnischen Sauna-Kabine. Zwei Öfen mit Sauna-Steinen stehen seitlich hinter einem Holzverschlag.

**DIE RÖMISCHEN DAMPFBÄDER** Zwei Römische Dampfbäder liegen direkt nebeneinander und sind praktisch baugleich. Lediglich die Temperatur unterscheidet sich um 5 °C. Die wärmere Kabine wird mit 45 °C temperiert. Angenehmer, aromatisierter Duft und intensive Nebelschwaden begegnen dem Liebhaber des Dampfbades beim Betreten dieser Kabinen. Zehn Personen verteilen sich auf die Sitzbänke.

**AUSSENBEREICH:**  
**DIE »MAA®«-SAUNA** Rustikalität und Urigkeit ist in der in die Erde eingelassenen »Maa®«-Sauna angesagt. Massive Rundstämme, ein gemauerter Kamin mit loderndem Feuer und ein erdiges, angenehmes Klima unterstreichen den naturverbundenen Charakter und Charme der Sauna. Und so ist auch die enorme Temperatur von über 110 °C äußerst gut verträglich, der sich bis zu 20 Personen hingeben können. Das Dach der Sauna ist begrünt.

**DAS ABKÜHLEN** Ein gefliester Duschgang lockt mit erfrischender Abkühlung in Form einer Schwall-, einer Eckbrause, einer Regendruck-, einer Kübeldusche und einem Kneippschlauch. Danach können Sie dem anliegenden Tauchbecken einen Besuch abstatten. Direkt an der »Maa®«-Sauna im Außenbereich wird das Angebot an reichhaltiger Abkühlung mit einer Kaltduche, einer Schwallbrause und einem Kneippschlauch abgerundet.

**DAS KNEIPPEN** An einer beheizten, halbrunden Sitzbank im Innenbereich der Anlage können Sie mit drei Paar Fußbecken Ihre Füße verwöhnen.

**DIE AUSSENANLAGE** Der Sauna-Garten wird von hochgewachsenen Bäumen gesäumt. Viele Grünpflanzen, angelegte Beete, kleine Bäume und viele Rosen dekorieren den Garten. Auf dem gepflasterten Liegebereich können Sie sich auf zahlreichen Liegen mit Auflagen angenehm ausruhen und erholen.



Eine Durchgangsschleuse verbindet das Innen- und Außenbecken, das als Erfrischungsbad dient.

DAS SCHWIMMBAD

Über 15 Klapfstühle mit Bezügen und Decken laden Sie im Ruheraum zum Ausruhen ein. Grünpflanzen lockern die angenehme Atmosphäre in dem lichtdurchfluteten Raum weiter auf. Das große Panorama-Fenster gewährt einen erquickenden Ausblick in den Sauna-Garten.

RUHEMÖGLICHKEITEN

In den zwei Massageräumen können Sie sich mit klassischer Massage, Aromaöl-Massage, Fußreflexzonen- und Hot-Stone-Massage verwöhnen lassen. Zwei weitere Räume sind mit »Haslauer Wannen« versehen. In diesen Wannen liegen Sie eingepackt in Tüchern, die mit Nachtkerzenöl oder Rosenöl getränkt sind, auf einer Art Wasserbett. Die Thalasso-Therapie mit Meerwasser und Algen fördert und stärkt Ihr Wohlbefinden und die Gesundheit Ihres Körpers.

MASSAGEN | SOLARIEN

Ein Hochleistungsbräuner auf der Empore sorgt für einen knackigen Teint.

Am letzten Freitag im Monat wird monatlich die Sauna-Nacht mit wechselnden Themen durchgeführt.

EVENTS

Das Sauna-Bistro wartet mit Salaten, kleinen Speisen und Hauptgerichten wie Schnitzel und Fisch auf. Am gemütlichen, halbrunden Thekenbereich sitzen Sie auf Barhockern oder an Sitzgelegenheiten an Tischen.

GASTRONOMIE

Alle in Anspruch genommenen Leistungen werden auf einen Chip gebongt und im Nachhinein beglichen.

ZAHLUNGSVERKEHR

Nahe der Anlage parken Sie kostenlos.

PARKMÖGLICHKEITEN



