



# HUFELAND Therme

*Entspannung de Luxe*



04/2024

  
**STAATSBAD PYRMONT**  
Gesundheit und Lebensfreude

## Mehr als Sie erwarten!

Die HUFELAND Therme ist das Heil- und Wellnessbad mit Tradition im Weserbergland. Der Inbegriff für Entspannung de Luxe! Es gibt kaum einen besseren Platz, um Alltagsstress zu vergessen und um neue Kraft zu tanken.

### **HUFELAND Therme – Zeit nehmen zum Verwöhnen, Zeit haben zum Genießen.**

Erleben Sie unsere Wellness-Welten – jede eine Insel der Entspannung in exklusivem Ambiente. Das Gefühl paradiesischer Leichtigkeit wird Sie umfängen – und das nicht nur in den textilfreien Bereichen.

*Entspannung an der frischen Luft  
oder im Ruheraum*



## Sauna & Wellness

**In Finnland schwärmt man neuerdings vom Weserbergland. Und wer schon einmal in unserer nordischen Saunawelt war, weiß auch warum.**

Das Saunaparadies umfasst drei finnische Saunen, eine davon ausschließlich für Frauen, ein Sanarium, ein Blütendampfbad und ein einzigartiges Schneeparadies im Innenbereich. Traumhaft gelegen in der freien Natur, mit Blick über Bad Pyrmont und das Weserbergland, zeigt sich unser märchenhaft schöner Saunagarten mit finnischer Sauna, sibirischer Banja, Erdsauna und Kelo-sauna, großem Kaltschwimmbecken, Schweigehaus und Duschmonolith.

*Genießen Sie den Kamin in der Erdsauna.*

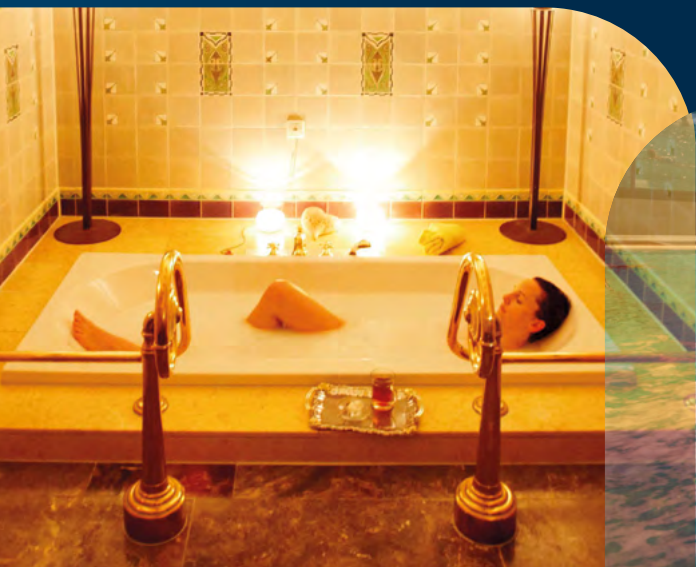
## Fürstenbad

„Savoir vivre“ heißt so viel wie „zu leben wissen“.

Im Fürstensommer von Bad Pyrmont im Jahre 1681 war dieses Bad ausschließlich dem Adel vorbehalten. Jetzt können auch Sie im Luxus vergangener Epochen schwelgen. Das originalgetreu renovierte, historische Fürstenbad ist die letzte Jugendstil Badekabine aus dem ehemaligen Heiligenangerbad. Hier baden Sie in Milch und Honig und regenerieren mit Meeresalgen – in einem wahrhaft fürstlichen Ambiente aus edlem Marmor und schönem Terrakotta.

Die Buchung ist über [www.hufeland-therme.de](http://www.hufeland-therme.de) möglich.

*Entspannen, eingehüllt in einer angenehmen Duftwelt*



## Schwimmen

Hier kommt der Spaß nicht zu kurz!

Nicht nur Taucher halten hier die Luft an: 700 qm traumhaft schöne Soleschwimmlandschaft für eine der schönsten und gesündesten Fortbewegungsarten überhaupt. Auf Sie warten die großen Innen- und Außenbecken, diverse Schwallwasserdüsen und Luftsprudelbänke sowie ein Strömungskanal mit einer Wassertemperatur von bis zu 32 °C. Unser Therapiebecken mit exklusiver Licht- und Akustikanlage steht Ihnen außerhalb der Kurszeiten ebenfalls zur Verfügung. Und spätestens in den lauschigen „Hot Whirlpool“, mit angenehmen 37 °C Wassertemperatur, taucht jeder gerne ein.

Die hier angegebenen Temperaturen werden jahreszeitlich bedingt angepasst und können daher von den genannten Werten abweichen. Bitte informieren Sie sich auf unserer Website.

*Schwimmen bei einem atemberaubenden Blick über das Bad Pyrmont Tal.*



# Schwimmen in der Bad Pyrmonter Sole

## Im Tal der sprudelnden Quellen ist die Sole ein Geschenk der Natur.

Die besondere Geologie des Pyrmonter Gewölbes ist der eigentliche Schatz des Bades. In Anzahl und Vielfältigkeit suchen die Quellen ihresgleichen. Die Salinenquelle speist Innen- und Außenbecken der Schwimmlandschaft der HUFELAND Therme. Mit ihrer natürlichen Mineralisierung ist die Quelle bestens geeignet, die Grundlage

für ein gesundes und entspannendes Schwimmerlebnis zu bilden. Die 2%ige Sole wird auf eine angenehme Wassertemperatur von bis zu 32 °C erwärmt. Damit ist sie sowohl für das Schwimmen mit kräftigenden Übungen gegen den erhöhten Wasserwiderstand als auch für Ruhephasen bestens zu empfehlen. Die Sole wirkt dämpfend auf das vegetative Nervensystem und ist auch für Gäste mit Neurodermitis oder Psoriasis Arthritis sehr gut verträglich. Der erhöhte Auftrieb der Sole entlastet zudem Wirbelsäule und Gelenke, was bei vielen orthopädischen Erkrankungen von großem Nutzen sein kann. Wir empfehlen Ihnen nach einem 20- bis 30-minütigen Bad in der Sole, mindestens 20 Minuten nachzuruhen, um die bestmögliche Wirkung unserer Sole zu erzielen.

Die hier angegebenen Temperaturen werden jahreszeitlich bedingt angepasst und können daher von den genannten Werten abweichen. Bitte informieren Sie sich auf unserer Website.

*Genießen Sie das Solewasser im Ambiente der HUFELAND Therme.*



# Meersalzgrotte

Aus der Natur kennen Sie die heilende Wirkung salzhaltiger Luft von der Küste oder aus Salzstollen. Bei uns können Sie die Wirkung in der Meersalzgrotte erleben, ohne eine weite Reise auf sich nehmen zu müssen.

In der ersten Salzgrotte Deutschlands herrscht ganzjährig ein äußerst gesundes, angenehmes, warmes Klima, in dem wertvolle Mikroelemente wie Jod, Magnesium, Eisen, Kalium und Kalzium in extrem hoher Konzentration freigesetzt werden. Das lindert nicht nur in kürzester Zeit verschiedene Beschwerden wie Allergien oder Atemwegsbeschwerden, sondern schützt auch vor Infekten. Ein faszinierendes Ambiente aus Salzapfen und Farbspielen lässt Sie bei angenehmer Musik entspannen.

Sie können die Meersalzgrotte täglich nutzen. Termine können Sie online unter [www.hufeland-therme.de](http://www.hufeland-therme.de) reservieren.

*Unsere Meersalzgrotte: einzigartig in Deutschland.*



# Entspannung

**Für uns bedeutet Massage: unsere Gäste in eine andere Welt zu entführen.**

Unser vielseitiges Ayurlanka Massageangebot verspricht Entspannung, Wohlbefinden und Regeneration auf ganzer Linie. Entspannen Sie Körper und Geist, um den täglichen Herausforderungen gelassener begegnen zu können. Auch nach körperlichen Anstrengungen wirken Massagen wahre Wunder. Muskeln werden gelockert und selbst tiefsitzende Verspannungen gelöst.

Nutzen Sie auch die Meersalzgrotte und spezielle Verwöhnangebote, die Sie in eine Welt der Ruhe entführen. Oder Sie genießen eine Auszeit in unserer Ruhelounge auf den Wärmesteinen, in der Kaminecke oder in unserer gemütlichen Gradierhütte.

*Erholen Sie sich bei einer Auszeit in der Ruhelounge.*



# Wellness und Massagen



AYURLANKA

In unserem umfangreichen Ayurlanka Massageprogramm finden Sie garantiert die richtige Anwendung für Ihre Bedürfnisse – egal ob Sie tiefe Entspannung, mehr Vitalität oder Linderung von körperlichen Beschwerden suchen. Wir verbinden uralte Massagetraditionen mit der langjährigen Expertise unseres „AYURLANKA Chaminda Kulatunga“-Teams zu einem ganzheitlichen Wohlprogramm für Körper und Geist. Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und lassen Sie sich bei einer Massage in der HUFELAND Therme so richtig verwöhnen.

Sanfte Berührungen, duftendes Öl, leise Musik und eine Atmosphäre der Ruhe und des Friedens – bei uns ist alles darauf ausgelegt, dass Sie sich wohlfühlen. Gerne gehen wir speziell auf Ihre Wünsche und Bedürfnisse ein und freuen uns darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.



## ABHYANGA Ganzkörpermassage

Dauer 60 oder 90 Minuten

Die ABHYANGA Massage verspricht ein Wohlprogramm für den ganzen Körper. Warmes Öl wird abwechselnd großflächig und lokal konzentriert einmassiert. Das lockert nicht nur das Gewebe und fördert die Durchblutung, sondern hat auch eine reinigende Wirkung, da die Massage Schadstoffe aus der Blutbahn abtransportiert. Ob bei Gelenkbeschwerden, Schlafstörungen, Hautproblemen oder frühzeitigen Alterungserscheinungen: diese Massage ist ein echter Allrounder für viele Anwendungsbereiche.

## MUKABHYANGA

### Gesichts- und Dekolleté-Massage

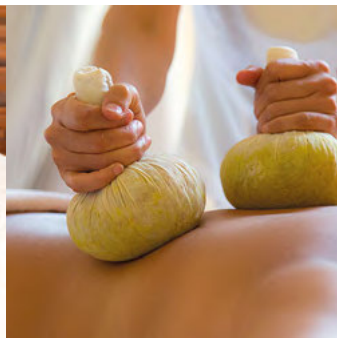
Dauer 30 Minuten

Die MUKABHYANGA Massage mit pflegenden Cremes verhilft Ihnen nicht nur zu einem jugendlich-geschmeidigen Hautbild, sondern durch die behutsamen Berührungen werden auch zahlreiche Nerven und Sinne angeregt. Das sorgt für tiefe Entspannung der Gesichtsmuskeln und hilft, die Sorgen und Probleme des Alltags loszulassen.

## PINDA SVEDA Kräuterstempelmassage

Dauer 60 oder 90 Minuten

Richtig ins Schwitzen kommen Sie bei dieser Massage – ein Effekt, der erwünscht ist, um Verspannungen zu lösen



und die Durchblutung zu fördern. Zum Einsatz kommen wohlrig warme Kräuterstempel, die mit duftenden Pulvern und Heilkräutern gefüllt sind. Durch abwechselnd sanftes und kräftiges Gleiten über die Muskelstränge werden selbst tiefsitzende Blockaden gelöst. Auch die Haut erfährt durch diese Anwendung eine echte Verjüngungskur.

## UPANHASVEDA Rückenmassage

Dauer 30 Minuten

Unser Rücken wird im Alltag stark beansprucht. Da ist es nur sinnvoll, ihm mit der UPANHASVEDA Massage eine Auszeit zu gönnen. Mit kräftigen Bewegungen wird der gesamte Rücken massiert und gelockert. Zusätzlich transportiert eine Schwitzkur die Wärme tief in das Gewebe, wo sie selbst hartnäckige Verspannungen löst. Auch bei seelischer Anspannung und Stress wirkt diese Massage wahre Wunder.

## SHIROABHYANGA Ayurveda Kopfmassage

Dauer 30 Minuten

Kopfarbeit ist bei vielen Menschen den ganzen Tag gefragt. Und so macht es Sinn, diesem Körperteil eine wohltuende Massage zu gönnen. Nicht nur die Kopfhaut, auch das Gehirn wird wieder besser durchblutet – kein Wunder also, dass die SHIROABHYANGA Massage oft bei Kopfschmerzen und Migräne empfohlen wird. Gleichzeitig pflegen und kräftigen die hochwertigen Öle Ihr Haar.

Je nach Ausführung hat die SHIROABHYANGA Massage eine anregende oder entspannende Wirkung. Darum stimmen wir genau mit Ihnen ab, welche Massagetechnik für Ihre Bedürfnisse am besten geeignet ist.

## PADABHYANGA Fußmassage

Dauer 30 Minuten

Nicht nur für alle, die ihre Füße viel beanspruchen, ist diese Massage ein wahrer Segen. Durch die Aktivierung von speziellen Druckpunkten wird der Energiefluss im gesamten Körper angeregt. Das wirkt revitalisierend, entschlackend und fördert die Durchblutung. Warme Kräuterkompressen tragen zur wohltuenden Wirkung dieser Massage bei.

## GARSHAN Rohseidenhandschuhmassage

Dauer 40 Minuten

Bei der GARSHAN Massage wird der ganze Körper mit rhythmischen Bewegungen massiert, was die Durchblutung und Entschlackung fördert. Auch das Bindegewebe wird so gestrafft. Gleichzeitig wirkt die Berührung mit den Seidenhandschuhen wie ein natürliches Peeling und trägt – durch die Entfernung alter Hautschuppen – zur Reinigung der Haut bei.



## LOMI LOMI Massage

Dauer 30 oder 60 Minuten

Diese „Königin der hawaiianischen Massage“ ist perfekt, um Verspannungen in der Muskulatur zu lösen. Dabei kommen nicht nur Hände, sondern auch Unterarme und Ellenbogen zum Einsatz. Sanfte und kräftige Bewegungen wechseln sich ab. So wird der gesamte Körper entspannt und belebt. Gleichzeitig vermittelt die LOMI LOMI Massage ein Gefühl der Geborgenheit und hilft Ihnen, die Sorgen des Alltags loszulassen.

## SCHOKO Massage

Dauer 60 Minuten

Schokolade schmeckt nicht nur lecker, sondern wird auch in der Massagetherapie erfolgreich eingesetzt. Durch sanfte Bewegungen und die warme Kakaobuttercreme wird der ganze Körper tief entspannt. Gleichzeitig enthält unsere Creme zahlreiche hochwertige Nährstoffe: Noch Tage nach der Massage werden Sie von Ihrem zarten Hautbild begeistert sein.

## HONIG Zupfmassage

Dauer 40 oder 60 Minuten

Honig ist nicht nur ein süßer Gaumenschmaus, sondern enthält auch Nährstoffe, die Ihrer Haut ein geschmeidig-zartes Aussehen verleihen. Noch dazu sorgt die Massage

mit drückenden und zupfenden Bewegungen für eine effektive Reinigung und Entschlackung der Haut. Gefolgt wird die HONIG Massage von einem Rückenpeeling und einer wohltuenden Honig-/Ingweröl-Massage.

## HAMAM Seifenschaummassage

Dauer 40 oder 60 Minuten

Entspannung pur verspricht diese Massage, bei der Sie umhüllt von herrlich weichem Seifenschaum die Sorgen des Alltags vergessen können. Durch den warmen Schaum werden die Poren weit geöffnet, die Haut von Giftstoffen befreit und die Durchblutung angeregt. Gleichzeitig trägt die HAMAM Seifenschaummassage zu einem strahlenden, frischen Hautbild bei.

## FUßREFLEXZONEN Massage

Dauer 40 Minuten

Nicht nur bei wunden Füßen empfiehlt sich diese Massage, bei der die Durchblutung durch sanften Druck und streichende Bewegungen gefördert wird. Über korrespondierende Reflexzonen lassen sich Beschwerden am ganzen Körper lindern. Das Ergebnis ist eine ganzheitliche Belebung für mehr Wohlbefinden im Alltag. Nicht umsonst wird diese Massage bei verschiedensten körperlichen und seelischen negativen Einflüssen eingesetzt.





## HOT STONE Massage

Dauer 40 oder 60 Minuten

Die HOT STONE Anwendung bietet Ihnen heiße Steine und Massage in einem. Das Zusammenspiel von kalten und heißen Steinen regt den Stoffwechsel an und sorgt dafür, dass die Haut das Massageöl optimal aufnehmen kann. Zugleich werden die Muskeln durch die Massage tief entspannt. Besonders bei Nacken- und Schulterschmerzen ist die HOT STONE Massage eine wahre Wohltat.

## Klassische Massage

Dauer 30 oder 60 Minuten

Gönnen Sie sich ein Entspannungsprogramm für Ihre Muskulatur. Durch abwechselndes Streichen, Kneten und Dehnen sowie durch die Aktivierung spezieller Druckpunkte lockern sich selbst tief sitzende Blockaden wie von Zauberhand. Das hilft Ihnen, auch in Zukunft beweglich zu bleiben. Der durchblutungsfördernde positive Effekt für Muskulatur und Haut wirkt auch für die seelische Entspannung wahre Wunder.

## SPORT Massage

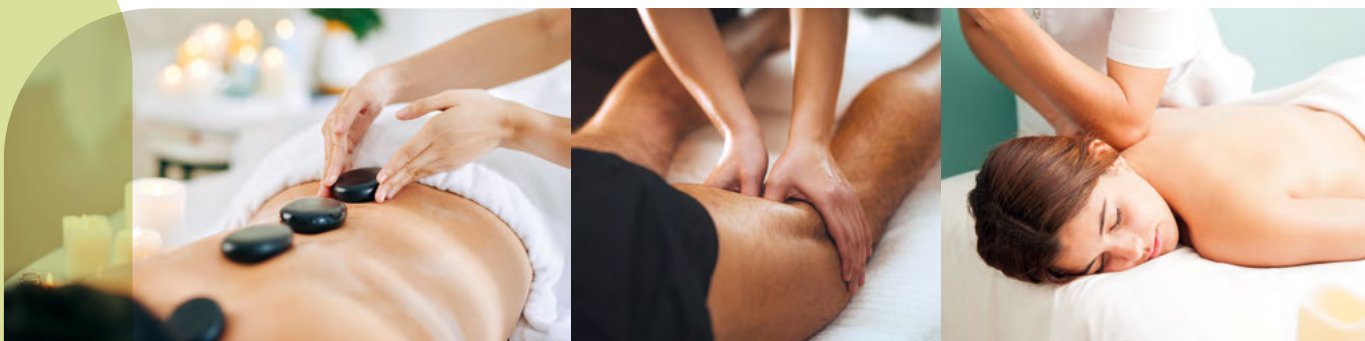
Dauer 30 oder 60 Minuten

Wer beim Sport alles gibt, sollte sich auch die nötige Entspannung gönnen. Dafür ist unsere SPORT Massage genau richtig. Kraftvolle Bewegungen lockern die Muskulatur und lösen selbst tief sitzende Verhärtungen. Die Anwendung sorgt dafür, dass Bänder und Sehnen elastisch bleiben, das Bindegewebe gestrafft und der Stoffwechsel angeregt wird. Warmes Arnika-Öl verstärkt zudem die entspannende Wirkung der Massage.

## SCHNUPPER Massage

Dauer 20 Minuten

Schnuppern Sie herein – in unsere ayurvedische Welt der Entspannung und Massagen. Duftendes Öl, leise Musik und eine Atmosphäre der Ruhe. Unsere Schnuppermassage entführt Sie für 10 oder 20 Minuten aus dem immer schneller werdenden Alltag.



## Trainieren und entspannen

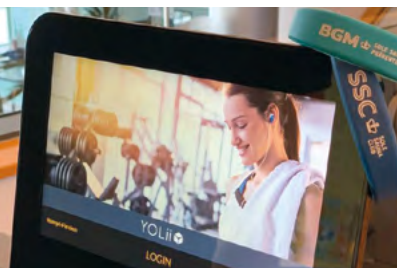
Es ist die Kombination von erstklassigem Fitnesstraining im Studio und Wellness de Luxe im Sole-Sauna-Bereich, die den Club HUFELAND Fit so besonders macht. Erfahrene Therapeuten und bestens geschulte Trainer entwickeln und betreuen Ihr individuelles Trainingsprogramm aus Fitness, Therapie und Entspannung.

Werden Sie SSC-Mitglied und kommen Sie in den Genuss aller Privilegien, die der Club HUFELAND Fit bietet:

- Betreuung durch therapeutisch qualifiziertes Fachpersonal
- Modernste Geräte geben Ihnen beim Training ein sicheres Gefühl Ihrer Gesundheit etwas Gutes zu tun
- Das YOLii Assistenzsystem unterstützt Sie elektronisch bei der Durchführung und Auswertung Ihrer Trainingseinheiten mittels eines YOLii-Armbandes
- Unbegrenzte Nutzung der Sole- und Saunawelt der HUFELAND Therme – das verspricht Entspannung pur nach einer ausgiebigen Trainingseinheit
- Computergestützte Bewegungsanalyse sowie die Erstellung eines individuellen Trainingsplans unter professioneller Anleitung



Informationen zu unseren SSC-Tarifen und Specials



## Gesundheit für Ihre Mitarbeiter

Gesunde Mitarbeiter sind die Basis eines erfolgreichen Unternehmens. So hat das betriebliche Gesundheitsmanagement BGM zum Ziel, systematisch, langfristig und nachhaltig die gesundheitliche Situation der eigenen Mitarbeiter zu verbessern und auf das körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden einzuwirken.

Die BGM-Angebote in der HUFELAND Therme decken die Bereiche Bewegung, Entspannung und Regeneration ab. Viele regionale Unternehmen nutzen bereits unser Angebot, die Gesundheit Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu unterstützen und zu fördern:

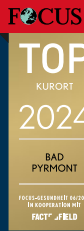
- 3 Stunden Training im Club HUFELAND Fit
- Nutzung von Schwimm- und Saunalandschaft
- Betreuung durch therapeutisch qualifiziertes Fachpersonal
- Unkomplizierte monatliche Abrechnung mit dem Betrieb



Weitere Informationen zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM)



# HUFELAND Therme



## Öffnungszeiten, Preise sowie Vorteilsangebote mit PymontCard und HUFELAND Therme Card:

Damit Sie immer aktuell informiert sind,  
bitten wir Sie, diese Informationen online  
auf unserer Webseite einzusehen.

Scannen Sie den nebenstehenden QR-Code,  
er führt Sie direkt zur Informationsseite.



© Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont Betriebsgesellschaft mbH, 04/2024  
Bildnachweis: Umschlag, S. 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 18 und 19: Staatsbad Pyrmont / Christian Wyrwa;  
S. 10: Valua Vitaly; S. 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17: AdobeStock  
Wir behalten uns Änderungen vor. Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der  
HUFELAND Therme. Die HUFELAND Therme ist ein Betriebsteil der Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont  
Betriebsgesellschaft mbH, Heiligenangerstraße 6, 31812 Bad Pyrmont

### HUFELAND Therme

Forstweg 17  
31812 Bad Pyrmont  
Tel. +49 (0)5281 1517-50  
Fax +49 (0)5281 1517-71  
info@hufeland-therme.de

[www.hufeland-therme.de](http://www.hufeland-therme.de)

