

Die heilende Kraft von Salz und Wärme

Salz gilt als uraltes Heilmittel, das gleichermaßen auf Körper, Geist und Seele wirkt. Auch die Heilkraft der Wärme nutzen Menschen seit Jahrhunderten. Sie hilft bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, lockert die Muskulatur, steigert die Durchblutung, reduziert Entzündungen und lindert Schmerzen.

Sie müssen aber nicht ans Meer fahren, wenn Sie Ihrer Haut und Atmung etwas Gutes tun wollen. Sie müssen auch nicht in den Süden fliegen, um etwas Wärme zu tanken. Es reicht ein Besuch im Seilerseebad mit seinen vielfältigen Angeboten für mehr Wohlbefinden.



Form 135 – 12.13

Solebad	Fläche	Temperatur
Sole-Innenbecken 3% mit Massagedüsen und Sprudelliegen (Wassertiefe 0,9 - 1,2 m)	200 m ²	Ø 32 °C
Sole-Außenbecken 3% mit Sprudelliegen, Bodenbrodlern und Schwallduschen (Wassertiefe 1,2 m)	110 m ²	Ø 32 °C
Sole-Entspannungsbecken 10%	22 m ²	Ø 34 °C
Odorium, Wärmestrahlungsraum als Duftinhalationsbad	20 m ²	45 °C
Salzgrotte Wärme-/Entspannungsraum mit Solenebel und Klanguntermalung	8 m ²	50-55 °C
Außerdem: Erlebnisduschen, Kneippbecken, Ruhebereich		
Sauna	Fläche	Temperatur
Klassische Finnsauna als Aufgussauna, 10-15% relative Luftfeuchte	26 m ²	90 °C
Softsauna mit Farblicht, 30-40% relative Luftfeuchte	19 m ²	60-70 °C
Dampfbad mit Sternenhimmel, 100% relative Luftfeuchte	10 m ²	45 °C
Außerdem: Eisbrunnen, Fußwärmbecken, Tauchbecken, Ruheraum, Außenbereich mit Liegeterrasse		
Solebad-Gäste können das Sportbad mitbenutzen. Sauna-Gäste können das Solebad und das Sportbad mitbenutzen. Es gelten die jeweiligen Badezeiten.		
RehaVital	Physiotherapie, Krankengymnastik, Massage, Bewegungsbad, Praxis im EG (Solebad-Ebene)	



SEILERSEEBAD 

Seeuferstraße 26
58636 Iserlohn
Tel. 023 71/8 07-1712
Fax 023 71/8 07-1799
www.seilerseebad.de

SEILERSEEBAD 
Sportbad · Sole · Sauna · Wellness

Entspannung in der Salzgrotte

Schon in der Antike wusste man, dass Salzumgebungsluft sich positiv auf Atmung und Haut auswirkt, besonders in Kombination mit Wärme. Nutzen Sie die therapeutische Wirkung der Strahlungswärme in unserer Salzgrotte, mit hinterleuchteten Salzsteinen und samtfeinem Salznebel bei angenehmen 50 bis 55°C. Eine dezente Klanguntermalung sorgt für die passende meditative Stimmung.



Wärmender Duft im Odorium

In unserem Odorium, einem Wärmestrahlungsraum, sind die Wände beheizt, sodass die Wärme durch Wärmestrahlung wie bei der Sonne wirkt. Bei milder Temperatur von 45°C genießen Sie ein erholsames Dufthinhalationsbad mit wohlriechenden Aromakompositionen. Die Wärmestrahlung fördert die Durchblutung mit Tiefenwirkung. Die Nutzungsdauer beträgt ca. 20 bis 30 Minuten.



Sauna, Dampfbad und mehr

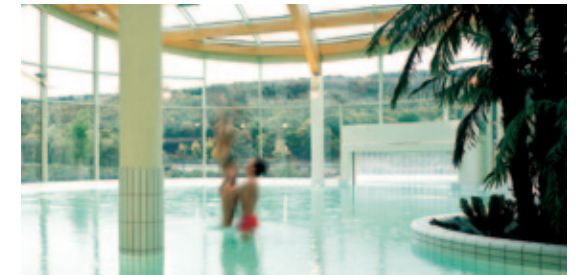
Regelmäßiges Saunabaden stärkt das Immunsystem und beugt Erkältungskrankheiten vor. Gleichzeitig können Sie sich wunderbar körperlich erholen und seelisch entspannen. Im Saunabereich des Seilerseebads finden Sie alles für das Rundum-Wärme-Wohlbefinden: von der 90°C-Finnsauna und 60°C-Softsauna über ein Dampfbad mit Sternhimmel und 100% relativer Luftfeuchte bis zum Fußwärmbecken sowie einem großen Ruheraum und einen Außenbereich mit Liegeterrasse. Und für die willkommene Abkühlung sorgen ein Tauchbecken und ein Eisbrunnen.



Übrigens: Das Team von **RehaVital** steht Ihnen auf Wunsch mit maßgeschneiderten Behandlungen in der physiotherapeutischen Praxis zur Verfügung.

Heilsames Solebad

Im Heilwasser des Solebads spüren Sie bereits unmittelbar nach dem Eintauchen die wohltuende Kraft der Sole. Sie stammt aus den Quellen des Leinethals und enthält neben Salz auch Calcium, Magnesium, Bromid und Lithium. Regelmäßig untersuchen und bestätigen anerkannte, unabhängige Prüfinstitute die Reinheit unseres Wassers.



Im Seilerseebad können Sie wählen zwischen einem mehr als 300 Quadratmeter großen Solebecken mit Innen- und Außenbereich und einem Entspannungsbecken mit hochkonzentrierter Sole. Die Wassertemperatur ist 32°C warm und die ideale Badezeit beträgt 20 Minuten. Es erwarten Sie außerdem Erlebnisduschen, ein Kneippbecken und ein Ruhebereich.