

# KRÄUTER SALZ GROTTE

## ENTSPANNEND

**Temperatur** ca. 38 – 42°C

**Luftfeuchtigkeit** ca. 8 – 10 %

**Reinigungszeiten** 12:30 – 13:00 Uhr  
18:30 – 19:00 Uhr

Die wohlige Wärme im Zusammenspiel von Salz und natürlichen Kräutern sorgt für Tiefenentspannung.

**Wirkung:** Positiver Einfluss auf die Bronchien und Atemwege.



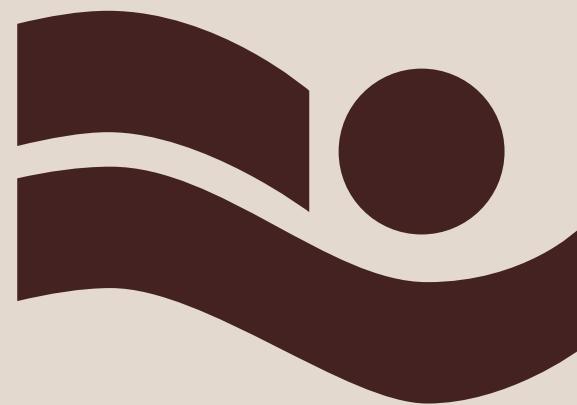
**REGENERATION**

# LICHT KLANG TEMPEL

## ENTSPANNEND

<b>Temperatur</b>	ca. 32°C
<b>Luftfeuchtigkeit</b>	ca. 8 – 10 %
<b>Reinigungszeit</b>	13:00 – 13:30 Uhr
<b>Eintritt</b>	zu jeder vollen und halben Stunde

Die sanften Schwingungen der Relaxliegen, zarte Klänge und ein harmonisches Farbenspiel unterschützen eine raschere Regeneration und Tiefenentspannung.



**REGENERATION**

**Wirkung:** Steigerung der Konzentration, Verlangsamung des Pulsschlags, Ruhe und Ausgeglichenheit werden gefördert.

**Zutritt erst ab 16 Jahren gestattet!**

# SOLARIEN

## SOLARIUM ANTI AGING RELAXZONE

**Dauer:** 15 Minuten

### **Beauty Select Funktion**

Wählen Sie aus drei verschiedenen Beauty-Programmen:

- \* **Pure Beauty:** Effektive Hautverjüngung
- \* **Beauty & Sun:** Biopositive Lichtwirkung
- \* **Sun & Beauty:** Sanfte Bräunung

---

## SOLARIUM TURBO POWER RELAXZONE

**Dauer:** 8 Minuten

**Extra Effektiv:** Luxus-Solarium für vorgebräunte Haut inklusive Aroma Vitalizer und Power Sound System.

---

## SOLARIUM TURBO RELAXZONE

**Dauer:** 12 Minuten

**Effektiv:** Komfort-Solarium für vorgebräunte Haut.

---

## SOLARIUM VIBRA SHAPE SAUNADORF

**Dauer:** 12 Minuten

Bräunungspower & Vibra Shape  
Vibrationsplatte für Anti-Cellulite-Training,  
Muskelaufbau sowie Sonnengenuss.

Nähtere Informationen und Jetons  
erhalten Sie an der Information  
am Thermenplatz oder am  
Gästeservice-Center.



# SOLARIUM VIBRA SHAPE® SAUNADORF

**Dauer:** 12 Minuten

## **Bräunungspower & Vibra Shape Vibrationsplatte**

Der SOLTRON Big Apple stillt nicht nur den Sonnenhunger sondern sorgt auch für körperliches Wohlbefinden. Im Boden des Stehsolariums befindet sich die revolutionäre Vibra Shape Vibrationsplatte. Vibra Shape ist ein revolutionäres, patentierte Hi-Tech-System, das die Vorteile von Schwingungen auf unsere Tiefenmuskulatur ausnutzt. Je nach Intensität unterstützen Sie die Fettverbrennung oder regen den Muskelaufbau an. Ein Anti-Cellulite-Effekt in Rekordzeit.



Nähtere Informationen und Jetons erhalten Sie an der Information am Thermenplatz oder am Gästeservice-Center.

# SPÜR DAS BESONDERE UNSERES THERMAL WASSERS

Das Bad Radkersburger Heilwasser sprudelt seit 23.01.1978 in einzigartiger Zusammensetzung und einem hohen Eigen- druck von 17 bar (entspricht einer 170 m Wasserfontäne) aus zwei Kilometern Tiefe an die Erdoberfläche.

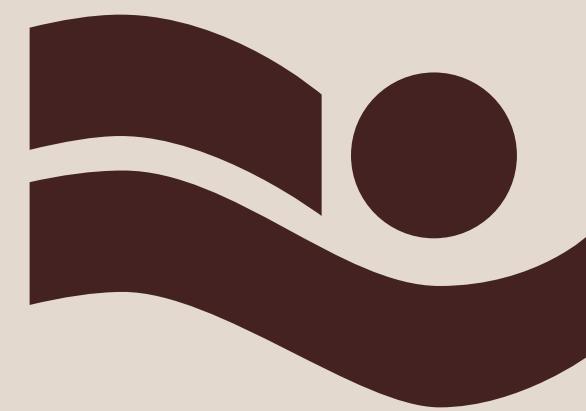
Die Quelltemperatur liegt bei 80°C und wird auf angenehme 34°C – 36°C für die Thermalbecken der Parktherme abgekühlt. Ab 20°C gilt eine Wasserquelle bereits als Thermalquelle.

Die überschüssige Wärme wird umfassend ökologisch genutzt, indem die Wärme in Energie umgewandelt wird (geothermische Nutzung). Nicht nur die Parktherme sondern auch das umliegende Kur- und Thermenviertel wird mit dieser Energie versorgt.

Mit 9.000 mg Mineralstoffgehalt pro Liter ist die Bad Radkersburger Thermalquelle eine der mineralstoffreichsten Heilquellen Österreichs. Besonders spürbar ist die gesundheitsfördernde und entspannende

Wirkung der Thermalquellen auf den Bewegungsapparat und zur Regeneration im Quellbecken mit 36°C Wasser- temperatur, hoher Zufuhr an frischem Thermalwasser (45.000 Liter pro Stun- de) und abwechslungsreichen Sprudel- attraktionen.

**Die empfohlene Badedauer im Thermalwasser: 20 Minuten**



**REGENERATION**

# WEINKELLER SAUNA

## PRICKELND

**Temperatur** ca. 80 – 100°C

**Luftfeuchtigkeit** ca. 15%

Schwitzen und Abkühlen im Wechsel mit idealem Zusammenspiel von Düften und prickelnden Cremen.

### Spezialaufgüsse täglich

14:00 Uhr

17:00 Uhr

20:00 Uhr



### REGENERATION

**Wirkung:** Stärkung der Abwehrkräfte, Kräftigung des gesunden Herz-Kreislauf-Systems, Entspannung der Muskulatur, Reinigung des Körpers und Pflege der Haut.

VOLLE STUNDE

EINTRITT  
15 MIN.

AUFGUSS  
7 MIN.

LÜFTEN &  
REINIGUNG  
8 MIN.

LÜFTEN &  
REINIGUNG  
8 MIN.

AUFGUSS  
7 MIN.

EINTRITT  
15 MIN.

HALBE STUNDE

# PANORAMA SAUNA

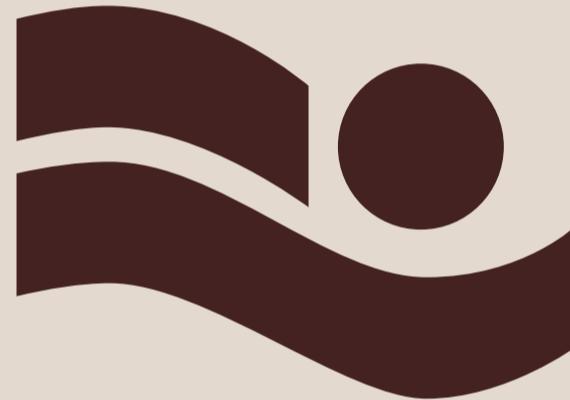
## KLASSISCH

**Temperatur** ca. 80 – 90°C

**Luftfeuchtigkeit** ca. 15 – 20%

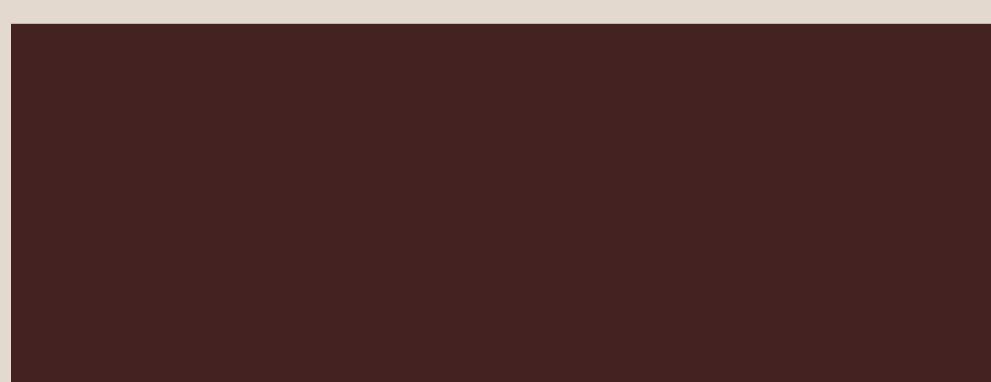
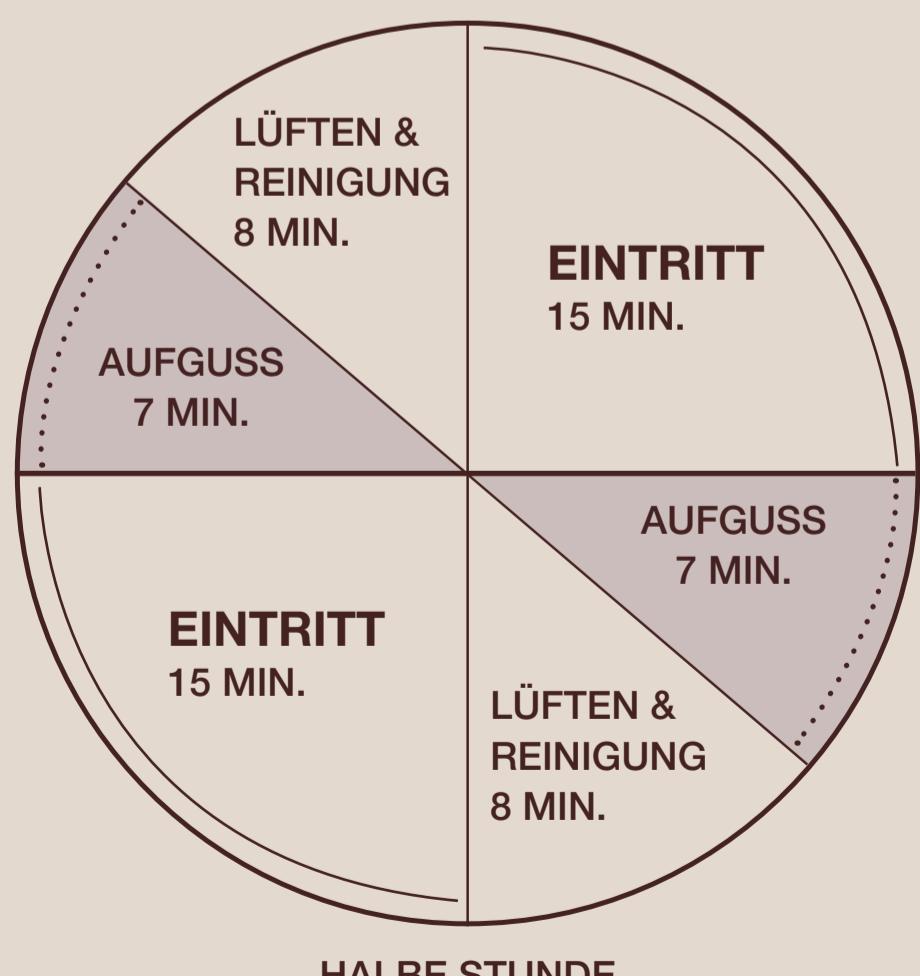
Schwitzen in trockenem und heißem Klima in Verbindung mit täglich wechselnden Duftvariationen.

**Wirkung:** Stärkung der Abwehrkräfte, Kräftigung des gesunden Herz-Kreislauf-Systems, Entspannung der Muskulatur sowie Reinigung des Körpers.



**REGENERATION**

VOLLE STUNDE



# FINNISCHE SAUNA

## PFLEGEND

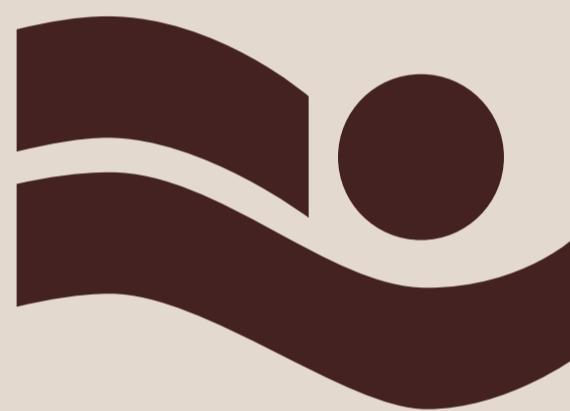
**Temperatur** ca. 85 – 95°C

**Luftfeuchtigkeit** ca. 15 – 20%

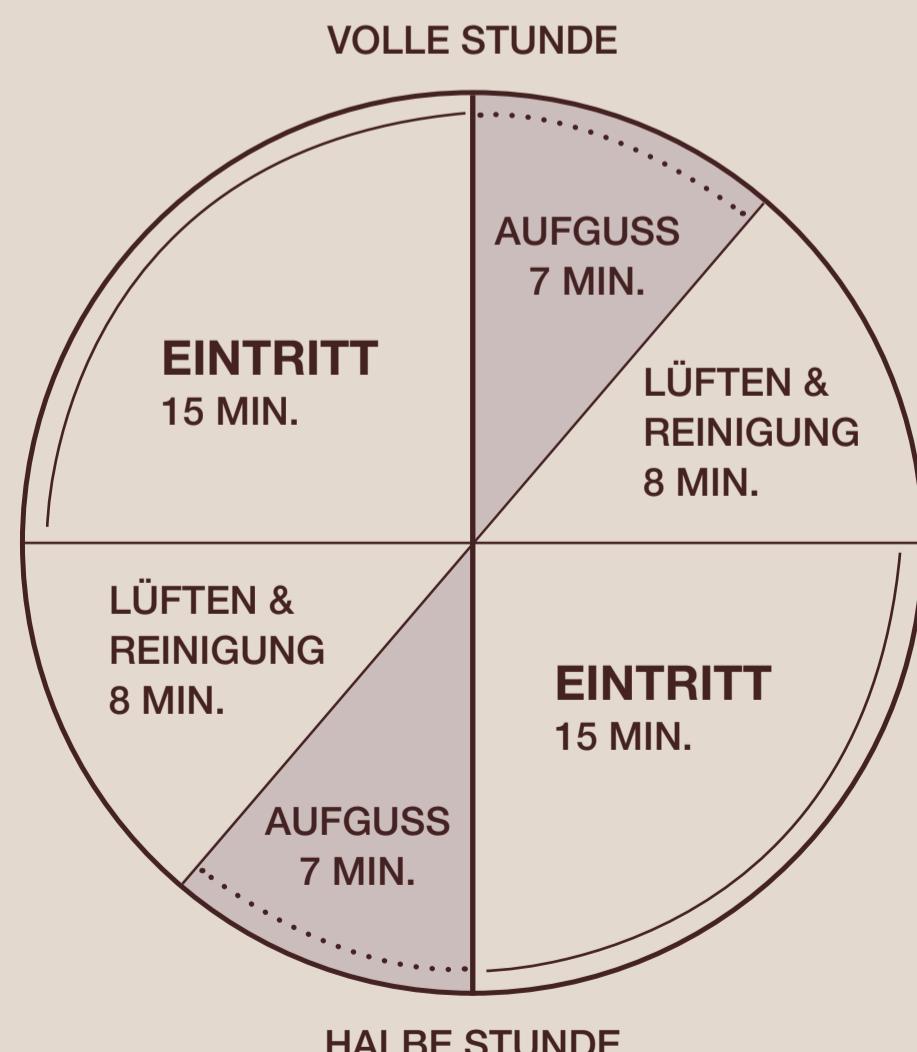
Schwitzen und Abkühlen im Wechsel mit idealem Zusammenspiel pflegender Erlebnisaufgüsse mit Cremen in Kombination mit harmonisierenden Düften.

**Spezialaufgüsse** täglich zu jeder vollen Stunde von 10:00 bis 12:00 Uhr sowie Montag bis Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr, Freitag und Samstag von 18:00 bis 21:00 Uhr und Sonntag von 16:00 bis 18:00 Uhr.

**Wirkung:** Stärkung der Abwehrkräfte, Kräftigung des gesunden Herz-Kreislauf-Systems, Entspannung der Muskulatur, Reinigung des Körpers und Pflege der Haut.



### REGENERATION



# MURNOCKERL DAMPFBAD

## PFLEGEND

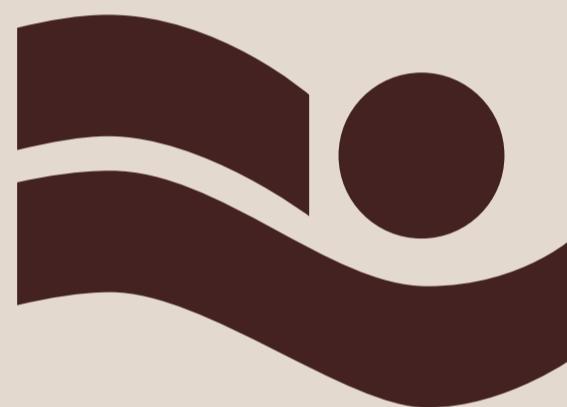
**Temperatur** ca. 45°C

**Luftfeuchtigkeit** 100%

**Reinigungszeiten** 11:45 – 12:00 Uhr

15:45 – 16:00 Uhr

Der mit angenehmen Düften versehene warme Wasserdampf bringt den Körper leicht ins Schwitzen und regt den Kreislauf an.



**REGENERATION**

**Wirkung:** Die Kombination aus Wärme und Feuchtigkeit reinigt, pflegt, entspannt und wirkt sich positiv auf die Atemwege aus.



# BIO SAUNA

## HARMONISIEREND

**Temperatur** ca. 55°C

**Luftfeuchtigkeit** ca. 50%

**Reinigungszeiten**  
11:00, 12:30  
14:00, 15:30  
17:00, 18:30  
und 19:45 Uhr

Eine kreislaufschonende Art des Saunierens, die auch für Sauna-Einsteiger besonders geeignet ist. Das Zusammenspiel von Düften aus Kräutern, Klängen und Lichtwechsel macht das Saunieren zu einem Erlebnis für Körper, Geist und Seele.

**Wirkung:** Stärkung der Abwehrkräfte, Kräftigung des gesunden Herz-Kreislauf-Systems, Entspannung der Muskulatur sowie Reinigung des Körpers bei kreislaufschonender Temperatur.



**REGENERATION**

# VULKAN SAUNA

## HEILSAM

**Temperatur** ca. 70°C

**Luftfeuchtigkeit** ca. 25 %

**Reinigungszeiten**  
11:15 Uhr  
14:15 Uhr  
17:15 Uhr  
20:15 Uhr

**Aufguss** zu jeder  
halben Stunde –  
automatisch



**REGENERATION**

Schwitzen bei angenehmer Temperatur mit gesundheitsfördernden Heilwasseraufgüssen aus den Bad Radkersburger Quellen im Zusammenspiel mit Lichtwechsel.

**Wirkung:** Stärkung der Abwehrkräfte, Kräftigung des gesunden Herz-Kreislauf-Systems, Entspannung der Muskulatur sowie Reinigung des Körpers.



# INFRAROT RELAX

## ENTSPANNEND

<b>Temperatur</b>	ca. 45°C
<b>Luftfeuchtigkeit</b>	ca. 15%
<b>Reinigungszeiten</b>	12:30, 14:45 16:30, 18:40 und 20:45 Uhr

Die milde Wärme der Infrarotstrahlen erhöht auf angenehme Weise die Körpertemperatur und wirkt in Kombination mit entspannenden Farben und sanften Klängen beruhigend und sorgt für raschere Entspannung.

**Wirkung:** entspannend, beruhigend, harmonisierend, ausgleichend.



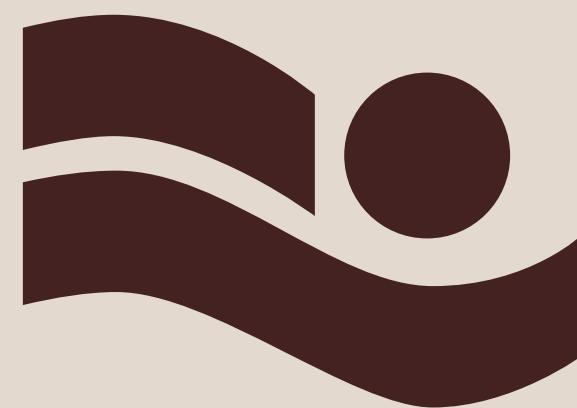
**REGENERATION**

# INFRAROT AKTIV AKTIVIEREND

<b>Temperatur</b>	ca. 45°C
<b>Luftfeuchtigkeit</b>	ca. 15%
<b>Reinigungszeiten</b>	12:00, 14:00 16:00, 18:00 und 20:00 Uhr

Die milde Wärme der Infrarotstrahlen erhöht auf angenehme Weise die Körpertemperatur, wirkt in Kombination mit kräftigen Farben aktivierend auf den Körper und dient somit als Gesundheitsprophylaxe.

**Wirkung:** fördert Aktivität und Vitalität, regt die Durchblutung an, wirkt leistungssteigernd und hebt die Stimmung.



**REGENERATION**

# SAUNADORF

**Entspannen auf über 3.050 m<sup>2</sup> im Saunadorf der Parktherme mit acht verschiedenen Saunen:**

- **Vulkan Sauna** (heilsam; bei ca. 70°C, ca. 25% Luftfeuchtigkeit)
- **Bio Sauna** (harmonisierend; bei ca. 55°C, ca. 40% Luftfeuchtigkeit)
- **Infrarot Aktiv** (aktivierend; bei ca. 45°C, ca. 15% Luftfeuchtigkeit)
- **Infrarot Relax** (entspannend; bei ca. 45°C, ca. 15% Luftfeuchtigkeit)
- **Panorama Sauna** (klassisch; bei ca. 80 – 90°C, ca. 15-20% Luftfeuchtigkeit)
- **Finnische Sauna** (pflegend; bei ca. 85 – 95°C, ca. 15-20% Luftfeuchtigkeit)
- **Weinkeller Sauna** (prickelnd; bei ca. 80 – 100°C, ca. 15% Luftfeuchtigkeit)
- **Murnockerl Dampfbad** (pflegend; bei ca. 45°C, ca. 100% Luftfeuchtigkeit)

Im Saunadorf erwarten Sie abwechslungsreiche Erlebnisaufgüsse mit Düften und Cremen, Crushed Ice, gemütliche Ruhe- und Liegeräume, ein großzügiger FKK-Saunagarten, die Genussbar mit regionalen Köstlichkeiten und vieles mehr.

## Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag:	9:30 – 21:15 Uhr
Freitag und Samstag:	9:30 – 22:45 Uhr
Sonntag:	9:30 – 19:45 Uhr

## Aufzahlung Saunadorf € 5,-

Nähtere Informationen zum Sauna-Angebot und zur Aufzahlung erhalten Sie an der Information am Thermenplatz oder am Gästeservice-Center.



# SAUNAORDNUNG

Liebe Gäste, wir dürfen Sie recht herzlich in unserem Saunadorf begrüßen und bitten gleichzeitig im Interesse aller Saunabesucher um Einhaltung folgender Punkte:

## **1. Eintritt**

Der Zutritt in unser Saunadorf ist nur mit einem gültigen Transponder oder einer Zimmerkarte möglich. Der Transponder ist nicht übertragbar. Den aktuellen Saunatarif entnehmen Sie bitte aus unserer Preisliste. Jeglicher Missbrauch wird geahndet.

## **2. Alter:**

Kindern und Jugendlichen unter 16 Jahren ist der Zutritt in das Saunadorf nur in Begleitung eines Erwachsenen erlaubt.

## **3. Hygiene:**

Wir bitten unsere Gäste vor der Benützung einer Saunakabine oder Tauchbeckens zu duschen. Betreten Sie die Saunakabine nur in trockenem Zustand und ohne Badeschuhe. Als Sitzunterlage benötigen Sie ein ausreichend großes Badetuch worauf der gesamte Körper platziert werden kann, und somit ein Abtropfen von Schweiß direkt auf die Sitzbänke nicht möglich ist. Jegliche Art von Körperpflege wie rasieren, pediküren usw., ist aus hygienischen Gründen in allen Kabinen untersagt. Verwenden Sie dazu ausschließlich die dafür vorgesehenen Sanitärräumlichkeiten im Saunadorf. Ebenso ersuchen wir Sie, den Verzehr von Lebensmitteln und dgl. aus hygienischen Gründen zu unterlassen.

Empfehlung: Damit die Wärmestrahlung, die von den Holzflächen der Decke und Wände sowie vom Ofen ausgeht, die Haut ungehindert erreicht, sauniert man völlig unbekleidet. Badekleidung würde auch den Schweiß am Körper festhalten, die Haut reizen, und mögliche Hautirritationen verursachen. Außerdem würde die freie Wasserverdunstung von der Oberhaut beeinträchtigt werden.

## **4. Aufgusszeiten:**

Alle 15 Minuten findet in fast allen Saunen ein Aufguss, den unsere Gäste selbst durchführen können, statt. Als Orientierungshilfe sind vor jeder Kabine symbolische Saunauhren angebracht, die einen genauen Ablauf eines Saunadurchgangs anzeigen. Bitte halten Sie die vorgegebenen Zeiten im Interesse Aller ein. Der letzte Aufguss endet mit dem offiziellen Badeschluss (Montag bis Donnerstag um 21:15 Uhr, Freitag und Samstag um 22:45 Uhr, Sonntag um 19:45 Uhr)

## **5. Service:**

Unser Sauna Coach ist stets bemüht, Ihnen zu den aktuellen Aufgusszeiten einen Kübel mit gebrauchsfertigem Aufgussmittel bereit zu stellen. Wir verwenden dazu ausschließlich hochwertige Aufgussöle. Selbst mitgebrachte Öle können nur in Absprache mit dem Sauna Coach verwendet werden. Nach jedem Aufguss werden die Kabinen gereinigt, gelüftet und desinfiziert. Sollte es Unklarheiten geben, steht der Sauna Coach Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

## **6. Ordnung**

Wir bitten höflichst, die vorgegebenen Richtlinien des Saunadorfes bzw. den Anweisungen der MitarbeiterInnen Folge zu leisten. Für den FKK-Saunagarten stehen eigene Liegen zur Verfügung. Im Übrigen nehmen Sie bitte Abstand von unnötigen Liegestuhl-reservierungen. Das Liegen auf den Sitzbänken in den Saunen ist nur dann möglich, wenn es die Besucherzahl in der Kabine zulässt.

## **7. Sicherheit:**

Gästen, deren Zustand für einen Saunabesuch als bedenklich erscheint, kann der Zutritt in das Saunadorf verwehrt werden. Wir bitten Sie, Wertgegenstände ausschließlich in die dafür vorgesehenen Wertschließfächer zu geben und den Transponder bei sich am Handgelenk zu tragen. Wegen Brandgefahr ist das Trocknen von Badeutensilien in den Saunakabinen ausnahmslos untersagt. Weiters empfehlen wir aus Sicherheitsgründen das Tragen von Badeschuhen im Saunadorf. Wir bitten Sie beim Aufguss in den Saunen auf das Wohlbefinden der anderen Gäste Rücksicht zu nehmen.

Das Team der Parktherme Bad Radkersburg wünscht Ihnen einen entspannenden und erholsamen Aufenthalt im Saunadorf!

Bad Radkersburg 01/2013