# Natürliche Energiequellen

#### - für innere Balance & Lebenskraft

Das "Himalaya"-Salz ist ein reines Kristallsalz, entstanden durch die Austrocknung eines Ur-Meeres vor Millionen von Jahren. Es stammt aus 400 - 600 m tiefen Salzminen in Pakistan, die an den Ausläufern des Himalayagebirges liegen.

Neben vielen wichtigen Mineralstoffen hat "Himalaya"-Salz eine stark antibakterielle Wirkung, die unterstützend bei der Heilung insbesondere von Atemwegserkrankungen wirkt.

Das Salzgranulat des Toten Meeres stammt aus Jordanien. Sein Salzgehalt von ca. 28 % ist etwa 8 - 9 mal höher als der im Atlantik und 40 mal höher als der in der Ostsee. Besondere therapeutische Erfolge werden bei der Linderung von Hauterkrankungen erzielt.

### Salz & Steine zum Mitnehmen

Im Eingangsbereich der Salzgrotten befinden sich die Ausstellungsvitrinen mit Geschenkideen und Produkten rund um Salz & Steine.



# Öffnungszeiten

- nur nach Voranmeldung

Montag - Freitag 9:45 / 10:45 / 11:45 / 14:45 / 15:45 / 17:45 Uhr

Samstag & Sonntag 10:45 / 11:45 / 14:45 / 15:45 / 17:45 Uhr

Dienstag, Donnerstag, Samstag & Sonntag zusätzlich 16:45 Uhr

Sonder- und Privattermine ab 8 Personen buchbar. Aufenthaltsdauer 45 Minuten. Nach Beginn kein Einlass mehr möglich.

Terminvereinbarung und Eintrittskarten: Über die Solebad-Kasse unter 0791 / 75 87 130



## Haller Salzgrotten

#### - Fine Schatzkammer der besonderen Art

Mit 60 Tonnen reinem Natursalz, verteilt auf rund 120 m², beherbergen die Haller Salzgrotten einen wahren Schatz an wertvollen Mineralstoffen.

Die spezielle Kombination aus Totem-Meer-Salz, reinem, etwa 250 Mio. Jahre altem Kristall- bzw. "Himalaya"-Salz, Bochneris-Salz und Haller Sole erzeugen ein optimales, gesundheitsförderndes Mikroklima.

Ein Aufenthalt in der Salzgrotte ist wohltuend wie ein Urlaubstag am Meer.

Auch der Anteil an Mineralstoffen ist ausgesprochen hoch. Dazu gehören zum Beispiel:

- Magnesium gegen Stress & für einen stabilen Organismus
- Kalzium für die Knochen
- Natrium f
  ür den Wasserhaushalt
- Jod für die Schilddrüse
- Eisen für die Widerstandsfähigkeit
- Brom für das Nervensystem
- Selen gegen Hautalterung



## Ihr persönlicher Kurzurlaub

Die Salzgrotten können entweder in normaler Straßenkleidung und -schuhen oder in trockener Badekleidung betreten werden.

Sie erhalten Plastikschuhe um die gleichbleibende Reinheit des Salzes zu gewährleisten.

Entspannende Musik begrüßt den Besucher, der die höhlenartig gestalteten Räume betritt. Wände und Decken sind ins warme Licht der Salzlampen getaucht. Es herrschen angenehme Temperaturen um 22 °C - 24 °C, die Luftfeuchtigkeit liegt bei ca. 45 %.



## **Familiengrotte**

### spielerisch vorbeugen & therapieren

Gerade Kinder leiden oft unter Asthma und Hautproblemen. Um auch den Kleinen zu helfen, wurde die Gemeinschaftsgrotte (18 Plätze) um eine separate Familiengrotte (8 Plätze) mit Spielecke, Salzkasten und "Salzschloss" ergänzt.



### ...und so funktioniert's

Mit jedem Atemzug inhaliert der Besucher wertvolle Mineralstoffe und kann sich auf komfortablen Liegestühlen, in eine warme Decke gehüllt, 45 Minuten lang total entspannen und regenerieren.

Bei einer konstanten Luftfeuchtigkeit von ca. 45 % reichert sich die Luft in den Salzgrotten mit Ionen an, die über die Haut und die Atmung aufgenommen werden.

Die positive, wohltuende Wirkung dieser bakterienfreien, ionisierten Salzluft in Kombination mit sanften Licht- und Klangeffekten führt schon nach kurzer Zeit zu einer Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und lindert bei regelmäßiger Wiederholung nachweislich eine Vielzahl von Beschwerden.

## Salz und Sole

## - positive Wirkung & gesundheitliche Aspekte

Einen Aufenthalt in den Salzgrotten empfinden auch gesunde Menschen als erholsam und entspannend. Es stärkt die Abwehrkräfte, weckt die Lebensgeister und macht gute Laune.



Gegenanzeigen: Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Bei Schilddrüsenüberfunktion bitte den Arzt fragen.

Darüber hinaus trägt der regelmäßige Aufenthalt in reiner, allergenfreier Salzluft nach Meinung vieler Betroffener maßgeblich zur Linderung einer Vielzahl von Beschwerden bei und begünstigt den Heilungsprozess bei:

- Asthma, Bronchitis, Chronischem Schnupfen, Heuschnupfen
- Nebenhöhlenentzündungen
- Allergien, Hauterkrankungen (Akne, Schuppenflechte, Neurodermitis)
- Burn-out-Syndrom, Erschöpfungszuständen
- Schlafstörungen, Unruhe, Stress
- Herz- und Gefäßkrankheiten
- Bluthochdruck