

Mit
Übersichts-
karte



Bad Salzuflen

...ich fühl' mich wohl.

Kneippen in Bad Salzuflen

Ausgezeichnetes Kneipp-Heilbad

im Zusammenspiel von Sole & Kneipp

Das Prädikat „Heilbad“ ist die höchste Auszeichnung, die das Land Nordrhein-Westfalen an Kur- und Erholungsorte vergibt. Bad Salzuflen zählt dazu. Aus gutem Grund: Hier gehen Naturanlagen und Einrichtungen für hydrotherapeutische Heilverfahren mit einer hochqualifizierten ärztlichen und fachlichen Betreuung Hand in Hand. Dabei ist Bad Salzuflen als „Thermal-Sole-Heilbad“ und „Kneipp-Heilbad“ sogar doppelt prädikatisiert – einmalig in ganz Nordrhein-Westfalen.





Kneippen - was genau ist das eigentlich?

Der Ursprung der Kneipp'schen Medizin geht auf den deutschen Pfarrer Sebastian Kneipp (1821 - 1897) zurück. Sein ganzheitlicher Ansatz über fünf Elemente - Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung - passt wunderbar ins Konzept des Heilbades Salzuflen und zu den Bedürfnissen derer, die hier Gesundheit und Entspannung suchen. Vielleicht haben Sie schon mal vom „Wassertreten“ gehört? Es vereint bereits zwei der fünf Kneipp-Elemente.



Seb. Kneipp



Wasser



Bewegung



Ernährung



Heilpflanzen



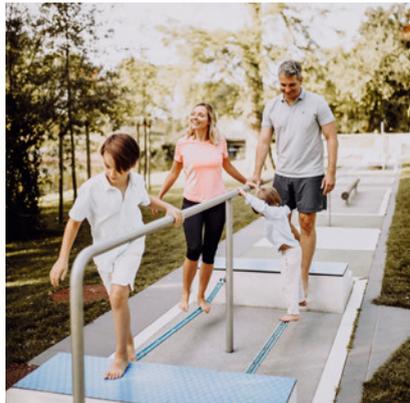
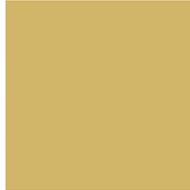
Lebensordnung



Kneipp-Insel & -Erlebnisparkours

Bewegung und Erfrischung im Kurpark

Kneipp'sche Anwendungsmöglichkeiten finden Sie im gesamten Kurpark, zum Beispiel auf der Kneipp-Insel. Gönnen Sie Ihren Füßen besondere Fühlerlebnisse auf dem Barfußpfad. Anschließend können Sie die Hosenbeine hochkrepeln und Ihre Beine beim Wassertreten erfrischen. Das regt Kreislauf, Stoffwechsel und Durchblutung an, lindert Schlaflosigkeit, wirkt gegen Migräne und stärkt das Immunsystem. Auch Armbäder sind möglich – gleich an mehreren Orten: im Kurpark, im Landschaftsgarten und am Uhrenturm-Gradierwerk.



Kneipp für alle Sinne

Riechparcours und Kräutergarten

Im Kräutergarten wachsen ausgewählte, von Sebastian Kneipp besonders geschätzte Pflanzen. Sie finden den Garten nicht weit vom Kurpark-Haupteingang in der Nähe der Konzerthalle. Hier lernen Sie viel über die heilende Wirkung verschiedener Pflanzen. Ein besonderes Riecherlebnis verspricht der Riechparcours im Kneipp-Pavillon auf der Kneipp-Insel.



Venentreppen für die Beine

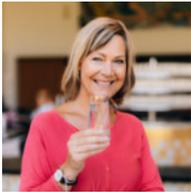
In Zusammenarbeit mit dem Kneipp-Verein sind in Bad Salzuflen zwei Kneipp-Venentreppen entstanden, eine hinter der Wandelhalle beim Aufgang zum Lietholz und eine vor dem GESUNDWERK. Vier einfache Venenübungen werden auf den Hinweisschildern erläutert, so dass Sie direkt aktiv etwas für Ihre „fitten“ Beine tun können.



Exzellentes Doppel: Sole & Kneipp

In der Kombination mit Sole ergeben sich nochmal mehr Möglichkeiten für regenerierende und vitalisierende Gesundheitsangebote. Dazu zählt natürlich das Frischeerlebnis an den Gradierwerken. Am Uhrenturm-Gradierwerk finden Sie sogar ein Kneipp Armbecken mit echter Sole. Und zum Entspannen kuscheln Sie sich einfach in einen Strandkorb am Sole-Strand nahe der Wandelhalle im Kurpark.

Kneipp-Anlagen:



Am Uhrenturm-Gradierwerk

- 1 Kneipp-Armbecken mit Sole

Im Kurpark

- 2 Kneipp-Kräutergarten
- 3 Wandelhalle mit Sole- und Kneipp-Erlebnisausstellung
- 4 Sole-Strand mit Sole-Brunnen und Strandkörben
- 5 Sole-Pavillon
- 6 Aktivfläche
- 7 Kneipp-Insel mit Tretbecken, Armbecken und Barfußpfad
- 8 Kneipp-Pavillon

Im Landschaftsgarten

- 9 Kneipp-Armbecken am großen Kurparksee
- 10 Kneipp-Erlebnisparkours

Im Stadtbild

- 11 Kneipp-Venentreppe
- 12 Wasserspielplatz mit Hängebrücke

Das GESUNDWERK

mit vielfältigen Sole- und Kneipp-Angeboten

Wer in Bad Salzuflen wohnt, kennt das vielfältige Angebot des GESUNDWERKS (ehemals Staatsbad Vitalzentrum). Ob Schwimmen in Sole, Bewegungskurse oder die Therapieangebote von der Massage bis zur Badekur – hier betreut Sie ein erfahrenes Team aus Medizin und Wissenschaft. Auch Gesundheitsarrangements zählen zum Spektrum, wie das Wochenende „Kneipp Retreat“.



GESUNDWERK
BAD SALZUFLEN

Mitmachen bei „Aktiv im Park“!

Die aktivierenden und entspannenden Bewegungskurse vom Aktiv-im-Park-Programm finden auf der Aktivfläche im Kurpark statt. **Programm und Infos:**





Die VitaSol Therme

Wasser, Bewegung und Entspannung à la Kneipp

Die Wohlfühlwelt der VitaSol Therme kombiniert ebenfalls Sole & Kneipp auf vortreffliche Weise. Hier warten die ThermenLandschaft, eine WellnessLounge und der weitläufige SaunaPark mit Außenbereich und Naturbadeteich auf Sie. Wählen Sie zwischen Sportbecken, Intensiv-Solebecken mit Unterwassermusik, Regenwolke, Sprudelbecken, Infrarotlounge, Dampfbad und Wintergarten.



VitaSol Therme
Bad Salzuflen

A stylized blue graphic of three wavy lines representing water, positioned below the text.

Wandelhalle im Kurpark

Erlebniswelt Sole & Kneipp zum Entdecken

Die Wandelhalle ist insbesondere für den Ausschank der Sole-Trinkkur bekannt. Doch lohnt durchaus ein längerer Aufenthalt. Tauchen Sie ein in die Welt von Sole & Kneipp – von Übungen zur bewussten Körperwahrnehmung im Erlebnisraum bis zur Stadtgeschichte Bad Salzflens mit viel Wissenswertem zur Heilwirkung der Mineralquellen.

Öffnungszeiten Wandelhalle:

Mo – So: 09 – 18 Uhr | Parkstr. 24





Öffnungszeiten
Kneipp-Shop:



Willkommen im Kneipp-Shop

Ein gutes Stück Bad Salzuflen erstehen Sie im Kneipp-Shop in der Wandelhalle: hochwertige Kneipp- und SoleSALZ-Produkte als Erinnerung oder auch als besonderes Geschenk.

Beste Adressen



Apothekergarten – Im Umweltzentrum an der Heerser Mühle finden Sie rund 60 bekannte Naturheilpflanzen, zum Beispiel zur Gesundung von Organsystemen, wie Atmung, Verdauung oder auch Herz-Kreislauf-System.

www.heerser-muehle.de



VitalWanderWelt – Auf speziellen Wandertouren vom Teutoburger Wald Tourismus erhalten Sie wertvolle Tipps zur richtigen Atmung und Ernährung oder auch zur gelenkschonenden Bewegung und Kräftigung der Muskeln.

www.teutoburgerwald.de



Kneipp-Verein – Viele interessante Informationen und spannende Veranstaltungen rund um das Thema Kneipp, wie z. B. Wanderungen und Führungen, bietet der Kneipp-Verein Bad Salzuflen e.V.

www.kneippvereinbadsalzuflen.de

 **Kneipp** Verein
aktiv & gesund
Bad Salzuflen e.V.

Gastgeber*innen mit Kneipp-Angeboten

Best Western Plus Hotel: Ostertor

Tel. 05222 . 983880 | www.hotel-ostertor.com

Maritim Hotel Bad Salzuflen

Tel. 05222 . 1810 | www.maritim.de

Kurparkhotel

Tel. 05222 . 3990 | www.kurparkhotel.de

Hotel Joh

Tel. 05222 . 15959 | www.kurhotel-joh.de

Weinhotel Römerbad

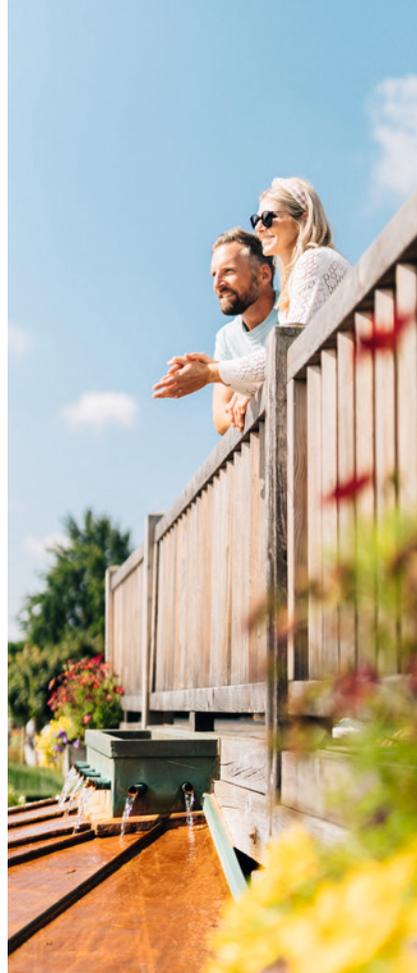
Tel. 05222 . 91500 | www.roemerbad-hotel.de

Vita Nova Klinik

Tel. 05222 . 343450 | www.vitanova-kliniken.de

Salinenklinik

Tel. 05222 . 9360 | www.salinenklinik-badsalzuflen.de





Bad Salzuflen

...ich fühl' mich wohl.

Tourist-Information

Parkstr. 20 | 32105 Bad Salzuflen

Tel. 05222 . 952-5200

info@bad-salzuflen.de

www.staatsbad-salzuflen.de

Öffnungszeiten April – Okt.

Mo – Fr 09.00 – 17.00 Uhr

Sa – So 09.00 – 13.00 Uhr

Feiertag 09.00 – 13.00 Uhr

Öffnungszeiten Nov. – März

Mo – Fr 09.00 – 17.00 Uhr

Sa 09.00 – 13.00 Uhr

So und Feiertag geschlossen



© Fotos: Bad Salzuflen / Adamski, Boehle, Hub,
Jacke, Strothbäumer, VitaSol Therme GmbH, Voth,
iStock (Grafissimo), Teutoburger Wald Tourismus / D. Ketz

Änderungen vorbehalten | Stand: Juli 2024