

## Übersicht Angebote Staatsbad Vitalzentrum

Sehr geehrte Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner,  
hier erhalten Sie für Ihre Gäste einen kurzen Überblick zu den vielseitigen und interessanten Leistungsangeboten aus dem Vitalzentrum.

Wir freuen uns auf Ihre Anfragen.

Ihr Staatsbad Vitalzentrum

### Unsere Empfehlung für ein zu buchbares Angebot:

- **Mein perfekter Tag**  
Aktive Auszeit mit viel Bewegung und Entspannung, ein abwechslungsreiches Programm, immer am letzten Samstag im Monat für Sie. Telefonisch buchbar im Staatsbad Vitalzentrum unter 05222 - 183 800

Mein perfekter Tag	Termin	Uhrzeit	Dauer	Preis
<b>Thema im März:</b> Aktivangebot für den gestressten Rücken mit Rücken- und Aquafitness & Entspannung nach Jacobson (PMR)	Samstag, 26.03.2022	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im April:</b> Rücken Qi Gong - die sanfte Art, den Rücken zu stärken und zu entspannen	Samstag, 30.04.2022	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im Mai:</b> Yoga zum Kennenlernen und Mitmachen; Vorkenntnisse im Yoga werden für diesen Angebot nicht benötigt.	Samstag, 28.05.2022	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im Juni:</b> Functional- & Faszien-Fitness Outdoor im Gesundheits-Kurpark (bei schlechtem Wetter im Vitalzentrum) plus Aqua-Fitness mit anschließender Entspannung in Thermalsole	Samstag, 25.06.2022	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im Juli:</b> Functional- & Faszien-Fitness Outdoor im Gesundheits- und Erlebnispark (bei schlechtem Wetter im Vitalzentrum) plus Aqua-Fitness mit anschließender Entspannung in Thermalsole	Samstag, 30.07.2022	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im August:</b> Erlebnistag zu traditioneller westlicher und fernöstlicher Bewegungs- und Lebenskunst (Kneipp, Tai Chi , Qi Gong und Meditation) Outdoor (bei schlechtem Wetter im Vitalzentrum)	Samstag, 27.08.2022	14:30-18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im September:</b> Aktivangebot für den gestressten Rücken mit Rücken- und Aquafitness & Entspannung nach Jacobson (PMR)	Samstag, 24.09.2022	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im Oktober:</b> Ein Freudenfest für die Faszien! Faszientraining, Pilates, Aqua-Fasziengym & Aqua-Entspannung	Samstag, 29.10.2022	14:30-18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €
<b>Thema im November:</b> Yoga zum Kennenlernen und Mitmachen	Samstag, 26.11.2022	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	83,00 €

### Eine Auswahl an täglichen Angeboten:

- **Fit in den Tag**
  - Mit „Fit in den Tag – Das Morgentraining“ starten Sie aktiviert und entspannt in den Tag.
  - Donnerstag und Freitag, jeweils von 09:00 - 09:40 Uhr Einzelkarte 6 €, 12er Karte 60 €
  - Fit in den Tag findet an Feiertagen nicht statt
  - Eine Anmeldung zu den Terminen ist erforderlich
  - Diese kann telefonisch unter 05222-183 800 oder direkt im Vitalzentrum (auch kurzfristig) erfolgen.
  
- **Thermalsole-Schwimmen**

Erleben Sie die wohltuende Wirkung der Sole! Beim Thermalsoleschwimmen können Sie zu festen Zeiten im Vitalzentrum-Bewegungsbad bei einer angenehmen Temperatur von ca. 33 Grad Celsius Ihre Wohlfühl-Zeit verbringen.

  - Einzelkarte 5,00 €; 10-er Karte 40,00 €
  - Schwimmzeiten (findet an Feiertagen nicht statt):
    - Montag von 12:00 - 12:30 Uhr
    - Mittwoch von 08:00 - 08:30 Uhr und 12:00 - 12:30 Uhr
    - Freitag von 08:00 - 08:30 Uhr und 12:00 - 12:30 Uhr sowie 19:00 - 19:30 Uhr
  - Eine Anmeldung zu den Terminen ist erforderlich. Diese kann telefonisch unter 05222-183 800 oder direkt im Vitalzentrum (auch kurzfristig) erfolgen.

### Unser besonderer Tipp für Ihre Gäste:

- **Aquafloating**

Schweben in der Thermalsole zu den sanften Klängen entspannender Musik - geführt durch eine Therapeutin des Staatsbad Vitalzentrums.

Einzelanwendung:	ca. 45 Minuten	68,00 Euro
Aquafloating für Zwei:	ca. 60 Minuten	90,00 Euro

Telefonisch buchbar im Staatsbad Vitalzentrum unter 05222 - 183 800
  
- **Soletraum**

In den Abendstunden verwandelt sich unser Thermalsolebecken mit Kerzenschein und Entspannungsmusik in eine Oase der Entspannung, ein entspannter Start in das Wochenende. Freitags, von 19:00 – 20:15 Uhr; Preis: 13,50 Euro; Telefonisch buchbar im Staatsbad Vitalzentrum unter 05222 - 183 800

### Weitere Kursangebote

Alle Informationen und weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage:

<https://www.staatsbad-salzuflen.de/staatsbad-vitalzentrum>

### Unsere Öffnungszeiten Vitalzentrum (Rezeption)

- Montag, Mittwoch und Freitag: 08:00 - 18:00 Uhr
- Dienstag und Donnerstag: 08:00 - 19:00 Uhr
- Samstag: 08:00 - 13:00 Uhr
- Telefonische Erreichbarkeit: 05222-183 800

