

Sauna in der Taunus Therme

Die Sonne bringt Licht und Feuer auf die Erde. Der Mensch braucht Wärme. Er sucht Wärme. Er liebt Wärme. Sie tut dem Körper gut und taut die Seele auf, sie ist behaglich. Sie heilt und beugt vor.

In der Taunus Therme findet mal all dies in den Saunen im Saunabereich. Schwitzen in einer finnischen Blockhaus-Sauna. Das klassische Vergnügen in biologisch einwandfreier Umgebung. Die handbearbeiteten finnischen Kiefferrundholzstämme duften durch die hohen Temperaturen. Der Wechsel von Wärme und Kälte in der Sauna ist gesunder Streß, um den Kreislauf zu kräftigen. Alternative zur Sauna gesucht? Dann gehen Sie ins Dampfbad bei 45 ° Celsius und 98 Prozent Luftfeuchtigkeit ist dies schonende Reinigung für die Haut und schützt die Atemwege. Hier warten insgesamt 13 Saunen auf Sie, zwei davon in dem separaten Damensaunabereich, zwei im Textil-Bereich. Unterschiedlich temperiert ist für jeden etwas dabei. Selbstverständlich gibt es jeden Tag bis in die Nacht über 40 Aufgüsse, so dass für jeden etwas dabei ist. Besonders berühmt sind die Honigaufgüsse. Durch die Wärme in der Sauna wird der Honig gänzlich von der Haut aufgenommen und sie wird jugendlich, glatt und angenehm zart. Auch hier die Alternative: Salzpeeling im Dampfbad. Oder erst das Salzpeeling und dann in der Sauna den Honigaufguß, das ist Luxus pur.

Wenn Sie noch nie in einer Sauna waren und das Ganze erst einmal ohne sich auszuziehen probieren möchten, dann gehen Sie in die beiden Textil-Saunen im Schwimmbadbereich. Durch die große Fensterfront fühlen Sie sich nicht so allein, können bei niedrigerer Temperatur entweder in der Trockensauna oder in der Sauna mit der erhöhten Luftfeuchtigkeit erst einmal einen Test machen, um zu entscheiden, ob Sie sich in den eigentlichen Saunabereich zum weiteren Testen begeben wollen. In allen Bereichen (Damen-Sauna, Gemischte Sauna, Textil-Bereich) stehen Ihnen natürlich immer Duschen zum Abkühlen und Kaltwasserbecken zur weiteren Abkühlung zur Verfügung. Zum Vorwärmen können Sie die entsprechenden Thermalbecken nutzen. Zum Abschluß vielleicht ein frischgepreßter Fruchtsaft?