

# Altmühltherme

Treuchtlingen



## Quelle purer Lebenslust

Angebote, Öffnungszeiten und Preise

# Quelle purer Lebenslust

Tun Sie sich etwas Gutes: Schenken Sie sich einen schönen Tag in der Altmühltherme Treuchtlingen, der Ihnen neue Vitalität und Kraft verleiht. Tauchen Sie ein in eine Welt voller Wohltaten und Genüsse für Körper, Geist und Seele: Saunieren Sie in angenehmer Atmosphäre, lassen Sie sich mit wunderbaren Massagen verwöhnen.

## Gesundheit & Wellness – Spaß & Action

Aus den staatlich zertifizierten Heilquellen sprudelt kostbares Heilwasser in die Thermalbecken der Altmühltherme. Es stärkt die Gesundheit mit wertvollen Mineralien und steigert das Wohlbefinden. Deshalb ist die Altmühltherme der perfekte Ort für Erholung, Gesundung, Prävention und Wellness. Aber auch für Wasserspaß und Action ist bestens gesorgt: Zwei über 100 Meter lange Riesenrutschen bieten Nervenkitzel. Im Wellenbad lädt eine vier Meter hohe AquaBouldering-Wand über dem Wasser Groß und Klein zum Klettern ein.

Gesundheit, Wohlbefinden und Familienspaß – diese vielseitige Kombination bietet Ihnen die Altmühltherme Treuchtlingen!

**Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen und einen schönen Aufenthalt!**  
**Ihr Team der Altmühltherme Treuchtlingen**

## Familien- und Ferienangebote

Ein Thermenbesuch ist für Groß und Klein ein besonderes Vergnügen. Daher bieten wir Familien ein umfangreiches Programm an:

### Familien-Therme: Open House für Familien

In den Oster-, Pfingst- und Sommerferien öffnet die komplette Therme – inklusive Außenbereich – für Familien mit Kindern (ab 3 Jahre). Die Familien-Therme findet jeweils in der ersten Ferienwoche statt.

### Fit&Fun-Ferientarif: Extra langer Genuss!

Der Fit&Fun-Ferientarif macht in den Oster- und Pfingstferien gute Laune: In der jeweils 2. Ferienwoche gibt es volle 5 Stunden Thermalgenuss und Badespaß zum Preis von 3,5 Stunden.





## Das Lebensstilprogramm der Thermenstadt Treuchtlingen Gesund & Fit – mit System

In jedem Lebensalter ist es wichtig, die individuellen Gesundheitsrisiken zu kennen und ihnen vorzubeugen. Mit einem gesunden Lebensstil schaffen Sie wichtige Voraussetzungen für eine hohe Lebensqualität.

### Ein gesunder Lebensstil kann erlernt werden!

Das Präventionskonzept „Individuelles Gesundheitsmanagement“ (IGM) der Präventions-Thermenstadt Treuchtlingen hilft Ihnen, Manager Ihrer Gesundheit zu werden. Sie lernen, aktiv Ihre Gesundheit zu fördern, um Herz- / Kreislauf- und Gefäßerkrankungen, Übergewicht, Diabetes Mellitus und viele weitere Zivilisationskrankheiten zu verhindern, zu lindern oder gar zu heilen.

Das Treuchtlinger Lebensstilprogramm ist ein ganzheitliches Schulungs- und Trainingsprogramm, das sich problemlos in den Alltag integrieren lässt. Es wurde an der Technischen Universität München wissenschaftlich entwickelt, unterstützt von der Technischen Hochschule Deggendorf. Das Lebensstiltraining wird stets individuell abgestimmt und ist einfach in der Handhabung.

Gerne entwickeln wir auch für Ihr Unternehmen abgestimmte Maßnahmen.

### Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Stadt Treuchtlingen  
IGM-Prophylaxecenter  
Telefon: 09142 / 20 46 656  
Mobil: 0151 / 40 09 45 53

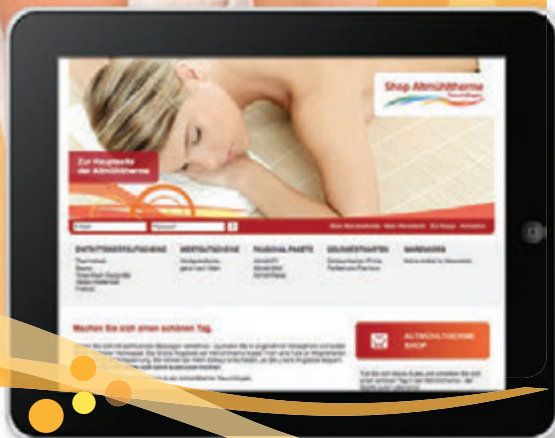
[www.igm.treuchtlingen.de](http://www.igm.treuchtlingen.de)



Werden Sie  
Manager Ihrer  
Gesundheit

## Online-Shop

Erholung per Mausclick



## Gut informieren – bequem aussuchen im Online-Shop der Altmühltherme

Entdecken Sie den Online-Shop der Altmühltherme im Internet – es warten viele tolle Angebote wie Eintrittsgutscheine oder Wellness-Pakete auf Sie.

Erwerben Sie jetzt ganz bequem von zu Hause aus einen Tag voller Entspannung, einen Saunaaufenthalt, ein Fitness-Paket und vieles mehr: Einfach und sicher online bezahlen, als Geschenk verschicken oder sofort downloaden, ausdrucken und sich oder anderen eine Freude machen.

[www.shop.altmuehltherme.de](http://www.shop.altmuehltherme.de)



## Gütesiegel „ServiceQualität Deutschland“

Die Altmühltherme wurde mit dem Qualitätssiegel „ServiceQualität Deutschland“ ausgezeichnet.

Unsere Qualitätsgrundsätze:

- Ihre Anregungen und Ideen sind uns wichtig.
- Unser Auftreten ist freundlich und zuvorkommend.
- Wir nehmen Ihre individuellen Bedürfnisse ernst.
- Wir erbringen unsere Leistungen stets zuverlässig und professionell.
- Wir pflegen Einrichtung und Ausstattung.

## AquaKinetics – gelenkschonendes Training, das fit macht

AquaCycling, Nordic Aqua Walking und Nordic Aqua Jogging – die Aqua-Gesundheits- und Fitnesskurse der Altmühltherme machen im angenehm temperierten Heilwasser besonders viel Spaß. Und sind dabei enorm effektiv!

Gelenkschonendes Aufbautraining, Kraft- und Ausdauertraining oder professionelle Ganzkörper-Workouts für Fortgeschrittene – mit diesen Kursen ist alles möglich. Die Fitness-Kurse sind übrigens auch für Nichtschwimmer geeignet. Weitere Informationen finden Sie auf Seite 18.

## Behagliches Ambiente mit Feng Shui

Akzente nach der Gestaltungslehre Feng Shui schaffen in der Altmühltherme eine ganz besondere Wohlfühlatmosphäre. Die Elementfarben kennzeichnen die Erholungs- und Erlebnisbereiche der Altmühltherme und erleichtern so die Orientierung.

## Die Farbbereiche der Altmühltherme:

	Thermalbad	S. 4
	Hallen-Wellenbad & Fun	S. 6
	Freibad	S. 8
	Saunalandschaft	S. 10
	Totes-Meer-Salzgrotte	S. 12
	Wellness- und Kurzentrum	S. 14
	Gastronomie & Event	S. 16

# Thermalbad



# Sparen mit der Geldwertkarte

Mit den aufladbaren Geldwertkarten der Altmühltherme sparen Sie bis zu 20% auf alle Eintrittspreise\*. Alle Nachzahlvorgänge können ohne Rabatt mit der Geldwertkarte beglichen werden.

Jetzt auch im Online-Shop erhältlich: [www.shop.altmuehltherme.de](http://www.shop.altmuehltherme.de)

Prima	50,00 EUR – Ersparnis 10%
Perfekt	100,00 EUR – Ersparnis 15%
Premium	150,00 EUR – Ersparnis 20%
Geldwertkartenpfand	pro Karte 2,00 €
<b>Sonstige Gebühren</b>	
Gebühr bei Coin-Verlust	10,00 €
<b>Bearbeitungsentgelt Coin-Kreditbörse</b>	
Erwachsene	60,00 €
Kinder	15,00 €



\*ausgenommen Totes-Meer-Salzgrotte

## Bahn fahren lohnt sich!

Alle Thermalbadgäste, die über den Verkehrsverbund Großraum Nürnberg (VGN) oder mit der Bahn AG anreisen, erhalten gegen Vorlage der am Tag des Besuchs gelösten Fahrkarte die Einzelkarte um 10% ermäßigt.

## Solarien

Moderne Ergoline-Solarien befinden sich in der Therme und der Sauna. Die Nutzung erfolgt durch Aufbuchung vor Ort – auch gerne ohne Badbesuch. Der Zutritt zum Solarium ist laut Gesetz erst ab 18 Jahren gestattet.



# Sonderregelungen

Mit den Eintrittskarten ins Thermalbad ist als Zusatzangebot der kostenfreie Eintritt in das Hallen-Wellenbad sowie in das Freibad möglich. Dies gilt jedoch nur dann, wenn diese Badbereiche für den öffentlichen Badebetrieb zur Verfügung stehen und nicht für Sonderveranstaltungen wie zum Beispiel den Schulschwimmsport reserviert sind.

Der Thermalbadbereich ist eine Oase für Gesundheitssuchende. Wir bitten Sie um Verständnis, dass für Kinder aus therapeutischen Gründen folgende Sonderregelungen gelten:

- Kinder unter 3 Jahren haben im gesamten Thermalbadbereich keinen Zutritt.
- Kinder und Jugendliche von 3 bis 14 Jahren haben keinen Zugang zum Therapiebereich im Erdgeschoss und zum Thermalaußenbecken.

Weitere Preise für Gruppen, Schwerbehinderte usw. auf Anfrage. Sämtliche Ermäßigungen (z. B. Alter, Familienzugehörigkeit) sind – ggf. mit weiteren Belegen – bei jedem Besuch durch einen amtlichen Ausweis mit Lichtbild nachzuweisen.

**Geburtstagskinder erhalten gegen Ausweisvorlage eine Tageskarte für den gewählten Bereich kostenfrei.**



## Unsere Geschenkgutscheine: Machen Sie anderen eine Freude!

Der Geschenkgutschein der Altmühltherme eignet sich hervorragend dazu, jemandem eine Freude machen. Sei es ein entschlackender Besuch in der Sauna, ein vitalisierendes Stündchen im Thermalbad oder eine entspannende Massage – diese Geschenke kommen gut an.

Unsere Geschenkgutscheine in der ansprechend gestalteten Geschenkhülle können Sie direkt an der Kasse erwerben, aber gerne auch telefonisch oder per E-Mail bestellen und sich per Post zusenden lassen.

**Tipp:** Wenn es mit dem Geschenk mal ganz schnell gehen soll, können Sie auch bequem in unserem Online-Shop einen Wertgutschein bestellen und diesen gleich zu Hause selbst ausdrucken: [www.shop.altmuehltherme.de](http://www.shop.altmuehltherme.de)





# Kostbar und gesundheitsfördernd – unser Heilwasser

Das Treuchtlinger Thermalwasser ist staatlich anerkannt und zertifiziert. Es enthält lebenswichtige Mineralien und Spurenelemente, die zur Genesung, Rehabilitation und zur Steigerung des Wohlbefindens einen wichtigen Beitrag leisten können. Die moderne und besucherfreundliche Thermenlandschaft ist durchgängig barrierefrei und lädt zur Entspannung ein.

## Preise

### Eintritt für Erwachsene

Badezeit	Einzelkarte
3,5 Stunden (Normaltarif) .....	10,80 €
2,5 Stunden (Kurzbadetarif) .....	8,80 €
Tageskarte .....	14,50 €
Happy Hour (ab 2 Std. vor Betriebsende) .....	7,70 €

### Eintritt für Kinder (3 bis 14 Jahre)

Badezeit	Einzelkarte
3,5 Stunden (Normaltarif) .....	8,60 €
2,5 Stunden (Kurzbadetarif) .....	6,90 €
Tageskarte .....	11,60 €

Die Nachzahlgebühr beträgt für Erwachsene/Kinder je angefangene halbe Stunde 1,20 €. Für 3,40 € Aufpreis ist der Zugang zur textilfreien Sauna möglich. Für detaillierte Auskünfte über Rabatte und Ermäßigungen steht Ihnen unser Personal sehr gerne zur Verfügung.

## Sonderregelungen für Kinder

Der Thermalbadbereich ist eine Oase für Gesundheitssuchende. Wir bitten Sie um Verständnis, dass für Kinder aus therapeutischen Gründen folgende Sonderregelungen gelten:

- Kinder unter 3 Jahren haben im gesamten Thermalbadbereich keinen Zutritt.
- Kinder und Jugendliche von 3 bis 14 Jahren haben keinen Zugang zum Therapiebereich im Erdgeschoss und zu den Thermalaußenbecken.

## AKTIONEN

### Sonnenscheinticket

Vom 1. Juli bis 15. September gilt an schönen, lauen Sommertagen unser „Sonnenscheinticket“: Genießen Sie für 10,00 € zeitlich unbegrenzt die Therme inkl. des Wellen- und Freibads (gilt nicht bei Regen).

### Familien-Therme

Jeweils in der ersten Ferienwoche der Oster-, Pfingst- und Sommerferien öffnet die gesamte Therme – inklusive Außenbereich – für die ganze Familie.

### Fit&Fun-Ferientarif

Der Fit&Fun-Ferientarif macht in den Oster- und Pfingstferien gute Laune: In der jeweils 2. Ferienwoche gibt es volle 5 Stunden Thermalgenuss und Badespaß zum Preis von 3,5 Stunden.

# Spannung, Spaß & Spiel für alle

Planschen, schwimmen, rutschen, spielen – im Wellenbad erwartet Sie pures Wasservergnügen. Mit bis zu einem Meter hohen Wellen erleben Sie eine Brandung wie am Meer. Die große AquaBouldering-Wand begeistert Klettersportfans. Zwei Riesenrutschen sorgen für Wasserspaß und Nervenkitzel.

Im Sommer bieten wir Familien die ideale Kombination aus Frei- und Hallenbad: Bei plötzlichem Wetterumschwung steht Ihnen der attraktive Innenbereich zur Verfügung. Ein Kinderwasserspielgarten lädt sowohl in der Halle als auch im Freien zum Herumtoben ein.

## Preise

### Eintritt für Erwachsene

Badezeit	ohne Wellen	Wellenbetrieb
2,5 Stunden	4,90 €	7,20 €
Tageskarte	7,20 €	10,70 €
Happy Hour (ab 1,5 Std. vor Betriebsende)	3,50 €	5,70 €

### Eintritt für Kinder bis 17 Jahre / Schüler / Studenten

Badezeit	ohne Wellen	Wellenbetrieb
2,5 Stunden	2,80 €	4,90 €
Tageskarte	4,90 €	7,20 €
Happy Hour (ab 1,5 Std. vor Betriebsende)	2,20 €	3,50 €

### Familienkarten

	ohne Wellen	Wellenbetrieb
2,5 Stunden	11,80 €	15,00 €
Tageskarte	17,10 €	20,00 €

Die Nachzahlgebühr beträgt für Erwachsene / Kinder je angefangene halbe Stunde 0,80 €. Kinder bis 6 Jahre in Begleitung eines Erziehungsberechtigten haben im Erlebnisbereich freien Eintritt.

Während der Freibadsaison können alle Gäste des Hallen-Wellenbades das Fitness-Freibad kostenlos mitbenutzen.

## AKTIONEN

### Kinder-Schwimmkurse „Bei uns lernt es jeder“

Von qualifizierten Schwimmtrainern geleitet, machen diese Kurse viel Spaß und fördern das Selbstbewusstsein der Kinder. Die Termine erfahren Sie an der Hauptkasse.

### Happy Birthday: Das Kindergeburtstagspaket

Die Kinderfete im Wellenbad der Altmühltherme: 3 Stunden Hallen-Wellenbad und Imbiss im Restaurant bzw. Bademantelbistro pro Kind 9,00 €.

### AquaKinetics – Fitness-Sport im Wasser

AquaCycling, Nordic Aqua Walking und Nordic Aqua Jogging – gelenkschonendes Aufbautraining, Kraft- und Ausdauertraining oder professionelle Ganzkörper-Workouts für Fortgeschrittene. Differenzierte Kursangebote für bestimmte Zielgruppen. Weitere Informationen finden Sie auf Seite 18.

### Halloween-Party for Kids

Schaurig-schöner Halloween-Spaß mit Gruseldeko und Live-DJ; Halloween-Snacks im Restaurant sorgen für den richtigen Biss!



## Nordic Aqua Jogging & Nordic Aqua Walking

Nordic Walking im Wasser – das schont nicht nur Ihre Gelenke, sondern ist zudem ein umfangreiches Konditionstraining zur Stärkung des Herz-Kreislaufsystems. Das Nordic Aqua Jogging ist die Steigerung des Nordic Aqua Walkings. Im Tiefwasser können die Bewegungsfrequenz und der Wasserwiderstand mit den strömungsdynamischen Trichtern der Nordic Aqua Handles individuell angepasst werden. Ein spezieller Auftriebsgürtel unterstützt das Training ohne Bodenkontakt.

### Effekte auf den Körper

- Gezieltes Krafttraining der rumpfstabilisierenden Muskulatur
- Geringes Körpergewicht auf den Beingelenken durch den Auftrieb des Wassers
- Optimales Koordinationstraining bzw. Techniktraining der richtigen Nordic Walking Arm- und Handtechnik

Die kombinierten Nordic-Aqua-Jogging- & Nordic-Aqua-Walking-Kurse finden bei ausreichender Teilnehmerzahl auf Anfrage statt:  
Telefon 09142 / 96 02-0.

Die Gebühr für die 8-wöchigen Kurse, inkl. Eintritt in das Thermalbad und 2,5 Stunden Aufenthalt, beträgt 115,00 EUR pro Kurs. Die Anmeldegebühr in Höhe von 20,00 EUR wird auf die Kursgebühr angerechnet.

**Anmeldung an der Hauptkasse, telefonisch unter 09142 / 96 02-0 oder per E-Mail an [info@altmuehltherme.de](mailto:info@altmuehltherme.de)**

# AquaKinetics in der Therme – Fitness-Sport im Wasser

In jeweils 8-wöchigen Kursen bieten wir Ihnen Fitnessprogramme der besonderen Art. Zu AquaKinetics gehören AquaCycling, Nordic Aqua Walking & Nordic Aqua Jogging. Mit diesen Sportarten sind ein gelenkschonendes Aufbautraining sowie Kraft- und Ausdauertraining oder professionelle Ganzkörper-Workouts für Fortgeschrittene möglich.



## AquaCycling

Mit den speziell entwickelten „Aquabikes“ und dem natürlichen Auftrieb des Wassers trainieren Sie beim AquaCycling äußerst gelenk- und bänderschonend den gesamten Körper.

### Radfahren im Heilwasser der Altmühltherme

Ihr Körper wird im 1,35 m tiefen und angenehm warmen Thermalwasser sanft massiert und gekräftigt. AquaCycling ist besonders geeignet für Sportler/-innen, Übergewichtige sowie für Personen mit Gelenkproblemen, Arthrose oder Osteoporose, Venenleiden, Haltungsschäden und Rückenschmerzen, Bindegewebschwäche oder Zellulitis.

Das Fitnessprogramm AquaCycling ist auch für Nichtschwimmer geeignet.

### Nur 45 Minuten Training und viele Vorteile für den Körper

- Muskelkräftigung (Beine, Po, Bauch, Rücken, Oberkörper)
- Steigerung der Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislaufsystems
- Gleichgewichtsschulung und Verbesserung der Koordination
- Figurformung und Bindegewebsstraffung
- Fettverbrennung (2x höher gegenüber Trockentraining)
- Steigerung des physischen und mentalen Wohlbefindens
- Gelenk- und bänderschonendes Training durch Wasserauftrieb
- Heilungsfördernde Wirkung durch Heilwasser

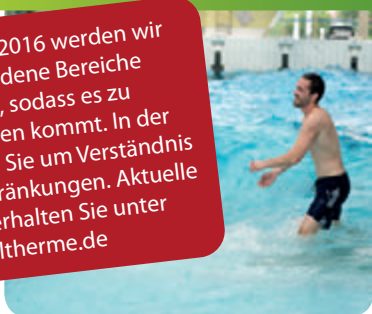
Die AquaCycling-Kursstaffeln beginnen jedes Jahr im Januar, Mai und September und dauern je acht Wochen. Von Dienstag bis Freitag finden sowohl Vormittags- als auch Abendkurse statt. Die Einteilung der Abendkurse erfolgt in Absprache mit den Teilnehmenden.

**Bitte entnehmen Sie die aktuellen Kurszeiten unserer Website oder rufen Sie uns an: 09142 / 96 02-0**



## Hallen-Wellenbad & Fun

Ab Mitte/Ende 2016 werden wir für Sie verschiedene Bereiche modernisieren, sodass es zu Teilschließungen kommt. In der Zeit bitten wir Sie um Verständnis für die Einschränkungen. Aktuelle Information erhalten Sie unter [www.altmuhltherme.de](http://www.altmuhltherme.de)





Freibad





## Cafeteria

### Entspannt genießen

Die Cafeteria der Altmühltherme hat für Sie ein umfangreiches Angebot: Snacks, Brotzeiten, warme Mahlzeiten und eine große Getränkeauswahl.

## Restaurant Altmühltherme

### Nicht nur zum Thermenbesuch

Kulinarische Leckerbissen genießen und sich gesund ernähren. Das Restaurant in der Altmühltherme bietet Ihnen eine große Auswahl an feinen Speisen, Desserts, Kuchen und Getränken – zu bezahlbaren Preisen.

Von herzhaft fränkischer Küche über Wild- und Fisch-Gerichte bis hin zu vegetarischen Speisen und Wellness-Köstlichkeiten. Selbstredend gibt es für Senioren und Kinder spezielle Angebote.

### Feste stilvoll feiern

Auch für Kommunion, Konfirmation oder Hochzeit ist das Restaurant Altmühltherme eine gute Adresse. Kontaktieren Sie uns einfach per E-Mail [restaurantaltmuehltherme@email.de](mailto:restaurantaltmuehltherme@email.de) oder telefonisch unter 09142/94 88 737.



## Schwimmen lernen

### Schwimmkurse für Groß und Klein

Die Kinder-Schwimmkurse in der Altmühltherme werden von qualifizierten Schwimmtrainern geleitet. Die Kurse machen viel Spaß und fördern das Selbstbewusstsein der Kinder. Schwimmen lernt hier wirklich jeder. Natürlich bieten wir auch Schwimmkurse für Erwachsene.

Termine, Konditionen und weitere Informationen erfahren Sie an der Hauptkasse oder rufen Sie uns an: 09142 / 96 02-0



# Gastronomie & Event



Ab Mitte/Ende 2016 werden wir für Sie verschiedene Bereiche modernisieren, sodass es zu Teilschließungen kommt. In der Zeit bitten wir Sie um Verständnis für die Einschränkungen. Aktuelle Information erhalten Sie unter [www.altmuhltherme.de](http://www.altmuhltherme.de)

# Idyll mit Langbahn an der Altmühl

Das Freibad bietet in den warmen Monaten des Jahres ein üppiges wie abwechslungsreiches Angebot. Im 50-Meter-Heilwasser-Schwimmbekken können Sportbegeisterte optimal trainieren. Mit fast 500 m<sup>2</sup> Wasserfläche ist der Nichtschwimmerbereich ein Wasserparadies zum Planschen, Üben und Herumtollen. Die Rutschbahn sorgt für feucht-fröhliches Vergnügen.

Großzügige Sonnenterrassen laden mit Liegen und Sonnenschirmen zum Verweilen ein. Die grünen Liegewiesen mit Beachvolleyballfeld grenzen direkt an das urwüchsige Ufer der Altmühl.

Auf die Kleinsten wartet wohlig-warmes Wasser zum Baden, kombiniert mit Felshöhle und Rutsche als toller Wasserspielgarten direkt neben dem Spielplatz!

Während der Sommersaison können Besucher des Wellenbads das Fitness-Freibad kostenlos mitbenutzen. Kinder bis 6 Jahre in Begleitung eines Erziehungsberechtigten zahlen keinen Eintritt.

## Preise

### Eintritt für Erwachsene

Tageskarte.....	4,00 €
Saisonkarte.....	96,00 €
Happy Hour (ab 3 Std. vor Betriebsende).....	2,40 €

### Eintritt für Kinder bis 17 Jahre

Tageskarte.....	2,40 €
Saisonkarte.....	52,00 €
Happy Hour (ab 3 Std. vor Betriebsende).....	1,50 €

Die Freibadsaison dauert von Mai bis September: täglich 9.00 - 20.00 Uhr  
(Bei schlechtem Wetter sind Änderungen möglich.)



# Urlaub für Körper & Seele

Saunieren und Relaxen in angenehmer Atmosphäre – die Saunalandschaft bietet Ihnen ideale Voraussetzungen für Ruhe und Entspannung. Zwei finnische Saunakabinen, Sanarium, Dampfbad, Tauchbecken, Erlebnisduche, Eisbrunnen, Ruhebereich und Solarien lassen praktisch keine Wünsche offen.

Saunieren ist sehr gesund, denn die Sauna wirkt wie Naturkosmetik – in reiner Form. Durch das Schwitzen wird der gesamte Stoffwechsel angeregt und die Nierentätigkeit aktiviert.

Die Sauna fördert die Erneuerung der Haut. Sie hilft dabei, die körpereigenen Kräfte im Kampf gegen Stress und Umwelteinflüsse zu mobilisieren.

Der Wechsel zwischen wohltuender Hitze, erfrischender Abkühlung und entspannten Ruhephasen macht den Körper widerstandsfähiger gegenüber Erkältungskrankheiten und stärkt das Immunsystem. Muskelverspannungen und Krämpfe lösen sich, der Körper gelangt in einen Zustand wohliger Entspannung.

## Preise

### Eintritt

3,5 Stunden .....	10,10 €
Tageskarte .....	13,50 €

Nachzahlung je angefangene halbe Stunde: 1,20 €

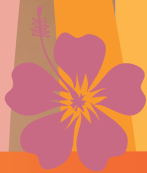
**Für 3,40 € Aufpreis ist der Zugang zum gesamten Badebereich möglich.  
In der Sommersaison: Zugang zum Freibad ohne Aufpreis!**

Preise gültig ab 01.07.2015

Ab Mitte/Ende 2016 werden wir für Sie verschiedene Bereiche modernisieren, sodass es zu Teilschließungen kommt. In der Zeit bitten wir Sie um Verständnis für die Einschränkungen. Aktuelle Information erhalten Sie unter [www.altmuhltherme.de](http://www.altmuhltherme.de)



**Wellness- und  
Kurzentrum**



# Ganzheitliche Konzepte für Ihre Gesundheit

Direkt in der Altmühltherme befindet sich Altmühlvital, das Kompetenz-Zentrum für Wellness, Entspannung und Kur. Gönnen Sie sich etwas Außergewöhnliches – und erleben Sie die Vielfalt mit allen Sinnen.

Profitieren Sie von unserem ganzheitlichen Wissen und der Kompetenz rund um Ihre Gesundheit – mit Krankengymnastik, Manueller Therapie, Craniosacraler Therapie und Thai Chi. Genießen Sie die entspannende Wirkung von Wohlfühlmassagen, der ThermoSpa-Liege und Entspannungsbädern wie z. B. Aroma-, Bier- oder Kleopatra-Bädern.

Unsere Gesundheitsangebote reichen von Gymnastik-, Ausdauer- und Entspannungskursen über Physikalische Therapien bis hin zur ambulanten Badekur. Sie können diese Leistungen zum Teil nach ärztlicher Verordnung oder als Selbstzahler in Anspruch nehmen.

## Preisbeispiele

Hot-Stone-Massage.....	ab 30,00 €
Kleopatra-Entspannungsbad.....	19,50 €
Körperpackungen (z. B. Ziegenbutter, Honig- oder Schokotraum).....	30,00 €
Fußpflege.....	21,00 €

Für alle Behandlungen bitten wir um Voranmeldung: montags bis freitags von 8.00 - 20.00 Uhr unter der Telefonnummer 09142 / 96 03-0.

## Die Pauschalpakete – praktisch & preiswert!

Ob Sie etwas für Ihre Fitness tun, sich mit Wellness verwöhnen lassen oder einfach nur mal abschalten wollen: Die Pauschalpakete der Altmühltherme sind in vielen Leistungskombinationen erhältlich – und eignen sich natürlich auch als tolles Geschenk.

Die Pauschalpakete können Sie auch zum sofortigen Download und Ausdruck im Online-Shop der Altmühltherme erwerben.  
[www.shop.altmuehltherme.de](http://www.shop.altmuehltherme.de)





Saunalandschaft







Totes-Meer-  
Salzgrotte





# Gesundes Seeklima direkt vor der Haustüre

Gesund wie drei Tage am Meer ist ein Besuch der Totes-Meer-Salzgrotte: Durch seinen hohen Kalzium- und Magnesiumgehalt besitzt das Salz des Toten Meeres eine enorme Heilwirkung.

Die Mineralien wirken beruhigend auf die Haut und regen die Zellerneuerung an. Im Mikroklima der Totes-Meer-Salzgrotte ist die Luft stärker mit negativen Ionen angereichert. Die Raumfeuchtigkeit liegt dabei nicht über 45%, die Raumtemperatur bei etwa 25°C.

Auf bequemen Liegen können Sie bei beruhigender Musik, angenehmer Beleuchtung und im Ambiente einer „echten Grotte“ 45 Minuten vollkommen entspannen. Genießen Sie mitten in Franken frische und gesunde Meeresluft!

Ein Besuch in der Totes-Meer-Salzgrotte unterstützt den Heilungs- und Genesungsprozess bei Lungen- und Bronchialkrankheiten, Herz- und Gefäßkrankheiten, Hauterkrankungen, Stress und Allergien sowie bei Neurosen.

## Nutzung in Alltagskleidung

Die Totes-Meer-Salzgrotte bietet sich sowohl für einen separaten Besuch als auch nach dem Baden zum Erholen und Entspannen an. Die Grotte wird mit normaler Tageskleidung genutzt – eine Jacke ist empfehlenswert. Für die Benutzung der Liegen sollten Sie ein Badetuch mitbringen.

## Preise

### Eintritt für 45 Minuten

#### Erwachsene / Jugendliche ab 15 Jahre

Einzelpreis.....	9,00 €
10er Karte.....	80,00 €

#### Kinder bis 14 Jahre

Einzelpreis.....	7,00 €
10er Karte.....	62,00 €

#### Elternteil + 1 Kind bis 7 Jahre

Einzelpreis.....	8,00 €
10er Karte.....	72,00 €

Ab Mitte/Ende 2016 werden wir für Sie verschiedene Bereiche modernisieren, sodass es zu Teilschließungen kommt. In der Zeit bitten wir Sie um Verständnis für die Einschränkungen. Aktuelle Information erhalten Sie unter [www.altmuhltherme.de](http://www.altmuhltherme.de)

# Das Heilwasser der Altmühltherme

Das Thermalwasser der Altmühltherme ist staatlich anerkannt und zertifiziert. Es enthält Mineralien und Spurenelemente, die das Wohlbefinden steigern und eine vitalisierende Wirkung haben.

## Auszug der Heilwasseranalyse

Chlorid	61,50 mg	Fluorid	3,19 mg
Hydrogenkarbonat	425,00 mg	Sulfat	71,00 mg
Calcium	18,00 mg	Natrium	196,20 mg
		Kalium	17,90 mg

**Anwendungsgebiete:** chronisch entzündliche und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen, Weichteilrheumatismus, Zustände nach Operationen bzw. Verletzungsfolgen am Bewegungsapparat, neurologische Behinderungen am Bewegungsapparat und Therapie bei Osteoporose.

## Öffnungszeiten

### Thermalbad

Mo	9 - 20 Uhr
Di, Mi, Do	9 - 21 Uhr
Fr	9 - 22 Uhr
Sa + So	9 - 20 Uhr
Feiertag	9 - 20 Uhr

### Saunalandschaft

Di	14 - 21 Uhr	Herren
Mi	14 - 22 Uhr	Damen
Do	14 - 21 Uhr	gemischt
Fr (Apr. - Sept.)	14 - 22 Uhr	gemischt
Fr (Okt. - Mrz.)	14 - 24 Uhr	gemischt
Sa + So	11 - 20 Uhr	gemischt
Feiertag	11 - 20 Uhr	gemischt

### Freibad

Die Freibadsaison dauert von Mai bis September. In dieser Zeit ist das Freibad täglich von 9 - 20 Uhr geöffnet. Bei schlechtem Wetter sind Änderungen der Öffnungszeiten möglich.

### Totes-Meer-Salzgrotte

Mo - So 9 - 19 Uhr  
zu jeder vollen Stunde

### Hallen-Wellenbad & Fun

Mo	14 - 20 Uhr	Normalbetrieb
Di + Mi	14 - 21 Uhr	Normalbetrieb
Do	14 - 21 Uhr	Sprungbetrieb
Fr	14 - 22 Uhr	Wellenbetrieb
Sa + So	9 - 20 Uhr	Wellenbetrieb
Feiertag	9 - 20 Uhr	Wellenbetrieb

In den bayerischen Schulferien  
täglich ab 9 Uhr Wellenbetrieb

### Sonderöffnungszeiten

24.12. u. 25.12.	geschlossen
31.12. bis 13 Uhr	geöffnet
01.01. ab 13 Uhr	geöffnet

## Kontaktdaten

### Altmühltherme Treuchtlingen

Bürgermeister-Döbler-Allee 12  
91757 Treuchtlingen

info@altmuehltherme.de  
www.altmuehltherme.de

### Kontakt und Anmeldung

Altmühltherme	09142/96 02 -0
Altmühlvital	09142/96 03 -0
Restaurant	09142/94 88 737
Telefax	09142/96 02 -23

