SoleVital

Gesundheit für die ganze Familie

Ihr Kurmittelhaus in Bad Laer

WILLKOMMEN IM SOLEVITAL

IHREM KURMITTELHAUS IN BAD LAER

Kurmittelhaus Betriebs GmbH -SoleVital-
Remseder Straße 5, 49196 Bad Laer, T 0 54 24 804 719-44

WILLKOMMEN IM SOLEVITAL

IHREM KURMITTELHAUS IN BAD LAER

„GESUNDHEIT FÜR DIE GANZE FAMILIE“ LAUTET UNSER CREDO.

Dafür steht Ihnen unser Team unterschiedlicher Gesundheitsspezialisten zur Seite – zu Wasser im SoleVital, zu Land in unserer physiotherapeutischen Abteilung „PhysioVital“.

Erleben Sie die unverwechselbare Kraft der Sole aus den Tiefen der Bad Laerer Ursprungsquelle beim öffentlichen Schwimmen, in einem unserer zahlreichen Wasserkurse oder bei der Inhalation in unserer Sole-Lounge.

SOLE + AKTIV
ÖFFENTLICHE SCHWIMMZEITEN

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo	06:30 – 08:30 Uhr 12:00 – 14:30 Uhr
Di	06:30 – 08:30 Uhr 12:00 – 14:30 Uhr 20:30 – 21:30 Uhr
Mi	06:30 – 08:30 Uhr 12:00 – 14:30 Uhr
Do	06:30 – 08:30 Uhr 12:00 – 14:30 Uhr 20:30 – 21:30 Uhr
Fr	06:30 – 08:30 Uhr 12:00 – 14:30 Uhr 19:30 – 21:30 Uhr Moonlight-Schwimmen
Sa & So	06:30 – 18:00 Uhr
Sa So	15:00 – 17:00 Uhr und 10:00 – 12:00 Uhr Säuglings- und Kleinkinderschwimmen in 60 cm Wassertiefe

PREISE

	EINZELPREIS	10ER ABO
Kinder bis 3 Jahre	kostenfreier Eintritt	
Kinder (4–12 Jahre)	5 €	40 €
Jugendliche (13–17 Jahre)	7,50 €	65 €
Erwachsene	9,50 €	85 €
Ermäßigt*		
Familienkarte klein (2 Erw. + 1 Kind)	20 €	180 €
Familienkarte groß (2 Erw. + 2 Kinder)	25 €	220 €
Jahreskarte	69 €/ Monat	

* Besitzer:innen eines Schwerbehindertenausweises (ab 70 %), Kurkarteninhaber:innen, Schüler:innen und Student:innen (15–25 Jahre) erhalten 1,00 € Ermäßigung auf reguläre Tarife. Eingetragene Begleitpersonen von Besitzer:innen eines Schwerbehindertenausweises (ab 70 %) haben freien Eintritt. Aktionstarife, Rabattgutscheine und weitere Vergünstigungen sind nicht miteinander kombinierbar.

SOLE + AKTIV
ÖFFENTLICHE SCHWIMMZEITEN

Genießen Sie die positive Wirkung der 32° C warmen Bad Laerer Sole auf Ihren Körper. Der Salzgehalt in den Sole-Schwimmbecken beträgt 3,5 %.

Entspannen Sie in unserem Erlebnisbereich in der 45° C warmen Dampfsauna. Abkühlung verspricht Ihnen die Sole-Dusche mit unverdünnter, 7,2-prozentiger Natursole.

Zum Relaxen stehen Ihnen unsere beheizten Sitz- und Liegeflächen zur Verfügung.

Im Eintrittspreis inklusive!*

* Änderungen im Erlebnisbereich vorbehalten

Moonlight Schwimmen

Jeden Freitag von 19:30 bis 21:30 Uhr
… lockt das SoleVital zum entspannten Start ins Wochenende.

Bei Musik und stimmungsvollem Licht kann in Chillout-Atmosphäre geschwommen und entspannt werden.

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Mehr Informationen hierzu finden Sie auf www.solevital.de.

SOLE + KIND
SÄUGLINGS- UND KLEINKINDER-SCHWIMMEN IN 60 CM WASSERTIEFE

WANN?
Samstag, 15:00 – 17:00 Uhr und Sonntag, 10:00 – 12:00 Uhr

Eine bunte Spielsachenauswahl bietet jede Menge Spaß beim Planschen im 32° C warmen Solewasser.
Bei einer Lufttemperatur von 34° C fühlen sich die jungen Besucher gleich doppelt wohl.

ÖFFNUNGSZEITEN AN FEIERTAGEN & VERANSTALTUNGEN

Neujahr	geschlossen
Karfreitag	geschlossen
Karsamstag	6:30 – 18:00 Uhr
Ostersonntag	geschlossen
Ostermontag	6:30 – 18:00 Uhr
1. Mai	geschlossen
Christi Himmelfahrt	6:30 – 18:00 Uhr
Pfingstmontag	6:30 – 18:00 Uhr
03.10. Tag der Deutschen Einheit	6:30 – 18:00 Uhr
31.10. Reformationstag	6:30 – 18:00 Uhr
Heiligabend	6:30 – 13:00 Uhr
1. Weihnachtstag	geschlossen
2. Weihnachtstag	6:30 – 18:00 Uhr
Silvester	geschlossen

Während der Öffnungszeiten an den Feiertagen stehen beide Becken zum öffentlichen Schwimmen zur Verfügung.

* Jährliche Wartungstermine werden rechtzeitig bekanntgegeben.

SOLE-INHALATION
WIE EIN TAG AM MEER

Genießen Sie unsere 5 prozentige Soleverneblung, die sich besonders wohltuend auf Atemwege und Haut, sowie auf Lungen- und Bronchialerkrankungen, Allergien und Stress auswirken kann. Ideal auch zur Vorbeugung in der Erkältungszeit.

Termine in der Sole-Lounge nach Vereinbarung.

PREISE	**EINZELPREIS**	**10ER ABO**
Kinder bis 3 Jahre	kostenfreier Eintritt	
Kinder (4–12 Jahre)	3,50 €	30 €
Jugendliche (13–17 Jahre)	5 €	40 €
Erwachsene	7 €	60 €
Ermäßigt*		

* Besitzer eines Schwerbehindertenausweises (ab 70 %) und Kurkarteninhaber erhalten 1,00 € Ermäßigung auf reguläre Tarife.

WASSERKURS-ANGEBOTE

Nehmen Sie sich die Zeit und erleben Sie die gesundheitsfördernde Wirkung unserer eisen- und kohlensäurehaltigen Sole in einem unserer zahlreichen Wasserkurse.

Testen Sie z. B. unser gelenkschonendes „Fitnessstudio unter Wasser“, besser bekannt als „Aquafit-Zirkel“ oder powern Sie sich auf unseren Wasser-Trampolinen beim „Aquapower“ so richtig aus!

Aktuelle Kurszeiten und weitere Informationen erhalten Sie unter Telefon 0 54 24 804 719-44, persönlich vor Ort oder unter www.solevital.de.

AKTION

AQUAFIT AUSDAUERTRAINING

Präventions KURS

Die koordinationsfördernde Form der Wassergymnastik erhöht die Muskelausdauer und hilft bei der Gewichtsreduktion.

Einzeleinheit	11,00 €
10er-Abo	95,00 €

AQUAPOWER

Springen und Radfahren im Wasser:
Mit Aquabikes und -trampolinen werden nahezu alle Muskelgruppen trainiert.

Das Training schont Hüfte, Knie und Wirbelsäule, fördert die Balance und unterstützt die Herz-Kreislauf-Funktion. Die Trainingsintensität kann selbst bestimmt werden.

Auch für ältere Menschen und Nicht-Schwimmer geeignet.

Einzeleinheit	13,00 €
10er-Abo	115,00 €

AKTION

AQUAFIT-ZIRKEL AUSDAUERTRAINING

Präventions KURS

Unser „Fitnessstudio unter Wasser“:
Dynamisches, gleichzeitig gelenkschonendes Zirkeltraining in 32° C warmer Sole.

Das Training richtet sich an alle, die in kurzer Zeit ihre Figur optimieren wollen. An speziellen Unterwassergeräten werden alle Muskelgruppen effektiv trainiert.

Auch für Teilnehmer mit Rückenschmerzen, Gelenkproblemen und Übergewicht geeignet.

Einzeleinheit	15,00 €
10er-Abo	130,00 €

AQUAPARCOURS

Vielseitiger Mixkurs mit wechselnden Einheiten aus Wassergymnastik, Zirkeltraining, AquaPilates, AquaParcours und Tiefwassergymnastik – mit und ohne Einsatz von Klein- und Großgeräten.

Einzeleinheit	13,00 €
10er-Abo	115,00 €

MEDIZIN

REHASPORT UND FUNKTIONSTRAINING

Als Wassergymnastik in der 32° C warmen Sole oder als Gymnastikangebot in der Turnhalle unserer „PhysioVital“-Abteilung möglich. Zum gezielten Ausgleich körperlicher Defizite. Mit ärztlicher Verordnung.

Weitere Informationen hierzu erhalten Sie auch an unserer Rezeption, T 0 54 24 804 719-44, oder info@solevital.de.

REHASPORT BAD LAER E.V.

Rehasport
Bad Laer e.V.

Als im Bad Laerer Kurmittelhaus ansässiger Rehabilitationssportverein haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, körperliche Defizite durch bewegungstherapeutische Übungen, Sport und sportliche Spiele auszugleichen.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN VOR ORT:

Brigitte Kampwerth, 1. Vorsitzende
Remseder Straße 5, 49196 Bad Laer
T 0 54 24 804 719-44
brigitte.kampwerth@solevital.de

KINDER

BABY-SCHWIMMEN

Ein Angebot unserer Partnerin Inga Göbel. Babys von vier Monaten bis zwei Jahren schwimmen vormittags und Kinder von zwei bis vier Jahren nachmittags. Das Baby- und Kleinkindschwimmen stärkt den gesamten Bewegungsapparat.

10er-Abo 132,50 €

SCHWANGERSCHAFTSFITNESS

Schwangerschaftsfitness trainiert jene Muskelpartien, die während der Schwangerschaft besonders stark beansprucht werden. Ergänzt wird das Workout durch Konditions- und Entspannungsübungen. Anmeldung und weitere Information an der Rezeption.

RÜCKBILDUNG

Das Baby ist endlich da – doch Bauch und Beckenboden sind nach der Geburt noch geschwächt. Mit Rückbildungsgymnastik – im Wasser oder in der Halle – findet der Körper wieder zurück zur alten Form. Anmeldung und weitere Information an der Rezeption

SCHWIMMSCHULE
IM SOLEVITAL

Das Erlernen des sicheren Schwimmens ist ein Meilenstein in der kindlichen Entwicklung. Gemeinsam mit der Schwimmschule und -akademie Jürgen Lamping freuen wir uns Ihnen hier als kompetenter Partner zur Seite zu stehen. In verschiedenen Leistungsstufen können Kinder ab 4 Jahren am Schwimmunterricht teilnehmen und die Schwimmabzeichen von Seepferdchen bis Silber erwerben, Leistungsschwimmen auf Anfrage.

Ausführliche Informationen zu unserem Konzept der „Schwimmschule im SoleVital“ entnehmen Sie bitte unserem Schwimmkurs-Flyer.

Suchen Sie eine Geschenkidee?

Dann verschenken Sie doch

einfach eine Auszeit, schöne Momente oder einen Booster für die Gesundheit!

Alle unsere Angebote bekommen Sie auch als

Gutschein

SUPER–MAMA–FITNESS

MIT BABY IN BEWEGUNG – EGAL, OB IM BAUCH ODER DAVOR

- Unabhängig – ohne Vertragsbindung
- Flexibel – Babys werden in den Kurs integriert
- Einstieg jederzeit möglich

FIT MIT BABYBAUCH -

vereint Elemente aus Yoga, Pilates, Fitnesstraining und Entspannung. Der Kurs richtet sich an werdende Mamas, die durch regelmäßige Bewegung in der Schwangerschaft ihr Wohlbefinden verbessern und ihren Körper sanft auf die Geburt vorbereiten wollen.

FITNESS4MUM –

Ausdauertraining und gezielter Muskelaufbau für Mamas mit Baby ab der 12. Woche bis zum 3. Lebensjahr.

AQUAFIT4MUM

Aquafitnesstraining für junge Mütter. Motivierendes Muskelaufbau- und Ausdauertraining im 32°C warmen Solewasser.

Der Familienbildungsgutschein des Babybesuchsdienstes kann für die Kurse „Fit mit Babybauch“ und „Fitness4Mum“ genutzt werden.

super MAMA fitness

FRISCH - REGIONAL - LECKER

SoleVital Kombüse

In unserem Bistro begrüßen wir Sie täglich mit einer Auswahl an kleinen Köstlichkeiten, einem wechselnden Mittagstisch und hausgebackenen Torten.

Im Sommer genießen Sie unsere Speisen auch auf der großen Sonnenterrasse.

Allen Gästen steht in der „Kombüse“ kostenfreies WLAN zur Verfügung.

ÖFFNUNGSZEITEN

Unsere Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Homepage www.solevital.de

AHOI KINDER – AUF INS ABENTEUER!

Spiel und Spaß sind auf unserem Spielschiff „SoleVita“ garantiert! An der Rezeption dürft ihr euch, liebe Kinder, gerne Sandspielzeug ausleihen – für eure Begleitpersonen stellen wir auf Wunsch gerne Liegestühle zur Verfügung!

Die „SoleVita“ liegt in Sichtweise unseres Bistros „Kombüse“ vor Anker. Unsere Kombüsen-Crew versorgt die mutigen Abenteurer zwischen den Kletterpartien gerne mit einem leckeren Eis oder einer Portion Pommes, während die Erwachsenen dem bunten Treiben von der Sonnenterasse aus – bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen – entspannt teilhaben können.

AMBULANTE BADEKUREN – AUCH WOHNORTNAH

FÜR WEN IST DIE AMBULANTE KUR?

Die ambulante Kur ist eine Pflichtleistung der Krankenkassen. Versicherte haben einen gesetzlichen Anspruch auf einen dreiwöchigen Aufenthalt mit effektiven Präventionsmaßnahmen in einem anerkannten Kurort. Alles, was Sie dafür tun müssen, ist ein Besuch bei Ihrem Hausarzt.

BEHANDELT WERDEN IM SOLEVITAL:

Rheumatische Erkrankungen, degenerative Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen sowie Erkrankungen von Herz, Gefäßen, Kreislauf, der Atemwege und des Nervensystems. Staatlich examinierte Physiotherapeuten garantieren eine optimale Betreuung.

IN NUR DREI SCHRITTEN ZUR KUR NACH BAD LAER:

1. Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt und beantragen Sie schriftlich bei Ihrer Krankenkasse eine ambulante Vorsorgeleistung gemäß § 23 Abs. 2 Sozialgesetzbuch (SGB V).
2. Liegt die Genehmigung Ihrer Krankenkasse vor, können Sie Ihre Unterkunft buchen.
3. Melden Sie sich etwa vier Wochen vor Ihrer Ankunft im SoleVital und vereinbaren Sie Ihren Termin zum ärztlichen Aufnahmegespräch bei einem unserer Badeärzte.

   Tipp: Sollte Ihr Kurantrag abgelehnt werden, loht sich ein persönlicher Widerspruch bei Ihrer Krankenkasse oder bitten Sie Ihren Hausarzt um eine kurze ärztliche Stellungnahme zur medizinischen Notwendigkeit der Kur.

UNSERE BADEÄRZTE:

DR. NOWAK UND DR. ZEHBE

Sprechstunde nach Vereinbarung unter
Telefon 0 54 24 804 719-44
vor Ort im SoleVital oder im Internet:
www.das-kurmittelhaus.de

KOSMETIK & WELLNESS
KOSMETISCHE PRAXIS IM SOLEVITAL

PREISE

Gesichtsbehandlung	ab 49,00 €
Augenpflege	ab 8,00 €
Enthaarung	ab 8,00 €
Hand- und Fußpflege	ab 23,00 €
Körperbehandlung	ab 29,00 €