

Thalasso-Nordseeheilbad Spiekeroog: Gesund und entspannt mit der Kraft des Meeres

Die Kräfte der Natur nutzen mit Gesundheits- und Wellnessanwendungen direkt aus dem Meer



Spiekeroog/Frankfurt, 15. Juni 2018. Ausspannen im Strandkorb, lange Spaziergänge, idyllische Abende im Inseldorf... Urlauber auf der grünen Nordseeinsel Spiekeroog erleben Natur und Entspannung auf höchstem Niveau – auch dank der heilenden Kraft des Meeres, die Wohlbefinden für Körper und Seele spendet. Die salz- und jodhaltige Seeluft senkt den Blutdruck, befreit die Lunge und kann sowohl Hautbeschwerden als auch Allergien verbessern. Auf sechs Thalasso-Therapiewegen können Urlauber ganzjährig das Reizklima der Insel positiv auf sich wirken lassen. Seit 2015 ist Spiekeroog zertifiziertes Thalasso-Nordseeheilbad und bietet mit seinen Partnern wie dem InselBad & DünenSpa Anwendungen auf höchstem Niveau.

Gesundes Entschleunigen und genussvolles Entspannen im InselBad & DünenSpa

Im InselBad & DünenSpa der Insel Spiekeroog stehen Erholungssuchenden zahlreiche Thalasso-Anwendungen zur Verfügung: In drei Behandlungsräumen kommen Gäste in den Genuss wohltuender Meerwasserbäder und Massagen oder auch ganzer Wellness-Zeremonien, Thalasso-Behandlungen und Wohlfühlpakete, darunter **Thalasso Classic „Salz & Meer“**, **Thalasso Pur „Meeresschönheit“**, **Thalasso Vital „Die Kraft der Alge“** oder **Thalasso „Nordseeheilschlick“**. Gäste können sich außerdem im 30 Grad warmen Meerwasserbecken treiben lassen oder in der abwechslungsreichen Saunalandschaft die Seele baumeln lassen. Die 90 Grad warme Panorama-Dünensauna bietet darüber hinaus auch einen fantastischen Ausblick auf die Dünen der Nordseeinsel. Weitere Höhepunkte sind die mit leuchtenden Salzsteinen und Soleverneblern ausgestattete Salz-Sauna sowie die Strandsauna, die mit echtem Spiekerooger Sand und Strandkörben aufwartet. Die Behandlungen sind ab 76 Euro buchbar. Weitere Informationen zum Thema Thalasso finden Interessierte unter www.spiekeroog.de/inselerlebnis/thalasso-gesundheit/thalasso, zum InselBad & DünenSpa unter www.spiekeroog.de/inselerlebnis/thalasso-gesundheit/thalasso/duenenspa.

Auch das Kurmittelhaus auf Spiekeroog bietet Thalasso-Anwendungen an. Inselbesucher können hier neben einer Wohlfühlmassage, einer Meeresschlickpackung sowie einer Meeresalgen-Ganzkörpertherapie auch spezielle Thalasso-Arrangements von einer Dauer zwischen ein bis drei Tagen buchen. Die Angebote kosten zwischen 83 und 219 Euro und umfassen je nach Dauer verschiedene Thalasso-Anwendungen, darunter Salzbehandlungen für Hände und Füße, Meeresschlickpackungen, Meerwasserbad, klassische Ganzkörpermassagen oder Fußreflexzonenmassagen. Mehr Informationen unter finden Interessierte unter www.spiekeroog.de/spiekeroog-erleben/gesundheit-wellness.

Neben den Thalasso-Anwendungen bietet sich auch eine gesundheitsfördernde Wanderung durch das Spiekerooger Reizklima ein, denn die Meeresluft an der Nordsee ist mit wichtigen Mineralstoffen sowie wertvollen Spurenelementen angereichert. Über die Atmung sowie die Haut gelangen diese Inhaltsstoffe direkt in den Körper. Dieses sogenannte Reizklima wirkt besonders intensiv und heilsam, zudem ist es nahezu frei von Sporen, Pilzen und Allergenen. So kommt jeder Strandspaziergang an der Brandungszone

PRESSEMITTEILUNG

einer Freiluft-Inhalationskur gleich. Die sechs Terrainkurwege wurden speziell von Therapeuten ausgearbeitet und verbessern durch ihr Konzept als leicht dosiertes Aufbautraining die Kondition, während das Reizklima zur Verbesserung der Gesundheit und zur Steigerung des Wohlbefindens beiträgt. Interessierte finden die therapeutischen Wanderwege aufgelistet nach Schwierigkeitsgrad, Windbelastung, See- und Sonneneinfluss sowie weitere Informationen unter www.spiekeroog.de/inselerlebnis/thalasso-gesundheit.

Wissenswertes im Gesundheitsforum

Spannende Gesundheitsthemen wie Kinderasthma, Thalasso, Beckenbodentraining oder chinesische Heilmethoden stehen auf dem Programm des Spiekerooger Gesundheitsforums. Noch bis Oktober können Interessierte jeden Mittwoch um 19:30 Uhr Vorträge, Wissenswertes und nützliche Tipps rund um Ruhe, Gesundheit und Natur besuchen. Am 4. Juli 2018 beispielsweise lädt das Gesundheitsforum zu „Sport im Alter – Nur Mut“ ein. Alle Vorträge haben eine Dauer von 60 Minuten und finden im Spiekerooger Inselkino statt. Weitere Informationen und alle Termine des Spiekerooger Gesundheitsforums: www.spiekeroog.de/inselerlebnis/thalasso-gesundheit/gesundheitsforum.

Für Inselinformationen und Unterkunftsanfragen: www.spiekeroog.de. Presseinformationen und Fotos in hoher Auflösung zum Download: www.spiekeroog.de/presse.

Spiekeroog gehört zu den ostfriesischen Inseln im niedersächsischen Wattenmeer, hat eine Fläche von 18 Quadratkilometern und zählt ungefähr 800 Einwohner. Das staatlich anerkannte Nordseeheilbad verfügt über einen kilometerlangen feinen Sandstrand, kleine Wäldchen, eine reizvolle Dünenlandschaft und einen idyllischen Dorfkern. Auf der grünen Insel trübt nichts den unbeschwerten Naturgenuss, denn Spiekeroog ist autofrei.