



1. Salzburger Salzgrotte

Unsere Preise

Preiswert erholen und entspannen

SITZUNGSDAUER 45 MINUTEN

ERWACHSENE

Einzelkarte	8,50 Euro
5 Eintritte	40 Euro
10 Eintritte	75 Euro

KINDER

Kinder bis 3 Jahre	Frei
Kinder 4 –14 J.	4 Euro
5 Eintritte Kind + Erw.	50 Euro

Kinder bis zum 14. Lebensjahr haben nur Zutritt in Begleitung eines Elternteils!

AtemYoga und geführte Meditation (45 Min.)	13 Euro
Aromaöl-Massage (30 Min.) & Salzgrotte (45 Min.)	37 Euro

Öffnungszeiten

Montag - Freitag: 09⁰⁰ – 20⁰⁰ Uhr
Sa, So und Feiertage: 09⁰⁰ – 18⁰⁰ Uhr

Kindersitzung täglich: 14⁰⁰ – 14⁴⁵ Uhr
und Di, Fr: 10⁰⁰ – 10⁴⁵ Uhr

Sonder- und Privattermine ab 8 Personen buchbar!

Letzter Sitzungsbeginn ist 1 Stunde vor Schließung.

Die Sitzungen beginnen immer zur vollen Stunde und dauern 45 Minuten. Bitte finden Sie sich ca. 10 Minuten vorher ein.

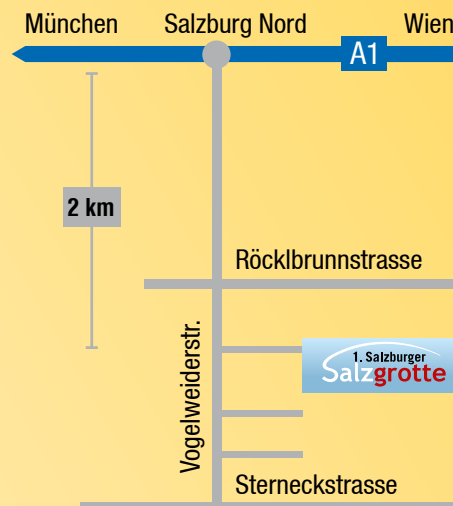
Stand Mai 2010, Änderungen vorbehalten!

1. Salzburger Salzgrotte

1. Salzburger Salzgrotte
 Vogelweiderstrasse 44b
 A - 5020 Salzburg

Tel. +43 (0) 662 / 87 16 90
 info@salzburger-salzgrotte.at
 www.salzburger-salzgrotte.at

GRATIS Parkplätze!



**Der Gesundheit zuliebe
 tief durchatmen und entspannen
 in heilsamem Mikroklima.**



www.salzburger-salzgrotte.at

Salzgrotte

>> einzigartige Anwendung – vielfach bewährt

Salzgrotten gibt es mittlerweile in vielen europäischen Ländern wie Polen, Holland, Tschechien, Belgien, Deutschland und jetzt auch in Salzburg.

Die erste Salzburger Salzgrotte

steht für höchste Ansprüche und wurde unter Berücksichtigung der neuesten Wellness-Trends und Gesundheitsbedürfnissen umgesetzt.

Meersalz Grotte

>> wirkt wie ein Tag am Meer

Dank der Verwendung von Totem-Meersalz, Natursalzen, Himalaya-Steinsalz und Thermalsolen, die in speziellen Soleinhalatoren gelöst werden, wird in der Grotte ein einzigartiges Mikroklima geschaffen. Dieses zeichnet sich durch eine besondere bakteriologische Reinheit aus und ist mit wichtigen Mineralien und Mikroelementen angereichert. So entstehen in der Salzgrotte ähnlich charakteristische Eigenschaften, wie man sie bei Meeresluft oder in Salzstollen vorfindet.

So funktioniert´s

Bei einer konstanten Luftfeuchtigkeit von ca. 45% reichert sich die Luft in den Salzgrotten mit Ionen an, die über die Haut und die Atmung aufgenommen werden.

Die positive, wohltuende Wirkung dieser bakterienfreien, ionisierten Salzluft in Kombination mit sanften Licht- und Klangeffekten führt schon nach kurzer Zeit zu einer Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und lindert bei regelmäßiger Wiederholung nachweislich eine Vielzahl von Beschwerden.

Mit jedem Atemzug inhaliert der Besucher wertvolle Mineralstoffe und kann sich auf den komfortablen Liegestühlen, in eine warme Decke gehüllt, 45 Minuten lang total entspannen und regenerieren.

Die Salzgrotten können ganz bequem in Alltagsbekleidung betreten werden.

Spezielle Behandlungen

Nutzen Sie die Angebote zur völligen Entspannung und spüren Sie die positive Wirkung. AtemYoga in Kombination mit einer geführten Meditation oder eine spezielle Aromaöl-Massage mit anschließendem Aufenthalt in der Salzgrotte. Terminvereinbarung unter +43 (0) 662 / 87 16 90

Natürliche Energiequelle für innere Balance und Lebenskraft



Lebensquelle Salz

>> vielfältig und erfolgreich in der Anwendung

Ein Aufenthalt in unserer Salzgrotte kann bei vielen Beschwerden Besserung verschaffen oder bestimmte medizinische Therapien positiv unterstützen, wie zum Beispiel:

+ Erkrankungen der Atemwege | Asthma | Bronchitis

Die feuchte, salzhaltige Luft wirkt beruhigend und schleimlösend. Zudem erleichtert sie die Sauerstoffaufnahme und die CO₂-Abgabe.

+ Erkrankungen der Haut

wie Schuppenflechte, Neurodermitis, Akne oder Hautentzündungen können gelindert werden.

+ Allergien

Regelmäßige Anwendungen reinigen die Atemwege und können so Allergien vorbeugen.

+ Allgemeinbefinden

Der Stoffwechsel wird angeregt und so das Immunsystem gestärkt. Auch die Symptome bei Erkrankungen des Herz- und Gefäßsystems, des Verdauungstraktes sowie rheumatischen Erkrankungen werden gelindert.

+ Stressabbau

Durch die ruhige Atmosphäre und dem besonderen Klima wirkt ein Aufenthalt in der Salzgrotte tief entspannend und erholsam.

Heilung und Entspannung

Jeder einzelne Bestandteil des natürlichen Meersalzes hat eine bestimmte, wohltuende (Heil-)Wirkung auf unser Befinden und einen positiven Einfluss auf den menschlichen Organismus.

Bei Schilddrüsenproblemen und sonstigen Allergien sollten Sie vorab einen Arzt konsultieren!

Die Bestandteile von Salz

Jod

ist verantwortlich für die richtige Schilddrüsenfunktion, die wiederum den Stoffwechsel regelt.

Kalzium

verstärkt das menschliche Immunsystem, mildert Reizungen und regelt das Kreislaufsystem.

Magnesium

Eines der bekanntesten Anti-Stress-Elemente; es beeinflusst positiv das Herz- und Gefäßsystem.

Kalium, Natrium und Chloride

wirken sich positiv auf die Herzfunktionen aus und verbessern die Hautdurchblutung.

Eisen

Wie allgemein bekannt, ist dieses Element der unumgängliche Hämoglobinbestandteil.

Kupfer

besitzt Anti-Mykosenwirkungseigenschaften, beeinflusst die Hämoglobinsynthese sowie Inkretionsdrüsen, wie z.B. Hirnanhangdrüse, Schilddrüse.

Selen

verlangsamt den Hautalterungsprozess.