

Sommer, Sonne, Sauna

22.08.2012, 17:37 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *SWD-Gruppe*

Presseagentur: *Borgmeier PR*



Die GraftTherme lockt auch zur warmen Jahreszeit mit heißer Entspannung

Delmenhorst, August 2012. Auch in Zeiten praller Außentemperaturen hat Saunieren positive Ergebnisse. Die seit Jahrhunderten bewährten Sauna-Effekte funktionieren zu allen Jahreszeiten. Saunieren härtet ab, akklimatisiert, macht fit und entspannt – auch während des Sommers. In der GraftTherme in Delmenhorst erkunden Besucher die wohltuende Wirkung der Schwitzbäder.

Auch heiß, aber anders

Wenn die Tage länger werden, freuen sich viele, nicht trotz, sondern gerade wegen der Sommerhitze darauf, in der Sauna zu schwitzen. Denn obwohl man beides als Hitze empfindet, ist es kaum vergleichbar. Die trockene Wärme der Sauna hat nicht viel mit der schwülen heißen von draußen zu tun. In den Saunaräumen verfliegt die Klebrigkeit langer Sommertage. Die hohen Temperaturen in der Sauna verträgt der Körper besser, weil dort eine angenehme trockene Wärme herrscht. In den Badezonen eines Saunaraumes beträgt die Luftfeuchtigkeit in der Regel maximal 15 Prozent. Durch diese geringe relative Feuchtigkeit kann der Saunaschweiß besser verdunsten. Zudem erreicht die Wärme in der Saunakabine die Haut ungehindert. Keine störenden Kleidungsstücke beeinträchtigen die Schweißverdunstung und das Abtropfen des Schweißes. Das Resultat ist ein angenehm hygienisches Gefühl. Zudem ist der Wärmegrad frei wählbar.

Urlaubsfeeling

Auch im Sommer ist der Besuch in der Sauna der GraftTherme ein Kurztrip in den Urlaub. Hier kann man in entspannter Atmosphäre die Seele baumeln und den Geist wandern lassen – was innere Ausgeglichenheit und Harmonie fördert. Zudem bietet der Besuch einer Sauna zahlreiche Möglichkeiten der Zerstreuung: leckere Getränke, knackige Salate und neben dem gesunden Molke-Drink auch mal einen prickeliger Prosecco. Ob auf der Sonnen-Dachterrasse oder im restlichen Ruhebereich, beim bequemen Liegen kommt garantiert Urlaubsfeeling auf.

Weitere Informationen unter www.GraftTherme.de

Portrait

Auf einer Nutzfläche von rund 6.200 Quadratmetern bietet die GraftTherme Besuchern zahlreiche Attraktionen unter einem Dach: Im Sportbereich haben Schwimmer die Möglichkeit im Innen- und Außenbecken ungestört ihre Bahnen zu ziehen, Groß und Klein amüsieren sich beim Rutschen und Planschen im Freizeitbereich, Gesundheitsbewusste erholen sich im Solebecken und diejenigen, die mal wieder richtig ausspannen wollen, lassen sich im Wellness- und Saunabereich verwöhnen. Das Besondere: Jeder Bereich kann separat oder auch kombiniert besucht werden, je nach den individuellen Wünschen der Gäste. Mit dem Namen GraftTherme spiegelt das Bad nicht nur den regionalen Bezug wider, sondern kehrt auch zu den Wurzeln der Badekultur zurück: Graft bezeichnet die nach den beiden ehemaligen Burggräben benannte städtische Parkanlage direkt neben dem Freizeitbad und die als Thermen bezeichneten Bäder galten in der römischen Kultur als ein Ort des Austauschs und der Entspannung. Mit einzigartiger Architektur und einmaligem Energiekonzept präsentiert sich die GraftTherme als neues Freizeithighlight für Wasserfans jeden Alters und attraktives Ausflugsziel für die gesamte Nordwestregion. Betreiber des Bades ist die BAD Bäderbetriebsgesellschaft mbH, die Teil der SWD-Gruppe Delmenhorst ist.

News-ID: 657493 • Views: 1335 (Stand: 26.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/657493/Sommer-Sonne-Sauna.html>