

WELLNESS & MASSAGEN



Buchen Sie
Ihre Massage am
besten direkt online



Ihre Wohlfühl- & Wellnessmassagen in der ThermeNatur Bad Rodach

Gönnen Sie sich wieder einmal Zeit für sich selbst!

In unserer Wellnessabteilung können Sie den Stress und die Hektik des Alltags hinter sich lassen, denn hier stehen Sie und Ihr Wohlbefinden im Mittelpunkt. Unsere qualifizierten MitarbeiterInnen und vielfältige Anwendungen sorgen für ganzheitliche Entspannung und ein Rundum-Wohlfühlerlebnis. Wir verwöhnen Sie unter anderem mit klassischen Rückenmassagen, duftenden Aromamassagen, Hot Stone-Massagen oder Ayurveda-Anwendungen.



Neben zahlreichen Wohlfühlanwendungen stehen wir Ihnen sehr gern auch für die Einlösung Ihrer ärztlich verordneten Rezeptanwendungen zur Verfügung.

Unser Tipp – bei einer Anwendung im Wasser schenken wir Ihnen einen 3-stündigen Thermenaufenthalt am gleichen Tag. Bei einem Privatrezept erhalten Sie einen 4-stündigen Thermenaufenthalt hinzu.

Entfliehen Sie dem Alltag

– bei Ihrer Ich-Zeit in der ThermeNatur Bad Rodach



NEU ~ XXL PanoramaSauna

Genießen Sie einen Saunabesuch der ganz besonderen Art. Mit Blick auf den Georgenberg bietet sich Ihnen ein wahrlich exklusives Saunaerlebnis mitten im Grünen. Erleben Sie unsere vielfältigen Aufgussvariationen vom erfrischenden Gießkannenguss bis hin zur 5-SternePremium Eiszeit.



Schnell & direkt - der ThermeNatur-Onlineshop

Einfach und schnell Ihren Thermengutschein online
bestellen & direkt Zuhause ausdrucken
oder per Post übersenden lassen

Klick, klick - Gutschein



hier geht es
direkt zum
Onlineshop



Unsere Wohlfühl- und Wellnessanwendungen für Sie:

- Aroma-Massagen
- Ayurveda-Massagen
- Hot Stone-Massagen
- Gesundheits- und Wellnessanwendungen
- Beautyanwendungen
- Spezialmassagen
- Tages-Arrangements
- Lomi Lomi-Nui

Sie sind auf der Suche nach einem passenden **Geschenk**? Dann verschenken Sie doch einfach **Erholung** mit unserem **ThermeNatur-Gutschein**!



NEU – buchen Sie ausgewählte Massagen **direkt online.** www.therme-natur.de



Aromamassagen

Zur Ruhe kommen und neue Kraft schöpfen: Die sanften Aromamassagen mit unseren hochwertigen Aromamassageölen sind eine Wohltat für Körper, Geist und Seele. Die Öle werden tief in die Haut einmassiert und stimulieren den menschlichen Körper ganzheitlich vom Nerven- über das Blut- bis hin zum Lymphsystem. Je nach Ihrer Wahl des gewünschten Öls wird Ihre Haut gepflegt, entspannt, erfrischt oder stimuliert. Auch der angenehme Duft, welcher über die Nase aufgenommen wird, fördert die Wirkung unserer Aromamassagen und rundet Ihre Auszeit perfekt ab.



Aromamassagen

Unsere Aromamassagen im Überblick:

(Alle Aromamassagen werden mit einem angewärmten Öl durchgeführt.)

Wohlfühl-Aromamassage (Rücken) 25 Minuten	36,50 €
Wohlfühl-Aromamassage (Rücken & Arme oder Beine) 40 Minuten	55,00 €
Wohlfühl-Aromamassage (Ganzkörper) 70 Minuten inkl. Nachruhe	89,00 €

Alle
Angebote sind
auch als Gutschein
erhältlich



Ayurveda ist eine der ältesten Heilkünste der Welt. Im Mittelpunkt steht das innere Gleichgewicht des Menschen und die Harmonie von Körper, Geist und Seele. Bei Ayurveda werden die Selbstheilungskräfte des Menschen durch spezielle Massagetechniken aktiviert. Dadurch erlangen Sie Ihr persönliches Gleichgewicht wieder und gewinnen neue Kraft, Gesundheit und Lebensfreude.

Ayurveda

Unsere ayurvedischen Angebote im Überblick:

Ayurvedische Kopf-Gesichtsmassage 25 Minuten inkl. Nachruhe	41,50 €
Ayurvedische Ganzkörpermassage ohne Kopfbehandlung 50 Minuten inkl. Nachruhe	75,00 €
Ayurvedische Ganzkörpermassage mit Kopfbehandlung 80 Minuten inkl. Nachruhe	110,00 €

Alle Angebote sind auch als Gutschein erhältlich



Hot Stone-Massage

Wärme ist seit jeher schon ein Wundermittel zur Lösung von Verspannungen und zugleich eine echte Wohltat für die Seele. Bei unseren Hot Stone-Massagen erleben Sie mit Hilfe der erwärmten Lavasteine eine wahrliche Tiefenentspannung. Durch die gezielte Auflage dieser auf die Energiebahnen im menschlichen Körper wird auf angenehme Weise die Durchblutung gefördert, der Stoffwechsel angekurbelt sowie der Lymphfluss bei der Reinigung unterstützt. Aber nicht nur der Körper kann durch diese uralte Massageanwendung positiv beeinflusst werden, sondern auch der Geist kann so leichter entspannen, Schlafprobleme können gemildert und das Stressgefühl reduziert werden.

Hot Stone Massage

10

Unsere Hot Stone-Massagen im Überblick:

Hot Stone-Massage (Körperrückseite) 50 Minuten inkl. Nachruhe	75,00 €
Hot Stone-Ganzkörpermassage 75 Minuten inkl. Nachruhe	100,00 €

Alle
Angebote sind
auch als Gutschein
erhältlich



11

Thai-Massagen

Die traditionelle Thaimassage heißt auf thailändisch „Nuad Phaen Thai Boran“ und bedeutet wörtlich übersetzt „alte thailändische heilsame Berührung“. Unter Einsatz von Akupressur sowie sanften Dreh- und Streckbewegungen, werden Blockaden gelöst und das Wohlbefinden wiederhergestellt. Typischerweise werden dafür Faszien, Sehnen, Muskeln und Gelenke entlang der sog. „Sip Sen“ (thail. für die 10 großen Energieleitbahnen im Körper) behandelt. Egal ob zur Vorbeugung oder bei Schmerzen durch Verspannungen, wer einmal eine Thai Massage probiert hat, merkt schnell, dass diese Form der ganzheitlichen Körpermassage etwas ganz Besonderes ist.

12

Unsere Thai-Massagen im Überblick:

Thai Massage

50 Minuten
80 Minuten

75,00 €
100,00 €

(Diese Anwendung findet am Boden auf einer bequemen Matte statt – bitte tragen Sie hierfür lange & bequeme Kleidung. Auch bei Schwangerschaft buchbar.)

NEU

Thai Massagen

Shiatsu

Neue Wege gehen ... für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit. Unsere neuen Shiatsu-Anwendungen, basierend auf der Grundlage der Energieleitbahnen durch welche die Lebensenergie fließt, ist eine zutiefst entspannende Erfahrung und hilft auch bei der Behandlung einer Vielzahl von Gesundheitsproblemen. Sie kann bei Schlaflosigkeit, Verdauungsproblemen, schlechter Haltung, Kopfschmerzen, Husten und Erkältungen, Verstauchungen und natürlich bei Verspannungen im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich helfen.

Unsere Shiatsu-Anwendungen im Überblick:

Shiatsu

25 Minuten
55 Minuten

45,00 €
70,00 €

(Diese Anwendung findet am Boden auf einer bequemen Matte statt – bitte tragen Sie hierfür lange & bequeme Kleidung.)

NEU

Shiatsu

13

Gesundheits- & Wellnessangebote

Sich einfach mal eine kleine oder große Portion Ich-Zeit im täglichen Alltag gönnen – das haben wir uns doch alle einmal verdient. Mit unseren vielfältigen Gesundheits- und Wellnessanwendungen bietet sich Ihnen bei uns in der ThermeNatur die perfekte Möglichkeit dafür. Egal ob bei einer wohltuenden Gesichtsmassage, einer entspannenden Teilkörpermassage oder einer belebenden Fußreflexzonenmassage – für jeden ist etwas dabei. Auf vielfältige Art und Weise und oft schon mit gezielten Berührungen und Bewegungen kann man z. Bsp. bei einer Massage der Fußreflexzonen Verspannungen und Blockaden lösen oder bei einer wärmenden Natur-Moorpackung die gesamte Rückenmuskulatur lockern – testen Sie es doch am besten einfach einmal selbst bei uns.

14



Gesundheits- & Wellnessangebote

Unsere Gesundheits- & Wellnessangebote im Überblick:

Wärmendes Rotlicht* 20 Minuten	12,00 €
Naturmoor-Auflage* 25 Minuten	18,00 €
Klassische Massage* 20 Minuten	27,00 €
40 Minuten	49,00 €

* Diese Leistungen können über die Krankenkasse mit Rezept abgerechnet werden.

Tapen 15 Minuten	
Tapeanlage klein	15,00 €
Tapeanlage groß	18,00 €
Teilkörpermassage 25 Minuten	31,50 €
Fußreflexzonenmassage 25 Minuten	35,50 €

Alle Angebote sind auch als Gutschein erhältlich

15

Salz-Öl-Peeling

Gönnen Sie Ihrer Haut einen belebenden Frische-Kick mit einem reinigenden und zugleich pflegenden Salz-Öl-Peeling. Die sanften Massagebewegungen lösen alte Hautschüppchen, befreien von Unreinheiten und fördern die Bildung von neuen Zellen. Zugleich regt es die Durchblutung an, versorgt die Haut mit Nährstoffen und belebt Ihren Körper ganzheitlich.

Ganzkörper-Salz-Öl-Peeling
40 Minuten inkl. Dusche

55,50 €

16

Peelinganwendungen

Wirbelsäulentherapie nach Dorn

Die Wirbelsäulentherapie nach Dorn – auch „Dorn Methode“ genannt, ist eine manuelle, sanfte Anwendung bei Beschwerden des Bewegungsapparates. Unsere Therapeuten bringen durch gezielte und einfühlsame Bewegungen Ihre Wirbel und Gelenke wieder in die richtige Position. Sie wirken als Gast aktiv bei dieser Anwendung mit und verspüren schon unmittelbar danach einen Effekt. Ein wichtiger Teil ist die Korrektur der Beinlängendifferenz, da dies oft eine Ursache für verschiedene Beschwerden sein kann. Unser Therapeut findet heraus, ob Ihre Beine die gleiche Länge aufweisen, denn schon kleine Unterschiede können dazu führen, dass die Wirbelsäule in ihrer Stabilität und Belastungsfähigkeit negativ beeinflusst wird und dies kann eine Fehlbelastung sowie Schmerzen zur Folge haben. Dieser Unterschied kann in vielen Fällen durch gezielte, fachkundige Griffen entlang der Wirbelsäule gelindert oder gar behoben werden.

Wirbelsäulentherapie nach Dorn
60 Minuten

85,00 €

NEU

Dorn-Therapie

17

Lomi Lomi-Massage

Aloha ThermeNatur – genießen Sie hawaiianisches Urlaubsfeeling in Bad Rodach mit der „Königin der Massagen“. Durch kreisende, fließende Bewegungen und großflächiges Streichen, Kneten und Reiben gelingt es, bis in die tiefer gelegenen Gewebeschichten vorzudringen und so das Entspannungsgefühl um ein Vielfaches zu verstärken.

Spezialmassagen

Unsere Spezialmassagen im Überblick:

Lomi Lomi – Ganzkörpermassage zum Kennenlernen 55 Minuten inkl. Nachruhe	80,00 €
Lomi Lomi – Ganzkörpermassage für Genießer 80 Minuten inkl. Nachruhe	110,00 €

Alle
Angebote sind
auch als Gutschein
erhältlich

*WellnessZeit
in unserer 5-Sterne Premium Saunawelt*

Genießen Sie vor oder nach einem Saunagang eine erholsame Massage in unserer WellnessLodge im Saunagarten.

Massage-Saunaangebote

*Unsere Wellnessmassagen
in der 5-Sterne Premium Saunawelt*

Klassische Massage* 20 Minuten	27,00 €
Wohlfühl-Aromamassage (Rücken) 25 Minuten	36,50 €
Wohlfühl-Aromamassage (Rücken & Arme oder Beine) 40 Minuten	55,00 €
Wohlfühl-Aromamassage (Ganzkörper) 70 Minuten inkl. Nachruhe	89,00 €

NEU
XXL PanoramaSauna
mit Blick auf den
Georgenberg



Teilkörpermassage 25 Minuten	31,50 €
---------------------------------	---------

*Bitte beachten - in unserer Saunawelt ist eine Rezeptabrechnung leider nicht möglich.

Tages-Arrangements

Genießen Sie erholsame Stunden mit unseren Tages-Arrangements. Egal ob mit den Freundinnen oder dem/der Liebsten – entspannte Stunden sind Ihnen garantiert.



Tages-Arrangements



Unsere Tages-Arrangements:

Alle Angebote sind auch als Gutschein erhältlich

Wellnesstag „Ein Tag zum Wohlfühlen“

Tageskarte für die Therme inkl. 5-SternePremium Saunawelt und eine Wohlfühl-Aromamassage (Rücken) 57,00 €

Ayurveda spezial

1 Tageskarte für die Therme inkl. 5-SternePremium Saunawelt
1 Ayurvedische Ganzkörpermassage ohne Kopfbehandlung
1 Ayurveda-Tee 95,50 €

Verwöhntag „Hawaii“

1 Tageskarte für die Therme inkl. 5-SternePremium Saunawelt
1 Lomi Lomi-Ganzkörpermassage zum Kennenlernen
1 ThermenSmoothie nach Wahl 105,00 €



Ihr Weg zur ambulanten Badekur

Gibt es die klassische Kur überhaupt noch? Ganz klar: Ja. Die ambulante und die stationäre Rehabilitation sind nach wie vor eine Pflichtleistung der gesetzlichen Krankenkassen. Der Anspruch besteht grundsätzlich alle drei Jahre. Wenn Sie eine Kur in Erwägung ziehen, ist es ratsam, mit Ihrem Hausarzt zu sprechen, ob eine ambulante Badekur oder eine stationäre Kur in Frage kommt.



Ambulante Kur – in der ThermeNatur möglich

- Arztkosten sowie 90 % der Kosten für Kurmittel werden von der Krankenkasse übernommen
- zusätzlich erhalten Sie in der Regel einen Zuschuss von täglich bis zu 13 € zu Unterkunft, Verpflegung und Kurtaxe
- Eigenbeteiligung liegt bei 10 € pro Verordnung & 10 % der Kurmittel



Physiotherapeutische Abteilung in der ThermeNatur

Unser Angebot reicht von klassischen Anwendungen bis hin zu Schmerz-Tapes, manueller Lymphdrainage, Krankengymnastik und vielen weiteren abrechnungsfähigen Rezeptanwendungen. Nähere Informationen erhalten Sie vor Ort in der ThermeNatur sowie telefonisch und per Mail.



Thermalbadstraße 18
96476 Bad Rodach

Tel. 09564 9232-0
Fax 09564 9232-32

info@therme-natur.de
www.therme-natur.de

Stand 02/2024 | alle Angaben ohne Gewähr | Änderungen und Preisanpassungen jederzeit möglich | alle genannten Preise verstehen sich inkl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer | bitte beachten Sie unsere AGB's und Stornobedingungen bei gebuchten Terminen - Infos unter www.therme-natur.de und vor Ort