

Hallenbad

- Schwimmbecken
20 x 8 x 1,40 m
- Wassertemperatur
28° bis 31°
- Whirlpool ca. 34°



- Aquafitness und Reha Kurse
- Schwimmtraining
- Schulschwimmen
- zwei Ruhebereiche
- Sitzmöglichkeiten
- Spielecke

Fitness

- Geräte für Kraft-, Ausdauer-
und freies Training



Kurse

- Regelmäßiges + klassisches
Kursangebot:
Langhanteltraining, Pilates,
Spinning, Aqua-Fitness, ...
- Trend-Fitness:
Sling-Training, Zumba, ...
- Reha- und Prävention (§ 20
SGB) Sport:
Rückenfit, Aqua-Fitness, ...
- Outdoor-Fitness:
Nordic-Walking, E-Bike, ...



Sauna + Wellnesswelt

Entspannung und Erholung

- Bio Sauna
- finnische Sauna
- Außen-Kelo-Erd Sauna
- Dampfbad



Abkühlung und Erfrischung

- Kaltwasser-Tauchbecken
- 3 Erlebnisduischen
- Eisbrunnen + Fußbecken
- Kaltwasser-Schwalleimer
- Ruheraum mit Liegen
- Ruhe-Galerie
- Sauna-Bar + Sitzmöglichkeiten



Therapie, Diagnostik,
Behandlung

- Sport-Diagnostik
- Physio- und Ergotherapie
- Podologie
- Massagen
- Kosmetik



ARS NATURA Infozentrum

- Mittelpunkt für Informationen
rund um die Kunst-Wander-
wege ARS NATURA und des
regionalen Rad- und Wander-
gebietes Spangenberg.



E-Bike Verleih

- E-Bike Verleih / +Ladestation



Hotel

- Für Sie und ihre Gäste:
Kombiangebote und
Arrangements.
Bed & Bike, Wandern,
Wellness, Cateringservice, ...



Gastronomie

- heimische und vitale kleine
Speisen,
schmackhafte Snacks,
Eisvarianten,
Kaffee und Kuchen

