



LANGE SAUNA NÄCHTE 2018

10.02.

14.04.

07.07. Ladies Night

06.10.

15.12.



Folgen Sie uns auf Facebook!
www.facebook.com/grugaparktherme



„Fühl' dich wohl“

WOHLFÜHLZEITEN

Montag **nur Damen-Sauna**
Montag bis Donnerstag
Freitag & Samstag
Sonntag & Feiertag
Lange Sauna-Nächte

09 – 22 Uhr
09 – 23 Uhr
09 – 19 Uhr
17 – 01 Uhr

THERME&SAUNA

2 Stunden	Montag bis Freitag	17.- €
3 Stunden	Montag bis Freitag	19.- €
Tageskarte	Montag bis Freitag	21.- €
2 Stunden	Samstag, Sonntag, Feiertag	19.- €
3 Stunden	Samstag, Sonntag, Feiertag	21.- €
Tageskarte	Samstag, Sonntag, Feiertag	23.- €

3 Stunden Vormittagsangebot „3 für 2“
werktags Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr **15.- €**

10-er Karte für je 3 Stunden plus 1 3-Stunden-Karte **gratis** **190.- €**
10-er Tages-Karte plus 1 Tageskarte **gratis** **210.- €**

10%-Geldwertkarte 200.- €

Mit dem Kauf dieser Geldwertkarte mit einem Guthaben von 200.- € erhalten Sie auf alle Eintrittstarife der Grugapark-Therme einen 10-prozentigen Nachlass!



Kurhaus im Grugapark gGmbH
Lührmannstr. 70 · 45131 Essen
Tel. 0201 85610-0 · Fax -99
info@kur-vor-ort-essen.de
www.kur-vor-ort-essen.de
www.grugapark-therme.de

Stand 11-2017_2000

Nutzen Sie unsere eigenen Kur-Parkplätze – kostenfrei.



WASSERTHERMENWELT
GRUGASPORTCLUB
SAUNALANDSCHAFT
WELLNESSSPA





Vergessen Sie den Alltag!

Genießen Sie Sole, Therme, Wellness und Wärme in der Grugapark-Therme – dem Wohlfühlzentrum mitten in Essen. Hier im Kurhaus im Grugapark können Sie relaxen und die Seele baumeln lassen.

Erleben Sie Gesundheit!

Fühlen Sie sich wohl in unserem asiatischen Ambiente und atmen Sie durch im japanischen Saunagarten.

Entspannen Sie durch Wärme!

Gesundes Schwitzen bei heißen Aufgüssen im Japan-Haus und in der Espen-Sauna. Träumen im Shinto-Portal-Dampfbad (neu ab 2018), Durchatmen in der Rosenquarz-Sauna und salziges Prickeln in der Himalaya-Sauna.

Lassen Sie sich verwöhnen!

Wellness-Programme mit Massagen und kosmetischen Behandlungen warten auf Sie.

Genießen Sie kulinarisch!

Erfrischungen und eine reichhaltige Auswahl gesunder Gerichte genießen Sie in unserer Aqua-Bar und im Saunagarten.

FÜHLDICHWOHL

WASSERTHERMENWELT

- 32°C warmes Sole-Außenbecken mit Massage-Sprudlern, Strömungskanal, Massageliegen, Wasserfall-Dusche
- 34°C warmer Sole-Außen-Whirlpool
- 29°C warmes Innen-Schwimmbecken
- Aqua-Kurse

SAUNALANDSCHAFT

- 50°C Shinto-Portal-Dampfbad – neu ab 2018
- 65°C Bio-Farblight-Sauna mit Licht-Luft-Klang-Therapie
- 75°C Rosenquarz-Sauna für leichtes Schwitzen
- 85°C Himalaya-Salz-Sauna im Japanhaus
- 90°C Espen-Sauna mit Eis- und Aroma-Aufgüssen
- große 95°C heiße Aufguss-Sauna im Japanhaus
- japanischer Saunagarten
- großzügige Liegeflächen, Sonnenterrassen
- Speisen & Getränke an der Aqua-Bar & Saunagarten
- **Leih-Service für Bademäntel und Saunatücher**

Mehr Infos unter www.grugapark-therme.de

REHABILITATIONSSPORT

- Gruppenangebote: Muskel- und Gelenkgymnastik, Wassergymnastik, Wirbelsäulengymnastik, ambulanter Herzsport mit verschiedenen Zusatzleistungen, zum Beispiel: RehaSport-Gerätezykel, Nutzung des Solebeckens, Ärztliche Untersuchungen

GRUGAPARK-THERMESPASPA

Entspannen beim Verwöhn-Urlaubstag:

- mit Wellness-Körpermassagen neue Kraft tanken
 - Wohlfühlzeiten genießen! Stärken Sie zum Beispiel bei der Hot-Stone-Massage Ihr Immunsystem oder nehmen Sie bei der Kräutertempel-Massage die Kraft der Naturkräuter auf.
- Viele Möglichkeiten stehen Ihnen zur Verfügung. Das SPA-Team der Grugapark-Therme pflegt und verwöhnt Sie mit geschultem Wissen und fachlichem Können.



PHYSIOTHERAPIE SCHREINER & PARTNER

Alle Krankenkassen und Privat.

GRUGASPORTCLUB

Genießen Sie Medical-Fitness auf über 600 qm:

- medizinische Fitness-Checks
- individuelle Trainingsplanung
- Training mit dem TechnoGym Wellness System
- vielfältiges Kurs-Programm

GRUGASPORTCLUB Bronze*

Computergestütztes Gerätetraining.

6 Monate	216.00 €
12 Monate	396.00 €

GRUGASPORTCLUB Silber*

Computerg. Gerätetraining & GRUGAPARK-THERME.

6-monatige Mitgliedschaft	88.00 € pro Monat
Jahresmitgliedschaft	82.00 € pro Monat

GRUGASPORTCLUB Gold*

Wie Silber, jedoch plus 1x Begleitkurs KvO-Programm.

6-monatige Mitgliedschaft	98.00 € pro Monat
Jahresmitgliedschaft	92.00 € pro Monat

* Plus einmalige Pauschale von 20,- € für den TechnoGym Trainingsschlüssel.

