

100 mm



100 mm



97 mm



94 mm



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. Genießen in der Panorama-Sauna, 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.

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
- 65°C Farblicht-Sauna mit Licht-Luft-Klang-Therapie
- 75°C Rosenquarz-Sauna für leichtes Schwitzen
- 80°C Panorama-Sauna mit Parkblick
- 85°C Himalaya-Salz-Sauna im Japanhaus
- 90°C Espen-Sauna mit Eis- und Aroma-Aufgüssen
- große 95°C heiße Aufguss-Sauna im Japanhaus
- Infrarot-Lounge
- japanischer Saunagarten
- großzügige Liegeflächen, Sonnenterrassen
- **Leih-Service für Bademäntel und Saunatücher**

WELLNESSPAKOSMETIK

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 sich bei der Anti Stress-Massage Zeit für sich.



Viele Möglichkeiten stehen Ihnen zur Verfügung. Das SPA-Team der Grugapark-Therme pflegt und verwöhnt Sie mit geschultem Wissen und fachlichem Können.

„Fühl' dich wohl“

Genießen Sie auch kulinarisch!

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

REHABILITATIONSSPORT

Gruppenangebote: Muskel- und Gelenkgymnastik, Wassergymnastik, Wirbelsäulengymnastik, ambulanter Herzsport mit verschiedenen Zusatzleistungen, z. B.: RehaSport-Gerätezirkel, Nutzung des Solebeckens

GRUGASPORTCLUB

Genießen Sie Medical-Fitness auf über 600 m²:

- inkl. sporttherapeutischem Eingangs-Check
- individuelles computergestütztes Gerätetraining
- Training mit dem TechnoGym Wellness System
- vielfältiges Kurs-Programm

GRUGASPORTCLUB

1 Monat	59.- € (einmalige Zahlung bar, ec oder per Lastschrift)
6 Monate	216.- € (einmalige Zahlung bar, ec oder per Lastschrift) oder monatlich 42.- € (nur im Lastschriftverfahren möglich)
12 Monate	396.- € (nur im Lastschriftverfahren möglich) oder monatlich 39.- € (nur im Lastschriftverfahren möglich)

Alle Preise plus einmalig **20.- €** für den TechnoGym Trainingsschlüssel.

