



Affordable
Hospitality

Séjours santé

Villes d'eaux et stations thermales en Allemagne



© Touristikinformation Bad Reichenhall



Un temps pour la santé



Les 57 villes d'eau et stations thermales dans le Bade-Wurtemberg au Sud-Ouest de l'Allemagne associent la culture du thermalisme de grande tradition à la haute compétence santé dans ses thermes riches en gaz carboniques et ses centres Medical Wellness et SPA. Des applications spécifiques avec des remèdes naturels de la Forêt-Noire, de la Schwäbische Alb et de la Haute-Souabe. Un climat curatif sain, de la tourbe, de la boue minérale, des herbes aromatiques choisies et la philosophie de Sébastien Kneipp. En supplément, l'effet bienfaisant de l'eau minérale thermique. Tous les établissements dans les stations thermales sont parfaitement équipés pour prendre soin de vous globalement avec une infrastructure médicale et thérapeutique moderne, leur savoir faire spécialisé, leur excellente qualité et leur personnel expérimenté.

Informations :

Heilbäderverband
Baden-Württemberg e.V.
Esslinger Straße 8
70182 Stuttgart
Tél. : +49 (0) 711 – 89 24 80 00
E-mail : info@heilbaeder-bw.de

ou sur internet

www.heilbaeder-bw.de

www.heilbaeder-bw.de



Petra Hedorfer
Présidente du Comité de direction DZT

Séjours wellness et santé en Allemagne

Chères lectrices, chers lecteurs,

En 2011, avec son thème de l'année « Séjours wellness et santé en Allemagne », l'Office Allemand du Tourisme (DZT) s'inscrit dans la tendance des séjours santé en Allemagne. C'est dans ce cadre que cette brochure de la DZT présente plus de 50 villes d'eaux et stations thermales sélectionnées en collaboration avec l'Association Allemande des Villes Thermales (DHV). Ces lieux incarnent de façon exemplaire la riche tradition des cures en Allemagne et la grande diversité de l'offre de qualité en matière de santé.

Les remèdes spécifiquement locaux et les méthodes traditionnelles de physiothérapies naturelles sont à l'honneur. Au pays d'origine des personnalités de la médecine alternative comme Sebastian Kneipp et Emanuel Felke, bon nombre de thérapies recourent, aujourd'hui encore, à la nature généreuse de l'Allemagne. Sources d'eau minérale, sources thermales, boues bien-faisantes, climat favorable à la cure, eau de mer pour des applications thalasso ou galeries médicinales : presque toutes les régions allemandes offrent d'importantes ressources pour un séjour orienté santé,

dans un but préventif, pour traiter des maladies chroniques ou pour la détente et le repos.

L'Allemagne offre au total plus de 350 villes d'eau ou stations thermales labellisées. Le choix s'étend des villes mondaines aux petites localités d'un charme campagnard : de Baden-Baden, la « ville estivale de l'Europe » du 19^e siècle, ou Wiesbaden, « ville impériale », à Bad Saarow au bord du lac de Scharmützelsee, Berchtesgaden dans les Alpes, Bad Schandau en Suisse saxonne ou Heringsdorf, l'un des bains impériaux sur l'île d'Usedom. Tous ces lieux ont ceci en commun : l'effet bienfaisant pour la santé de toutes les villes d'eaux et stations thermales allemandes est régulièrement contrôlé selon des critères stricts.

Venez chez nous et offrez-vous le plaisir d'un séjour santé individualisé !

Petra Hedorfer
Présidente du Comité de direction
Office Allemand du Tourisme (DZT)



© Tourismusinformation Städtische Kurverwaltung Bad Tröitz

Sommaire

Sources d'eau minérale et thermale	4
Péloïdes	46
Stations climatiques	66
Kneipp, Felke et Schroth	80
Galleries médicinales et radon	90
Thalasso thérapie	92
Carte de l'Allemagne	56
Informations éditoriales	79

En coopération avec



Avec le soutien du



L'Allemagne, destination voyage
© Office National Allemand du Tourisme

en vertu d'une décision
du Bundestag allemand



Sources d'eau minérale et thermale

L'eau de la vie

Les sources d'eau tiède ou chaude sont utilisées pour diverses thérapies en raison de la grande quantité de minéraux dissous qu'elles contiennent. Nombreuses sont les villes où on a construit des bains thermaux à l'emplacement des sources, pour exploiter de façon ciblée la vertu thérapeutique de l'eau.

On qualifie de sources thermales ou thermes les sources dont l'eau est chauffée souterrainement par des activités volcaniques ou par la circulation dans les roches chaudes, et garde une température d'au moins 20°C lorsqu'elle arrive à la surface. Pour les cures balnéaires, l'eau est portée au niveau agréable de 34–38°C. « En raison de son origine située dans les couches profondes de la terre et de la roche, l'eau thermale est riche en substances minérales », explique **Wilfried Stephan**, directeur du Staatsbad à Bad Salzflufen. « Elle peut contenir du soufre, calcium, sodium, fluor, sulfates et autres sels, de gaz car-

bonique et, à faibles doses, des éléments radioactifs comme le radon », précise-t-il. L'eau chaude, les vapeurs d'eau et les minéraux dissous peuvent être utilisés pour des cures balnéaires, des cures d'inhalation ou d'eau potable, afin de traiter divers maux. En Allemagne, il y a environ 70 stations thermales avec des sources d'eau thermale naturelle.

Les bains romains

Les premiers thermes balnéaires et curatifs furent construits dès l'Antiquité par les Grecs et les Romains. Il semble même

que le tracé du Limes fut déterminé par les sources thermales proches de cette frontière et alimentant les bains militaires. La frontière septentrionale était formée par la ligne du Rhin. C'est à partir des castels que se développèrent, au cours de deux millénaires, les villes d'eaux et les stations thermales, aujourd'hui encore fort appréciées.

Dès l'Antiquité, on célébrait autour des sources chaudes un véritable culte de la santé. Depuis, les effets thérapeutiques ont été confirmés par la science, comme le rappelle **Julia Kahl**, spécialiste dans le



© Tourist-Information Bad Reichenhall



© Sole-Heilbad Kurverwaltungsgesellschaft mbH-Bad Salzuflen

domaine des eaux thermales et minérales et responsable du tourisme pour la circonscription de Burg (forêt de la Spree) : « L'eau sulfureuse est particulièrement appropriée au traitement des maladies de la peau comme le psoriasis et la névrodermite, car elle possède entre autres un effet antibactérien et apaise la peau. Les sources chaudes d'eau sulfatée permettent de soulager les douleurs articulaires et les maladies rhumatismales, dissipent les tensions musculaires du dos et apaisent les troubles psychosomatiques. Un effet similaire est obtenu par les bains de saumure, c'est-à-dire des bains à l'eau particulièrement salée ».

L'eau thermale riche en gaz carbonique contribue surtout à soulager la pression artérielle et les troubles cardio-vasculaires, car elle stimule la circulation sanguine artérielle et améliore l'apport en oxygène. Cela conduit simultanément à un agréable effet secondaire : la peau retrouve un bon teint et rayonne de santé.

© Kurverwaltung Bad Griesbach im Rottal



EAU THERMALE

L'eau thermale provient de sources naturelles souterraines. En raison de la teneur élevée en minéraux et oligo-éléments, ce remède naturel a des effets préventifs, antalgiques et curatifs pour un grand nombre de maladies, comme certaines études scientifiques l'ont prouvé. Selon l'eau minérale, les éléments qui y sont contenus varient : certaines eaux favorisent la digestion, d'autres peuvent par exemple combler un manque en magnésium. Source : Deutsche Heilbrunnen im Verband Deutscher Mineralbrunnen e.V.

SOURCE THERMALE

On peut considérer comme sources thermales ou thermes les sources dont l'eau atteint une température de plus de 20°C à sa sortie. On appelle carbonates thermaux les eaux thermales riches en gaz carbonique à température plus élevée, lorsqu'à la sortie s'y trouvent au moins 1000mg/l de dioxyde de carbone. Source : Deutscher Heilbäderverband e.V., Deutscher Tourismusverband e.V. (2005) : Begriffsbestimmungen – Qualitätsstandards für die Prädikatisierung von Kurorten, Erholungsorten und Heilbrunnen



© Bad Nauheim Stadtmarketing und Tourismus GmbH



D'autres domaines d'application pour les cures d'eau thermale sont les maladies des membres moteurs, du système respiratoire et du système nerveux.

Les vertus de la saumure naturelle

Les principes actifs de l'eau thermale saumurée sont les minéraux, à côté de la température, de la pression, de la flottabilité et de la résistance de l'eau. Ces facteurs ont des effets bénéfiques sur la santé de l'appareil moteur et le squelette, sur les voies respiratoires, sur la peau, et dans le domaine gynécologique.

Au cours de l'évolution de la terre, une partie de l'eau de mer a été séparée des océans et conservée dans des étangs peu profonds. Cette eau s'est évaporée, laissant des minéraux hautement concentrés. Grâce à l'énorme pression tectonique, ces minéraux furent isolés et enfermés sous les couches terrestres. A l'endroit où aujourd'hui des cours d'eau rencontrent

des dépôts d'eau de mer qui s'y dissolvent par la chaleur terrestre, on trouve de la saumure naturelle. Plus le forage est profond, plus la température d'extraction est élevée. Dans le monde entier existent des processus à la concentration et à la composition variables. A partir de 1,4% de teneur en sel (14g par litre) dans l'eau, il s'agit de saumure au sens thermal.

Aspects bénéfiques pour la santé

Dans les thérapies traitant les maladies rhumatismales et dans le domaine des traitements de réhabilitation de l'appareil moteur, les bains de saumure ont une tradition de plusieurs siècles. Contrairement à un bain d'eau douce, dans un bain de saumure, grâce à l'apesanteur, l'organisme humain est soulagé, permettant des interventions réduisant les douleurs physiques.

Les concentrations habituelles des bains de saumure se situent à 2–6% de teneur

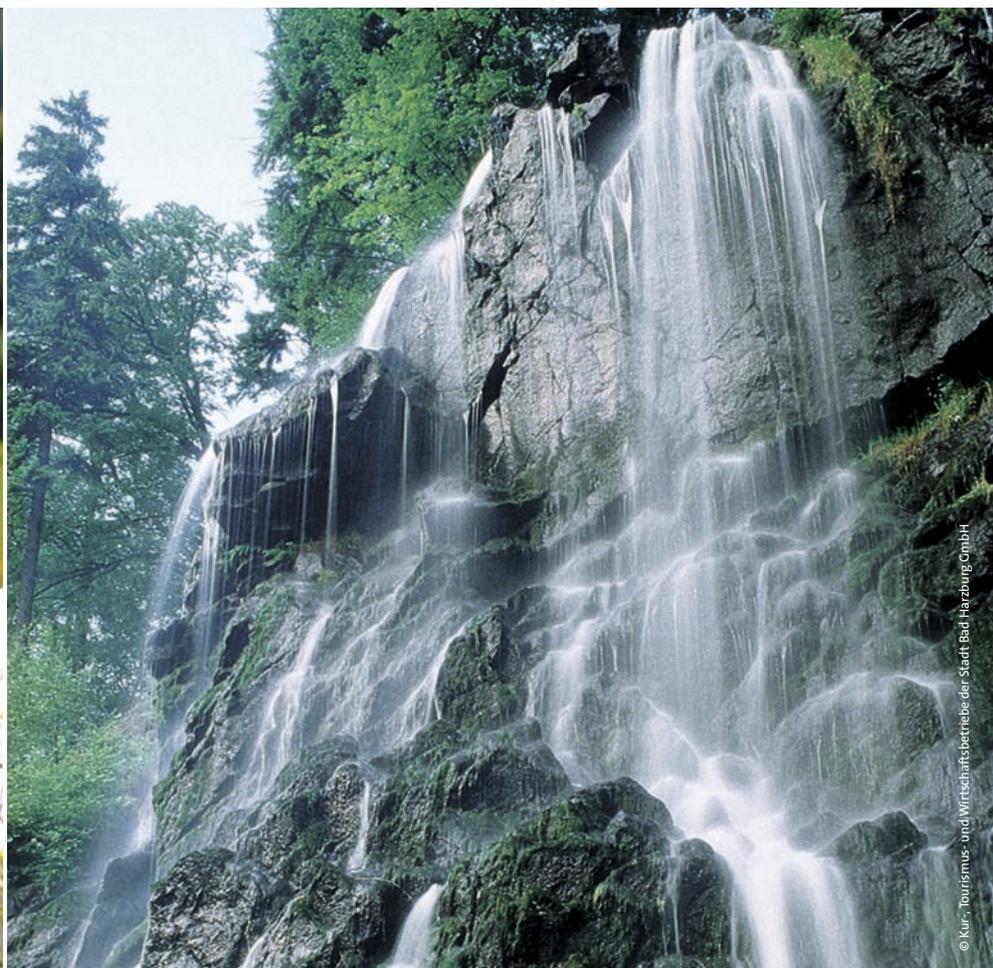
en sel, avec une température d'immersion de 33–37°. A ce niveau de concentration, à côté de la thérapie de baignoire à saumure, une thérapie dans des bassins aux dimensions variables est également très utile.

Un bienfait pour les voies respiratoires

En raison de l'augmentation constante de la pollution de l'environnement, on constate une nette augmentation des maladies respiratoires. La thérapie de l'inhalation avec une eau riche en sodium, ou avec une saumure à faible concentration produit des effets considérables sur le système bronchique. Les particules de saumure peuvent pénétrer profondément les poumons, éliminant ainsi, avec le mucus dissous, les poussières fines et autres toxines. Les possibilités thérapeutiques pour traiter les maladies des voies respiratoires sont vastes et diverses, et varient en fonction de leur mode d'application (inhalations individuelles,



© Kur und Bäder GmbH Bad Dürkheim



© Kur-, Tourismus- und Wirtschaftsbetriebe der Stadt Bad Harzburg GmbH

en chambre ou à l'air libre), de la profondeur de pénétration dans les voies respiratoires, et de la concentration de la saumure.

Régénération de la peau

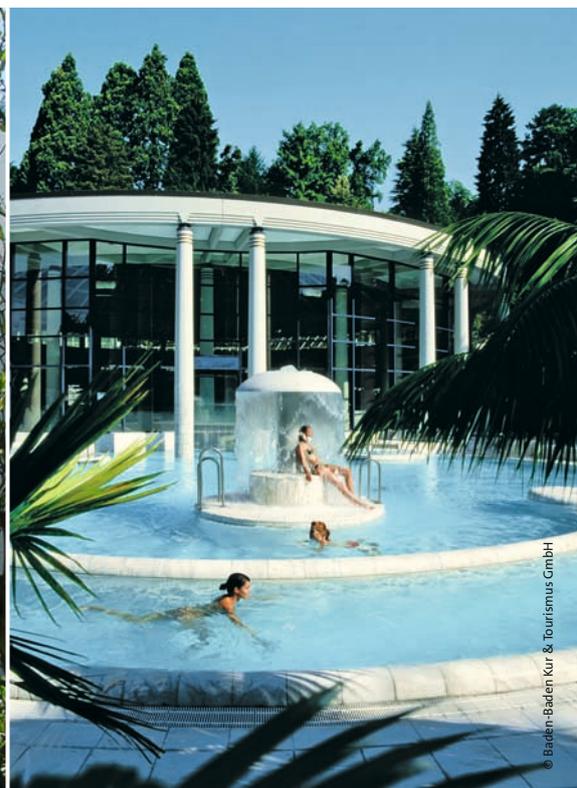
La saumure, aux vertus multiples, a également fait ses preuves pour le traitement de nombreuses maladies de la peau. On utilise à cette fin une concentration de 0,3 à 6,0% de teneur en sel. Par un traitement régulier par des bains de saumure, la peau se trouve irritée par osmose. Cela peut conduire, dans un premier temps, à une aggravation de l'état de la peau. Mais après ce processus de purification, la voie est libre pour une peau saine. Les minéraux de l'eau de saumure, absorbés par la peau lors des bains, consolident le tissu, un soin luxueux qu'aucune eau normale ne peut offrir.

EAU MINERALE

Selon le règlement de l'eau minérale et de l'eau consommable, l'eau minérale naturelle est une eau qui remplit, entre autres, les exigences suivantes : elle provient d'eaux souterraines protégées de toutes impuretés et elle doit être extraite d'une ou de plusieurs sources naturelles ou artificielles. L'eau minérale est naturellement pure et se caractérise par sa teneur en minéraux, en oligo-éléments et autres éléments, ainsi que par ses éventuels effets d'ordre nutritifs et physiologiques. Source : Eichelsdörfer, Dieter : Überwachung und Aufbereitung von Heilwässern in Therapie- oder Bewegungsbecken / Deutsches Bäderbuch, 2^e éd. 2008



© Kurverwaltung Bad Mergentheim GmbH



Baden-Baden

La ville d'eaux élégante en Forêt-Noire

Située dans un paysage magnifique au pied de la Forêt-Noire, Baden-Baden, avec ses sources bienfaisantes, ses hôtels exclusifs et ses splendides parcs et jardins, offre un cadre sélect pour des programmes santé individuels.

Les Romains déjà surent tirer profit des vertus bénéfiques des douze sources thermales, en construisant à Baden-Baden, il y a 2000 ans, les premiers et imposants thermes dont on peut visiter aujourd'hui les ruines bien conservées. Ce sont tous les jours 800000 litres d'eau de source chaude aux vertus curatives qui jaillissent d'une profondeur de 2000m, pour le plus grand bénéfice des visiteurs venus du monde entier pour se rendre dans les deux bains thermaux, les thermes modernes de Caracalla et les Bains historiques, romano-irlandais, de Frédéric. L'eau chaude riche en minéraux, d'une température allant jusqu'à 68°, est utilisée pour des thérapies traditionnelles, mais également nouvelles.

La vertu curative de l'eau

Sur son long voyage vers la surface terrestre, l'eau thermale entraîne principalement du chlorure de sodium se trouvant dans la roche. En outre, elle contient au

moins un gramme par litre de minéraux précieux : lithium, césium, acide silicique, acide borique, manganèse, magnésium, cobalt, zinc et cuivre. Pathologies cardiaques, circulatoires, rhumatismales, articulaires, métaboliques ou respiratoires : la vertu curative des sources favorise le bien-être individuel et la guérison durable des patients.

L'élégance d'une ville balnéaire et culturelle

À la Belle Époque, Baden-Baden, capitale européenne de l'été, avait une réputation mondiale. L'élégante ville balnéaire a pu consolider ce rayonnement au fil des ans en développant les thérapies traditionnelles, mais aussi les offres médicales et thérapeutiques les plus innovantes dans le domaine de la santé, de la beauté et du bien-être. Aujourd'hui, Baden-Baden est connu dans le monde entier comme ville balnéaire et culturelle, avec une excellente réputation médicale, sans oublier les nombreuses manifestations et expositions.



Baden-Baden Kur & Tourismus GmbH
Solmsstrasse 1
76530 Baden-Baden
Tel.: +49 (0) 7221 275266
Fax: +49 (0) 7221 275261
bbt@baden-baden.com
www.baden-baden.com



Baden-Baden

Baden-Baden



La compétence au plus haut niveau

Avec ses nombreuses institutions spécialisées et ses hôtels de charme et de bien-être, Baden-Baden propose à ses clients du monde entier un choix varié d'activités thérapeutiques, de wellness et de plaisirs culturels.

Huit cliniques hautement qualifiées avec leurs différents domaines spécialisés ainsi que des médecins de renom proposent aux clients du monde entier des bilans de santé sur mesure, un accompagnement spécialisé, ou des interventions médicales fondamentales, aussi bien que des mesures préventives et de réhabilitation. Vous trouverez également des traducteurs interprètes spécialisés dans le domaine médical. A Baden-Baden, nous prenons en considération les désirs individuels aussi bien que les demandes liées à votre tradition culturelle.

Une offre wellness à la fois classique et innovante

De nombreux hôtels SPA et wellness, de même que les oasis de bien-être proposent de plus un choix varié de soins thérapeutiques, exclusifs ou sur mesure : qu'il s'agisse de massages classiques ou asiatiques, de lomi-lomi ou de pantāi luar, de thermalisme thalasso ou d'āyurvēda, de thérapies aux huiles essentielles ou de journées anti-stress, d'applications aux

coffee-chips&scrubs ou au caviar – il y en a pour tous les goûts et toutes les couleurs. Les deux bains thermaux, le bain thermal moderne Caracalla et l'historique « Friedrichsbad » romain/irlandais complètent avec bonheur ce répertoire du bien-être médical et thérapeutique.

Le meilleur du luxe, du lifestyle et de la culture

Vous résidez dans l'une des cliniques thermales ou vous projetez des vacances SPA, beauté et bien-être dans un hôtel à Baden-Baden : quel qu'en soit le motif, votre séjour sera à la fois un bienfait pour votre santé, votre beauté et votre bien-être, et un événement mondain. Aucun lieu en Allemagne ne marie aussi bien les effets thérapeutiques au shopping haut de gamme et les sensations culturelles aux événements internationaux que la petite métropole de Baden-Baden.



Une plongée dans le bien-être

Découvrez la force thérapeutique du site de santé Baden-Baden avec l'offre « Une plongée dans le bien-être ». Des heures reposantes et délassantes aux thermes Caracalla. Le soir, laissez-vous séduire par les salles élégantes du « plus beau casino du monde » en tentant votre chance au jeu.

- 2 nuitées et petit-déjeuner à l'hôtel *** de votre choix*
- 1 x entrée aux thermes Caracalla
- 1 x entrée au fameux casino de Baden-Baden
- taxe de séjour (2,80 € /personne et nuitée)

* autres catégories d'hôtel, pensions ou appartements sur demande

à partir de 154 €

par personne en chambre double



Bad Füssing

La ville balnéaire et thermale de tous les superlatifs

Découvrez un lieu aux vertus curatives exceptionnelles : l'eau thermale légendaire et une offre thérapeutique séduisante font de Bad Füssing, situé au cœur du pays thermal bavarois, une station de cure d'un genre particulier.

Le hasard a transformé le petit village de Basse-Bavière en une station balnéaire de dimension mondiale : en cherchant du pétrole, on a vu jaillir des profondeurs une eau thermale à 56°C. Ce qui distingue l'eau de Bad Füssing, c'est sa composition. Elle contient une espèce particulière de sulfure et soufre susceptible d'agir puissamment contre des pathologies articulaires. Avec une surface d'eau de 12000m², Bad Füssing offre un paysage thermal de tous les superlatifs.

La première source dans les Thermes 1

C'est ici qu'au milieu du siècle dernier, l'eau aux vertus curatives a jailli de la terre, riche d'une composition soufrée de chlore de sodium, de carbonate d'hydrogène et de minéraux aux propriétés exceptionnelles. Aujourd'hui, un univers thermal propose douze bassins thermaux (28–42°C) et les installations thérapeutiques les plus modernes dans une ambiance propice au bien-être.

Thermes de l'Europe

Les Thermes de l'Europe, avec son paysage thermal de plus de 3000m², est un centre thermal et de remise en forme aux dimensions impressionnantes. Au total 19 bassins, un canal à courant long de 120m, des bassins à bulles et un bassin de soufre et gaz, avec des températures de l'eau entre 27 et 40°C, accueillent les hôtes, sous le signe de la détente et de la santé.

Bains Johannesbad

Les bains Johannesbad de Bad Füssing sont l'un des plus grands paysages thermaux d'Europe, avec une source thermale dédiée, environ 4500m² de surface d'eau et 13 bassins offrant des températures allant de 27 à 39°C. Un bain volcanique, une piscine intérieure à vagues, des bains de massage, un canal à courant, 800m² d'univers sauna et une surface de repos de 60000m² à l'extérieur invitent à la détente.



Kur- & GästeService Bad Füssing

Rathausstrasse 8
94072 Bad Füssing
Tel.: +49 (0) 8531 975580
Fax: +49 (0) 8531 21367
tourismus@badfuessing.de
www.badfuessing.de



Bad Füssing



« Pour moi, c'est le top des villes d'eau »

Tout autour des trois thermes de Bad Füssing, les vacanciers en villégiature ont l'embaras du choix entre 100 bassins de détente, d'attractions et de soin, tous remplis de la légendaire eau minérale de Bad Füssing qui jaillit de 1000m de profondeur.

L'offre santé à Bad Füssing comble tous les désirs : méthodes thérapeutiques chinoises et médecine haute technologie en passant par les bains dans le plus vaste espace thermal d'Allemagne, dont l'eau minérale aux effets thérapeutiques est légendaire, sans oublier un programme paramédical actif. Des conseillers santé aident chaque hôte à composer sa thérapie optimale ou son programme de santé-vacances individuel.

Recharger ses batteries dans une ambiance détendue

Vos vacances santé à Bad Füssing ne manqueront pas de faire leur effet à long terme – tout comme l'eau minérale légendaire de ses thermes. La qualité des thérapies médicales, les attractions wellness comme l'espace sauna et les nombreuses options pour la clientèle sont l'une des raisons qui expliquent pourquoi les hôtes de Bad Füssing reviennent régulièrement. La part des habitués s'élève à plus de 80% et 98% des hôtes recommandent Bad Füssing à d'autres personnes. Parmi les

habitués les plus célèbres de Bad Füssing se trouve le professeur Hademar Bankhofer, le célèbre expert médical vu à la télévision allemande et l'auteur de nombreux best-sellers et d'articles de santé dans la presse écrite. Avant ses grandes interventions télévisées, le professeur Bankhofer se rend régulièrement à Bad Füssing pour reprendre des forces dans une ambiance détendue dans nos légendaires thermes. « Pour moi, Bad Füssing c'est le top des villes d'eau », affirme cette vedette médiatique.

En forme et en bonne santé à tout âge

En plus de la légendaire eau minérale, des nombreuses offres bien-être et du meilleur des soins médico-thérapeutiques, les animations distrayantes, les activités santé, de même que l'art et la culture sont autant d'éléments qui optimisent votre séjour à Bad Füssing. Un paysage magnifique, des possibilités variées de faire du sport ou d'organiser ses loisirs, de même que l'hospitalité et une gastronomie de haut vol parachèvent vos vacances santé à Bad Füssing.



Fango – forme & massage : La double force curative

Du magma volcanique refroidi et réduit en poudre fine, mélangé à l'eau minérale légendaire de Bad Füssing – voici une recette toute particulière pour votre santé. Cette boue minérale détend, soigne les inflammations et active la circulation sanguine.

Promotion :

- 7 nuitées avec petit-déjeuner et carte de curiste
- 6 x bains de mouvement médico-thermaux
- 2 x grands massages
- 2 x masques au fango naturel (double masque)

à partir de **359 €** par personne en chambre double (selon catégorie)



Burg, Spreewald

Station thermale et spa idyllique

Burg doit son label d'établissement de cure avec source thermale à la saumure thermale riche en iode, extraite à 1350m de profondeur. Avec 24%, la saumure est si riche en minéraux qu'elle peut être comparée à l'eau de la Mer Morte.

Dans le sud du Brandebourg, à mi-chemin entre Berlin et Dresde, se trouve un paysage unique en Europe. Depuis 1991, le paysage est classé comme réserve et biosphère UNESCO. De plus en plus de visiteurs orientés wellness et spa apprécient Burg dans la forêt de la Spree comme un lieu qui réunit les conditions optimales pour détendre le corps, l'âme et l'esprit, grâce à la source de saumure, aux Thermes du Spreewald et au Centre de réhabilitation.

La saumure thermale du Spreewald

La saumure thermale du Spreewald se distingue par sa composition de haute qualité. Dans la terminologie thermale allemande, on considère comme saumure l'eau à partir de 14g/l de sel. La saumure thermale de Burg contient 239g/l de sels et de minéraux. Comme l'eau de saumure contient également 1mg/l de sel iodé, la source peut porter le label « saumure thermale iodée ».

Un bain de saumure dans la nature

Les thermes du Spreewald, paysage balnéaire moderne avec sauna, les possibilités de profiter de la saumure thermale sont nombreuses : les bassins de saumure avec températures de l'eau et concentrations de saumure variables, les transats à bulles, les gicleurs à massage et les stimulations des points réflexes du pied créent des conditions idéales pour une expérience balnéaire saine.

Traitements divers

A côté du Centre de réhabilitation du Spreewald, bien d'autres établissements et hôtels wellness et spa proposent des traitements à base de fang, de vase, de craie, d'argile sous forme de bains, d'enveloppements ou de compresses. Nombreux sont les établissements qui offrent également plusieurs éléments de thalassothérapie.



Touristinformation im Haus des Gastes

Am Hafen 6
03096 Burg (Spreewald)
Tel.: +49 (0) 35603 750160
Fax: +49 (0) 35603 7501616
info@burg-spreewald-tourismus.de
www.burg-spreewald-tourismus.de



Burg (Spreewald)



Au cœur du Spreewald ... le bien-être au naturel

Ses tours en barque à la découverte du paysage lacustre, ses cabanes en rondins, ses prairies, ses prés-vergers et ses jardins potagers... rien de tel que Burg, la jeune station thermale au cœur de la forêt de la Spree, une Réserve de biosphère classée par l'UNESCO.

... le mouvement au naturel

Burg peut être découverte activement grâce à ses réseaux de pistes cyclables ou de voies navigables parfaitement balisés. Le tissu extrêmement dense des affluents et des confluent de la Spree peut être découvert en faisant une longue excursion en barque ou en bateau à rames.

... la découverte au naturel

En complément des activités physiques, la station thermale a veillé à ce que son agenda culturel soit rempli de manifestations aussi bien traditionnelles qu'exceptionnelles. Celles-ci sont surtout marquées par la vie des Sorabes, une minorité slave dont la langue et les magnifiques traditions vestimentaires ont été préservées dans la région jusqu'à nos jours. De plus, certains habitants de Burg ont toujours un savoir faire traditionnel. Ne manquez pas d'observer les artisans en train de réaliser des pantoufles, de décorer les costumes au point de croix ou de réaliser des poteries.

... la détente au naturel

de nombreuses institutions destinées à votre santé et à la wellness avec leurs offres spéciales contribuent à votre bien-être physique et complètent vos vacances bien-être en beauté :

Les thermes « Spreewald »

www.spreewald-therme.de

Resort & Spa « Zur Bleiche »

www.hotel-zur-bleiche.de

Hôtel Seehotel et village de vacances

www.seehotel-burg-spreewald.de

Maison de cure et de wellness

« Spree Balance » www.spreebalance.de

« Landhotel » www.landhotel-burg.de

Grotte saline « sana per salis »

www.salzgrotte-burg.de

Parc pieds nus www.barfusspark-burg.de

Camping Kneipp et aventure

www.caravan-kurcamping.de

Que vous vous détendiez au bain thermal salin au milieu du paysage séduisant de la Réserve de biosphère classée par l'UNESCO ou que vous préférerez découvrir sa culture ... à Burg vous serez bien, au naturel. Et en toute saison !



Détente dans la légendaire forêt de la Spree

- 3 nuitées avec petit-déjeuner
- boisson de bienvenue vitaminée
- une carte journalière pour les thermes Spreewald y compris parc sauna

« Verseau »,

le programme bien-être pour LUI :

- 20 min enveloppement salin
- 20 min massage du dos

« Sirène »,

le programme bien-être pour ELLE :

- 25 min de bain sel et soleil
- 20 min de massage du dos
- excursion en barque de 2 heures ou

- une heure d'excursion en barque avec vin chaud
- dîner aux chandelles

190 € par personne (en pension)

239 € par personne (à l'hôtel)



Bad Bevensen

Loin du quotidien dans la saumure thermique iodée

Dans la station thermale de Bad Bevensen, tout tourne autour de la santé et du bien-être. Au cœur de la lande de Lüneburg, les thermes de saumure iodée offrent les meilleures conditions pour un séjour agréable et relaxant.

Les thermes de saumure iodée de Bad Bevensen, entièrement orientés santé, se trouvent dans la charmante lande de Lüneburg, dans le triangle des villes Hambourg – Brême – Hanovre. La station thermale est connue pour ses thermes de saumure iodée, la compétence de ses thérapeutes et son grand parc thermal. Avec l'exploitation de la source thermique en 1968 et la construction du centre thermal s'est développé un quartier thermal avec hôtels, cliniques et foyers thermaux. Bad Bevensen est la seule station thermique minérale dans la lande de Lüneburg et offre un cadre idéal pour des vacances ou une cure.

La santé par l'eau

Le remède naturel à l'honneur est la saumure thermique iodée, tirée d'une source riche en iode et en fer dont on utilise l'eau uniquement pour les bains dans les thermes de saumure iodée et pour les inhalations. Les thérapies traitent les affections de l'appareil moteur et musculaire,

les rhumatismes, les pathologies dégénératives de la colonne vertébrale et des articulations, des maladies rhumatismales chroniques et les maladies cardio-vasculaires. A Bad Bevensen, les établissements cliniques se distinguent par leur spécialisation dans les domaines des maladies cardiaques, la gériatrie, l'orthopédie, la neurologie, la psychosomatique et la psychothérapie. C'est sur cette diversité de compétences que se fonde l'excellente réputation de Bad Bevensen.

Wellness et détente pure

Un paysage thermal et balnéaire avec sauna, sous le signe de la santé, du calme et de la détente, attend les visiteurs des thermes de saumure iodée. « En toute saison, on peut nager dans le grand bassin extérieur ou se détendre dans les saunas et dans les généreux jardins de sauna ». Une large gamme de massages et de traitements wellness au Centre spa des thermes de saumure iodée complète à merveille cette offre.



Bad Bevensen Marketing GmbH
Dahlenburger Strasse 1
29549 Bad Bevensen
Tel.: +49 (0) 5821 570
Fax: +49 (0) 5821 5744
bbm@bad-bevensen.de
www.bad-bevensen-tourismus.de



Bad Bevensen



Cure et vacances Dans les Landes de Lüneburg

Une source de santé et un lieu de vacances très apprécié dans les landes de Lüneburg – Bad Bevensen dispose d'un cadre idéal, aussi bien pour la wellness et la santé que pour les activités relaxantes et les vacances détente.

Bad Bevensen se situe dans un paysage aux collines douces dans la plaine basse d'Allemagne du Nord. Le cadre est marqué par la culture de la pomme de terre, des betteraves et du blé, par les forêts, de petites landes, la vallée de l'Ilmenau et le canal latéral de l'Elbe. Les visiteurs y trouveront les meilleures conditions pour des vacances actives, à pied, en vélo ou en bateau. Faire de la randonnée, du vélo ou de la marche nordique, de la rando sur l'eau ou du golf – à Bad Bevensen et alentour, on peut profiter de son séjour. L'un des parcs d'escalade à la corde raide les plus étonnants d'Allemagne du Nord, le TreeTrek, fait le bonheur des aventuriers, des casse-cous et des curieux de tout âge.

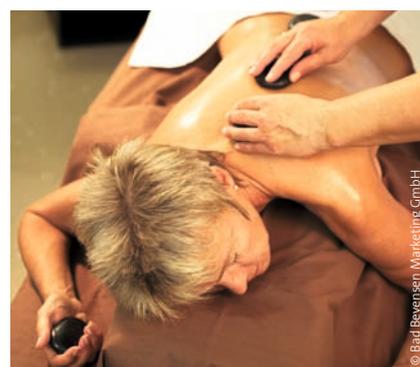
Landes et culture

Source de santé, ville d'eau saline et iodée, cité du shopping convivial : à Bad Bevensen chacun trouvera ce qui lui convient. La vie y est rythmée par ses marchés, sa musique et ses fêtes traditionnelles, qui créent une ambiance unique et une atmosphère joyeuse.

Concerts classiques ou jazz, marchés d'artisans ou brocantes, conférences ou diaporamas, lectures ou théâtre, loisirs et offres sportives ponctuelles : découvrez-les pendant votre séjour à Bad Bevensen. La santé, la wellness, les bains dans les salines iodées et les activités en plein air peuvent être combinés avec la culture : des témoignages de l'ère préhistorique au monastère de Medingen, de l'observatoire des rotations de la terre au jardin du cadran solaire... il y a beaucoup de choses à voir.

Excursions dans la région

Bad Bevensen est un point de chute idéal pour les excursions : villes anciennes comme Lüneburg ou Celle, parcs de loisir, monastères, prairies de la vallée de l'Elbe et bien sûr les Landes, avec leurs moutons et leurs genévriers – voici les principes actifs d'un séjour à Bad Bevensen.



Renforcer votre dos

Offrez un break à votre dos ! Des applications thérapeutiques ciblées, des masques, des massages et des exercices de mouvement permettent de réduire sensiblement les problèmes de dos. Profitez de vos vacances pour les prévenir.

Prestations :

- 7 nuitées/petit-déjeuner
- entrée libre dans les thermes salines et iodées
- 3 × exercices de mouvement dans l'eau thermale
- 3 × kinésithérapie
- 3 masques de boue minérale
- 3 massages du dos

A l'hôtel étoilé :

à partir de **449 €** par personne

En appartement pour 2 personnes :

à partir de **269 €** par personne



Bad Driburg

Bains thermaux privés dans un parc naturel

La station thermale avec bains de boue Bad Driburg, dans le parc naturel de la forêt de Teutoburg et le massif de l'Égge, est la seule station thermale privée d'Allemagne, dirigée par la septième génération de la famille du comte d'Oeynhausen-Sierstorpf.

La situation idyllique, les remèdes naturels et la médecine moderne dans les sept cliniques, le centre thérapeutique et les bains thermaux contribuent à fonder l'histoire de plus de 225 ans de cette station thermale dédiée à la santé. La vaste gamme en matière de wellness et les nombreuses possibilités d'activités sportives favorisent l'harmonie du corps et de l'esprit.

La vertu curative de la nature

Bad Driburg possède les remèdes naturels que sont une tourbière à soufre et des sources d'eau minérale riche en gaz carbonique. Les bains thermaux de Driburg sont alimentés par des sources certifiées par l'État, la boue soufrée de Bad Driburg est extraite d'un marécage voisin. Riche en minéraux, composés de soufre, acides humiques et hormones, les vertus de la tourbe agissent contre les pathologies articulaires, les maladies de la colonne vertébrale et les rhumatismes. Parmi les trois importantes sources thermales, on compte

la source Caspar-Heinrich (eau minérale terreuse riche en gaz carbonique), la source Marcus (eau minérale riche en magnésium et sulfate) et la source Rabe (eau minérale riche en sulfate et gaz carbonique).

Culture thermale romaine

D'une profondeur de 900m, directement sous les thermes de Driburg, jaillit l'eau thermale exceptionnelle. Les thermes de Driburg sont des bains thermaux orientés santé, wellness et remise en forme, et alimentés par une eau thermale chaude à 32°C. Ces thermes modernes offrent un paysage balnéaire diversifié. L'eau thermale, riche en gaz carbonique, fluorure, calcium, chlorure de sodium et sulfate agit contre les troubles cardio-vasculaires, les pathologies rhumatismales, les affections circulatoires, les maladies de la colonne vertébrale, des muscles et des articulations, les états d'épuisement végétatif, et lors de réhabilitations après des interventions chirurgicales.



Bad Driburger Touristik GmbH

Lange Strasse 140
33014 Bad Driburg
Tel.: +49 (0) 5253 98940
Fax: +49 (0) 5253 989424
info@bad-driburg.com
www.bad-driburg.com



Bad Driburg



Détente exquise... le top des thermes en Rhénanie-Westphalie

Point fort de Bad Driburg : le Parc comtal qui a été plusieurs fois primé. De plus, cette localité où l'on fabrique le verre depuis le XVe siècle fait partie des plus importants sites de verrerie en Europe – avec des marques de renom.

D'après une étude transnationale sur les stations thermales, réalisée en 2008 par l'Institut européen pour le tourisme de Trèves (ETI), Bad Driburg se place au premier rang en Rhénanie du Nord-Westphalie. L'ETI garantit ainsi une très haute qualité d'ensemble, de même qu'une compétence santé toute particulière à Bad Driburg.

« Le plus beau parc d'Allemagne »

L'agréable zone piétonnière avec ses magasins spécialisés, la grande variété gastronomique et l'hospitalité, connues bien au-delà de la région, confèrent un visage unique à Bad Driburg. Classé parmi les premiers au concours « Le plus beau parc d'Allemagne » en 2009 et primé à plusieurs reprises, le Parc comtal est à voir absolument.

Une expérience pour les amis de la nature

Les douces arêtes de ses montagnes moyennes, avec leurs forêts mixtes de feuillus et leurs panoramas magnifiques,

ou ses vallées généreuses avec leurs prairies fertiles font de Bad Driburg un paradis pour les randonneurs, situé directement près de l'Eggeweg, le premier sentier de randonnée en Allemagne qui ait obtenu pour la deuxième fois en 2007 le label de qualité « Qualitätsweg Wanderbares Deutschland ». Plus de 60 chemins balisés tout autour de Bad Driburg traversent le Parc naturel de la Forêt de Teutoburg/Eggegebirge et invitent à découvrir des plantes et des fleurs rares qui se sont épanouis dans ce paysage protégé.

Que ce soit pour vos grandes vacances de remise en forme avec applications thérapeutiques, pour la randonnée, le vélo ou la culture : l'offre de Bad Driburg comble tous les goûts. De nombreuses offres promotionnelles proposées par la Bad Driburger Touristik GmbH, comme notamment les Journées Bien-être de Bad Driburg, Santé minérale avec cure de boisson et balnéothérapie ou une copieuse cure de bains de boue invitent à venir vous reposer.



Laissez-vous tenter par la santé

Renforcez vos défenses en profitant des espaces balnéo et sauna des thermes de Driburg.

Prestations :

- 6 n/pd (demi-pension ou pension complète sur demande)
- cure de boisson quotidienne aux sources thermales de Bad Driburg
- 2 cartes journalières avec offre sauna et bains de vapeur
- 2 cours d'aquagym en groupe
- 1 massage brosse et mousse parfumée
- 2 bains de pieds Kneipp
- 1 grand massage
- 1 séance dans la grotte de sel (45 min)
- 1 randonnée guidée au parc naturel

7 jours à partir de 293€ par pers.



Bad Salzuflen

De la saliculture au bain d'eau minérale saumurée

Bad Salzuflen est une station thermale d'eau minérale saumurée reconnue par l'Etat. La saumure, hier comme aujourd'hui, est à l'origine de l'établissement : on peut la boire, l'inhaler et s'y baigner. Une large gamme en matière de wellness et de santé complète l'offre.

La tradition balnéaire et médicale de Bad Salzuflen remonte à l'année 1818, lorsqu'on découvrit la saumure comme remède bénéfique pour la santé. Avant, la saumure était utilisée exclusivement pour la saliculture. La grande tradition de la station thermale puise à ces origines. Jusqu'à aujourd'hui, la saumure, remède naturel jailli des profondeurs sous la ville, est au centre de cette tradition. Au centre thérapeutique RehaVital, le remède est utilisé pour les bains et les inhalations, dans le cadre d'une large gamme de thérapies physiologiques, d'exercices et de méthodes de détente. A Bad Saluen se trouvent au total six grandes cliniques avec différentes spécialisations.

Respirer dans le microclimat de saumure

Avec son microclimat de saumure, Bad Salzuflen, près du bâtiment de graduation, dispose d'un remède naturel de plus en plus apprécié. Les personnes souffrant d'allergies, et ayant des difficultés respi-

ratoires surtout pendant les périodes de pollinisation, trouveront ici apaisement et soulagement en se promenant tout simplement. Ces effets sont amplifiés par des inhalations à taux de concentration variable et dans la chambre de brouillard saumuré du bâtiment de graduation, où on pulvérise la saumure pour obtenir de très fines particules qui atteignent les voies respiratoires à un haut degré de concentration.

La saumure, remède naturel, est appréciée pour traiter les pathologies de l'appareil moteur. Dans le bain de saumure chaude, les personnes souffrant d'arthrose peuvent ainsi exécuter des exercices sans douleur et retrouver leur mobilité. Ceux qui ont des maladies de la peau profiteront également des bienfaits de la saumure. La photothérapie à la saumure, qui combine bains de saumure et rayons UV, aide à lutter contre la névrodermite ou la psoriasis.



Staatsbad Salzuflen GmbH

Tourist Information

Parkstrasse 20
32105 Bad Salzuflen
Tel.: +49 (0) 5222 183183
Fax: +49 (0) 5222 183208
info@staatsbad-salzuflen.de
www.staatsbad-salzuflen.de



Bad Salzuflen



De l'air, de l'eau, comme à la mer ... mais en plein centre de l'Allemagne

Connue pour la richesse de ses sources, l'air et l'eau de cette ancienne cité du sel donnent l'impression d'être en bord de mer. 600 000 litres d'eau salée ruissèlent tous les jours sur les bâtiments de graduation au cœur de la ville et diffusent une brise vivifiante.

Avec ses 120 hectares de nature en pleine ville l'un des parcs les plus généreux d'Allemagne invite à faire de longues promenades et des randonnées. Le parc des curistes et le parc paysagé, dans le style anglais, impressionne avec ses vieux arbres, ses grandes surfaces de gazon et ses parterres de fleurs. En sortant de l'oasis vert, vous arrivez directement au centre historique. Des maisons à colombage du XVIe siècle richement décorées avec leurs pignons en bois sculpté et décoré forment un cadre pittoresque pour faire un break dans l'un des nombreux cafés et restaurants.

L'Histoire à chaque pas

Depuis l'inauguration de la première saison touristique en 1818, les vertus curatives naturelles des sources salines de Bad Salzuflen sont au cœur des nombreuses offres thérapeutiques. Les bâtiments de graduation de Bad Salzuflen forment de gigantesques inhalatoriums en plein air et attirent les curistes de près ou de loin. Respirez profondément tout autour du

bâtiment de graduation au parc des curistes, une attraction unique en Europe : le dispositif est arrosé à l'intérieur comme à l'extérieur avec de l'eau salée puisée à près de 1000m de profondeur. Délasssez-vous dans la chambre de vapeur saline, avec de la musique relaxante et sous un ciel étoilé aux couleurs changeantes. Enfin, depuis la plateforme panoramique du bâtiment de graduation, vous avez une vue splendide sur le parc des curistes et l'architecture thermale de Bad Salzuflen.

Nombreuses attractions salines

Le curiste trouvera une grande variété d'attractions salines dans l'atmosphère détendue des nouveaux bains VitaSol Therme. Il sera séduit par une offre wellness particulièrement riche, par le vaste espace sauna avec ses saunas finlandais et son étang de baignade naturel. Programmes thérapeutiques et régénérants, promotions wellness de rêve, événements culturels exceptionnels, sans compter la diversité des activités sportives et de loisir – Bad Salzuflen a beaucoup à offrir.



« Respirez profondément »

- 7 n/pd hôtel ****
- 2 x « respiration XXL » au bâtiment de graduation
- 2 x visite de la grotte saline
- bain salin et huiles aromatiques
- 2 x aquagym
- 2 x gym resp. à l'inhalatorium
- carte de curiste

à partir de **535 €** par personne*

« Sur les traces du sel »

- 5 n/pd à l'hôtel ****
- « respiration XXL » au bâtiment de graduation
- visite de la grotte saline
- massage relaxant
- journée aux thermes VitaSol (eaux salines et espace sauna)
- carte de curiste

à partir de **376 €** par personne*

* pas de supplément chambre individuelle pour voyageurs seuls



Bad Reichenhall

Respirer à fond dans les bains thermaux de saumure

Bad Reichenhall doit sa réputation à son sel. La station thermale, avec Bayerisch Gmain, est la perle des Alpes qui offre ses trésors naturels : les éléments précieux que sont le sel alpin, la saumure alpine, le laist, le dendocrone du pin, la tourbe naturelle et le climat alpin si particulier.

Entourée de collines verdoyantes et de monts pittoresques, la ville riche d'une tradition thermale de 150 ans est bien protégée des caprices de la météo. Les conditions climatiques, la beauté du paysage alpin et les nombreuses activités de loisirs assurent un séjour agréable et vitalisant à Bad Reichenhall, plein de joie de vivre, de détente et de repos. La saumure, la tourbe et le climat doux et stimulant sont les remèdes naturels complétés par les thérapies les plus modernes.

Les vertus naturelles des profondeurs

La saumure alpine, avec ses propriétés uniques, produit des effets multiples et permet de nombreux traitements, de l'anti-vieillesse à l'inhalation ciblée de saumure alpine. Elle est utilisée pour un grand nombre de traitements médicaux et cosmétiques. La saumure favorise une meilleure circulation sanguine et permet à la peau de mieux absorber les éléments nutritifs et les soins. La saumure

alpine de Bad Reichenhall est également destinée à être inhalée, gargarisée, absorbée, ou mélangée au bain : c'est un remède naturel efficace pour prévenir de nombreuses maladies ou pour traiter des problèmes existants.

Bien-être alpin

Les trésors naturels de Bad Reichenhall ont des effets positifs sur l'âme et le corps. Faire du bien à la respiration, à l'appareil moteur ou à la peau, combattre les allergies ou tout simplement le stress : grâce à une offre harmonisée et une prise en charge individualisée, vos performances et votre qualité de vie se trouvent durablement améliorées.



Tourist-Information Bad Reichenhall / Bayerisch Gmain

Wittelsbacherstrasse 15
83435 Bad Reichenhall
Tel.: +49 (0) 8651 6060
Fax: +49 (0) 8651 606 133
info@bad-reichenhall.de
www.bad-reichenhall.de



Bad Reichenhall

Bad Reichenhall



4000 ans d'histoire du sel et 250 ans d'histoire de la santé

Les données climatiques, la beauté du paysage montagneux, l'ambiance culturelle et les nombreuses activités de loisir contribuent à ce que votre séjour à Bad Reichenhall soit agréable et vivifiant, plein de joie de vivre, de détente et de repos.

C'est à l'or blanc que Reichenhall doit sa réputation de station thermale de renommée internationale. Les gisements de sel qui voient le jour près du lieu dit Gruttenstein, véritables sources de saumure naturelles, furent déjà exploités à grande échelle au début du Moyen-âge. En 1890, la ville obtint le titre officiel de « ville d'eau » par décret royal, pour devenir en 1899 un « Bain d'Etat de Bavière ». Avec ses 150 ans de tradition, Bad Reichenhall a acquis une excellente réputation parmi les grandes villes thermales d'Europe.

Alpes actives

Là où les monts de Chiemgau rencontrent les Alpes de Berchtesgaden, la vallée de Reichenhall s'avance telle une baie dans la montagne. Le paysage offre des possibilités infinies de faire des randonnées, que ce soit en plaine ou en altitude moyenne, ou même des expéditions en haute altitude. Le regard peut embrasser les montagnes tout autour du « Bain d'Etat de Bavière », elles sont d'un aspect agréable et accueillant et créent un décor et une atmosphère tout à fait parti-

culiers. A l'extérieur comme à l'intérieur, été comme hiver, pour les aventuriers ou les faux débutants : les possibilités de passer des vacances actives sont presque inépuisables.

Une caresse pour l'âme

Prendre soin de son âme tout en faisant quelque chose pour sa santé, c'est ce qui vous réussira à merveille avec l'exceptionnelle offre culturelle entre Bad Reichenhall et Bayerisch Gmain. De Beethoven aux variétés, de l'opéra classique au concert d'orgue et de musique sacrée, de l'opérette enjouée au music-hall coquin, des classiques quotidiens au parc de cure aux journées musicales avec la Philharmonie de Bad Reichenhall en passant par les concerts en plein air de rock et de pop au Magazin4, des soirées folkloriques aux manifestations de musique populaire traditionnelle... Le Bain d'Etat de Bavière dans la région de Berchtesgaden propose tout ça à la fois! Et pour attiser le suspense, on se rendra au casino de Bad Reichenhall ! Avec un peu de chance, on pourra peut-être même y alléger son budget vacances dans une atmosphère festive...



Offre thermale

« Sel des Alpes et journée vitalité »

L'offre classique Sel des Alpes et journée vitalité vous redonne énergie et vitalité. L'unique sel des Alpes a un effet vivifiant et stimulant et vous aide à recharger vos batteries. www.rupertustherme.de

Prestations :

- 1 journée au parc thermal AlpenSole des thermes Rupertus
- 1 enveloppement « gentiane et saumure » de la tête aux pieds (système dry float) pour une détente en profondeur (30 min)
- 1 massage de la tête aux pieds à l'huile et au sel des Alpes sur pierre chaude (25 min)
- 1 serviette et un service peignoir
- une boisson sans alcool au WellnessCenter

74€ par personne

Villes d'eau et stations thermales en Saxe



« C'est pour mon bien » : cure et culture en Saxe

Les villes d'eau saxonnes et leurs remèdes de tradition vous offrent un ravalement complet de l'âme et du corps. Les paysages et la culture complètent les principes actifs naturels éprouvés auxquels s'ajoutent les procédés médicaux les plus modernes.

En Saxe, on se sert des forces bénéfiques de la nature depuis des siècles. L'eau et la chaleur, la tourbe naturelle et les minéraux, l'air et la lumière renforcent l'organisme et contribuent au bien-être. Bad Elster et Bad Brambach, ces bains de l'Etat de Saxe au sud du Vogtland, se servent surtout de l'effet curatif des sources riches en minéraux et en gaz carboniques. Bad Brambach propose en outre – comme par ailleurs Bad Schlema dans l'Erzgebirge – des sources minérales contenant du radon. Les stations thermales Bad Lausick, Wiesenbad et Warmbad séduisent avec de l'eau thermale bénéfique pour la santé. Des soins à la tourbe naturelle vous sont proposés à Bad Muskau, Bad Düben, Bad Gottleuba et Bad Elster; Bad Muskau marque des points supplémentaires grâce à la saumure thermale. A Bad Schandau, Berggiesshübel et Altenberg vous pouvez faire appel à l'offre de physiothérapie de l'école de Kneipp, et les villes d'eau de Rathen, Gohrisch et Jonsdorf disposent, en plus de leur paysage idyllique, d'un climat particulièrement curatif. Dans toutes

les villes d'eau et les stations thermales de Saxe, les remèdes naturels les plus éprouvés sont combinés aux procédés diagnostiques et thérapeutiques les plus modernes. Vous ferez ainsi l'expérience d'un traitement parfaitement adapté à vos besoins. Profitez du service, du conseil et d'un accompagnement compétents grâce au personnel expérimenté dans des cliniques et des bains thermaux modernes.

Paysages impressionnants

La variété impressionnante de paysages et d'attractions touristiques de premier plan de même que l'hospitalité proverbiale de ses hôtes rendra votre séjour en Saxe inoubliable. Laissez-vous envoûter par la Suisse saxonne, les monts de grès de l'Elbe avec leur univers de roches bizarres ou l'Erzgebirge, avec ses vastes forêts et sa tradition de sculpture sur bois connue dans le monde entier. Découvrez plus de trois cents ans de maestria dans le domaine de la fabrication d'instruments de musique dans le paysage varié des

Nos conseils pour un séjour riche en découvertes :

Dresde, la capitale du Land avec son centre historique, ses fameux musées et ses expositions, ses formations musicales ou théâtrales de premier rang, ses centres de shopping et bien d'autres offres permettent de faire de passionnantes excursions d'un jour.

est un grand et splendide jardin paysagé dans l'Oberlausitz. Il fait partie du patrimoine de l'UNESCO, s'étend à la fois sur le territoire allemand et le territoire polonais et vaut le détour en chaque saison.

Les concerts de la Chursächsische Philharmonie à Bad Elster vous permettent de jouir de la musique dans les salles de la ville d'eau royale.



© Gladasch/TMG5

montagnes moyennes du Vogtland – ce qui vaut à cette région l'appellation « la région de vacances saxonne qui résonne ». Explorez l'Oberlausitz dans le nord-est de la Saxe, avec son paysage de landes et d'étangs au nord et sa région montagneuse plus au sud. Profitez de l'isolement des vallées fluviales romantiques et du silence des vastes forêts du pays de châteaux forts et de landes de Saxe et faites l'expérience d'une atmosphère historique qui coexiste avec un présent animé dans les villes saxonnnes. Pas seulement les villes comme Dresde, Leipzig et Chemnitz valent le détour avec leurs institutions culturelles et leurs occasions de faire du shopping. De plus petites villes telles que Pirna, Meissen, Torgau et Radebeul, Bautzen, Görlitz, Kamenz et Zittau, Plauen, Zwickau, Freiberg et Annaberg-Buchholz cachent aussi quantité d'attractions surprenantes.

Pays de culture par excellence

Si la Saxe promet d'être le pays de culture par excellence, ce n'est pas par hasard : le nombre de châteaux forts et de châteaux, ses troupes théâtrales connues dans le monde entier ainsi que leurs théâtres, une foultitude de musées, de monuments

historiques et de festivals en tout genre veillent à ce que les habitants comme les visiteurs ne s'ennuient jamais. Grâce à la densité de ses attractions, la Saxe est le pays des chemins les plus courts : depuis chacune des villes d'eau, il est facile de rejoindre de nombreuses attractions paysagères, historiques et culturelles. Le programme culturel qui accompagnera votre séjour curatif sera donc tout aussi reposant. Oubliez le stress et les tracas quotidiens et détendez-vous. Donnez à votre âme et à votre corps ce qui leur fait du bien : une cure ou des vacances santé en Saxe. Nous sommes heureux de vous accueillir !

Sächsischer Heilbäderverband e. V.

Budapester Str. 31
DE-01069 Dresden
Tél. : +49 (0) 351 8975930
Fax : +49 (0) 351 8975939
info@kursachsen.de
www.kursachsen.de

Indications médicales :

Nos remèdes naturels peuvent vous guérir et vous soulager, particulièrement en cas de maladies de l'appareil moteur, du cœur et de la circulation, des vaisseaux et de maladies internes.

Pour votre bien le plus précieux, votre santé, nous vous proposons cependant d'agir préventivement. Profitez des offres des stations thermales pour passer des vacances santé à la fois reposantes et vivifiantes !



© C. Beer/TMG5



Bad Dürrhein

Repos dans les bains thermaux de saumure

La saumure, l'or blanc de Bad Dürrhein, le climat stimulant et préalpin, ainsi que la faible humidité de l'air, justifient pleinement le double label « station thermale de saumure » et « station climatique ».

L'unique station thermale de saumure de la Forêt-Noire, riche d'une tradition de 150 ans, est connue bien au-delà du Bade-Wurtemberg. A Bad Dürrhein, les nombreuses infrastructures autour du sport, du wellness et de la santé permettent de combiner parfaitement vacances sportives, bien-être et détente.

Les profondeurs de la mer

Les dômes salins de Bad Dürrhein, situés à 320m de profondeur, permettent d'extraire de la saumure avec une teneur en chlorure de sodium de 27%. Pour les bains de saumure, on dilue la saumure à une teneur de 3 à 7% et on la chauffe à 37°C. Lors d'une cure de saumure, l'eau salée bienfaisante déploie ses effets curatifs dans le bain de mobilisation, en soulageant les muscles et les articulations, en fortifiant le système cardiovasculaire, en libérant les voies respiratoires et en agissant positivement sur la régénération de la peau.

Une mer en Forêt-Noire

Son imposante architecture fait du Soléa l'un des bains les plus beaux de toute l'Allemagne et offre, sur 12000m² un grand nombre d'attractions : un paysage balnéaire et ludique avec 13 bassins intérieurs et extérieurs d'une température variable, des whirlpools, un bain à jaillissement, un bain de vapeur et geyser à saumure ainsi que des installations Kneipp. Le « sauna de la Forêt-Noire » offre sur un total de 3200m² six saunas thermaux et un bain de vapeur.

Grotte de sel de la Mer noire

On a utilisé environ 9500 briques de sel pour la grotte de sel de la mer noire. Les hôtes se détendent ici, à une température agréable de 23°C et une humidité de 50% au maximum. L'air pur, ionisé, combiné à des effets de lumière et de sons, agit assez vite de façon positive et bienfaisante.



Kur und Bäder GmbH Bad Dürrhein

Luisenstrasse 4
78073 Bad Dürrhein
Tel.: +49 (0) 7726 666266
Fax: +49 (0) 7726 666303
info@badduerrhein.de
www.badduerrhein.de





Bad Krozingen

Station thermale paradisiaque

Sentez-vous naturellement à l'aise. Bad Krozingen, c'est un petit bout de paradis ensoleillé au climat favorable, situé entre les Vosges et la Forêt-Noire, au cœur de la région du Markgräflerland. Le paysage est caractérisé par la douceur et les collines.

Ceux qui cherchent la détente la trouveront ici : Bad Krozingen est un lieu naturellement agréable, et son ensoleillement et ses températures clémentes lui confèrent une touche méridionale inhabituelle pour la plaine du Rhin. Au climat favorable s'ajoutent des bains de rêve, des délices culinaires et des paysages variés.

Avec du gaz carbonique, s'il vous plaît !

L'eau minérale thermale de Bad Krozingen est l'une des eaux les plus riches en gaz carbonique. Remède naturel, le gaz carbonique, sous forme de fines perles, ont un effet relaxant, régénérateur et particulièrement bienfaisant pour le cœur et la circulation. Les sources ont une température de 39,4°C, une teneur en minéraux de plus de 4000mg par litre, et une concentration parmi les plus élevées en gaz carbonique en Europe. L'eau thermale vivifie, et favorise le repos et l'irrigation sanguine.

La culture de la détente au plus haut niveau

Le bien-être et la détente sont au rendez-vous dans la Vita Classico, avec ses généreux thermes, son espace sauna et sa maison wellness. Pour vous rafraîchir et vous changer les idées, rien de mieux que les petits jardins thermaux et les espaces de repos invitant à la rêverie et à la relaxation. Les douches pour la nuque, les chutes d'eau et le canal à courant flottant vous attendent dans cinq bassins intérieurs et deux bassins extérieurs.

La maison wellness offre encore plus de détente : du bain de Cléopâtre dans du lait de chèvre aromatisé jusqu'aux massages exotiques comme le massage à la pierre chaude ou le massage lomi-lomi de Hawaï, en passant par un bain de roses, un bain de crème pour tout le corps ou un bain avec musique subaquatique. Parmi les points forts de la maison wellness : les bains japonais, indien et turc.



Kur und Bäder GmbH Bad Krozingen

Herbert-Hellmann-Allee 12
79189 Bad Krozingen
Tel.: +49 (0) 7633 40080
Fax: +49 (0) 7633 400822
mail@bad-krozingen.info
www.bad-krozingen.info



Bad Krozingen

© Kur und Bäder GmbH Bad Krozingen



Bad Mergentheim

Ville thermale dans le Sud

Cette station thermale métabolique internationale et centre de compétences est la plus grande ville thermale du Bade-Wurtemberg. Quatre sources, des établissements thermaux modernes, des sanatoriums et des cliniques pour la cure offrent des conditions optimales pour la détente.

Environ 180 ans après le début de l'exploitation de la première source d'eau minérale, Bad Mergentheim construit l'avenir. Bad Mergentheim peut s'appuyer sur ses quatre sources d'eau minérale utilisées pour les bains et l'absorption. Les principes actifs de l'eau de source, du chlorure de sodium, du sulfate de calcium et du bicarbonate d'hydrogène sont autant de remèdes apaisants pour l'organisme et aident à lutter contre les pathologies de notre époque. Ils exercent leurs effets bénéfiques sur le foie, la vésicule biliaire, l'estomac, les intestins et le pancréas, et s'avèrent surtout efficaces contre des pathologies dont souffrent des millions de personnes : les brûlures d'estomac et l'acidose.

Un nouveau concept de cure thermale

Retrouver la santé et prévenir les maladies dans la légèreté et dans un cadre charmant : parmi les stations thermales d'Allemagne, Bad Mergentheim entend jouer un

rôle pionnier en matière de thérapie et de prévention active. La ville santé combine l'efficacité des remèdes naturels et la compétence médicale au plus haut niveau. Bad Mergentheim mise non seulement sur sa compétence médicale, mais aussi sur sa vaste gamme de loisirs et de plaisirs, dont l'un des plus beaux parcs thermaux d'Allemagne, où les hôtes peuvent déambuler parmi les champs de lavande, roseaies et jardins japonais pour retrouver l'énergie.

Parc balnéaire et wellness de Solymar

Lâchez prise, détendez-vous et faites plaisir à tous vos sens. Que ce soit pendant une cure ou les vacances, vous serez séduits par la piscine extérieure et son parc sauna. Oubliez le stress et coupez-vous du quotidien. Quelques heures dans le parc balnéaire et wellness de Solymar garantissent un vrai repos pour l'âme et le corps. Au paradis de Solymar, plaisir et calme, intensité et détente seront au rendez-vous.



Kurverwaltung Bad Mergentheim GmbH

Lothar-Daiker-Strasse 4
97980 Bad Mergentheim
Tel.: +49 (0) 7931 965256
Fax: +49 (0) 7931 965260
info@kur-badmergentheim.de
www.bad-mergentheim.de





Badenweiler

Station thermale au charme méridional

L'élégante ville d'eaux de Badenweiler compte parmi les plus importantes stations balnéaires d'Europe. A côté des nombreuses possibilités de loisirs au cœur d'une nature magnifique, la ville réunit les meilleures conditions pour se détendre et recharger ses batteries.

Badenweiler dans la région du Markgräflerland en Bade est un véritable oasis méridional. La station thermale bénéficie de 1700 heures d'ensoleillement par an. L'élément indispensable des cures et des thérapies, c'est la précieuse eau thermale qui tire ses vertus bénéfiques des couches rocheuses de la Forêt-Noire. C'est ainsi que naît une source artésienne. Depuis la découverte de la source d'eau minérale par les Romains, environ un million de litres d'eau thermale jaillit tous les jours à Badenweiler.

Les Thermes de Cassiopée

Les Thermes de Cassiopée, avec ses cinq étoiles wellness, offre un sommet du bien-être. L'établissement balnéaire moderne, avec son vaste espace sauna, son bain romano-irlandais et son oasis wellness, permet de plonger dans le plaisir pur : sources d'eau thermale chaude et thérapies curatives, boues volcaniques naturelles, formules beauté et forfaits vitalité

sur mesure, offres bien-être d'Occident et d'Orient.

La force des sources chaudes

Avec ses 1000m² de surface d'eau, le bain thermal saura vous séduire. Dans plusieurs bassins tempérés, on peut flotter à sa guise et laisser agir les vertus curatives de l'eau de source. L'âme et le corps peuvent se ressourcer à merveille dans la grande piscine extérieure (30°C), dans l'agréable bain couvert (32°C), ou dans le noble bassin de marbre (34°C).

Un climat parfait pour la santé

Le climat de Badenweiler est parfait pour récupérer, pour se détendre ou pour pratiquer des activités sportives. L'air méridional chaud permet aux plantes exotiques et aux végétaux délicats de s'épanouir dans le magnifique parc thermal. Appréciez le calme, oubliez le quotidien et respirez à fond l'air si bon pour la santé.



Tourist-Information

Ernst-Eisenlohr-Strasse 4
79410 Badenweiler
Tel.: +49 (0) 7632 799300
Fax: +49 (0) 7632 799399
touristik@badenweiler.de
www.badenweiler.de





Bad Griesbach

Thermes et golf

Lové dans un paysage idyllique du Rottal en Basse-Bavière, Bad Grisebach est devenu au cours des trente dernières années un centre très apprécié pour la santé et le bien-être. Depuis 1988, le lieu est en bonne place pour être également le resort golf numéro un d'Europe.

La vocation balnéaire du centre thermal inauguré en 1977, fut reconnue en 1985 et à partir de 2000, c'est la localité tout entière qui devait bénéficier de ce label. Bad Grisebach est par ailleurs une station climatique reconnue par l'Etat. Avec ses sept hôtels WellVital, Bad Grisebach compte parmi les plus grands lieux WellVital de Bavière.

Les Thermes du bien-être

Les sources d'eau minérale et thermale, libérant les vertus curatives de la nature, sont le grand atout de Bad Grisebach. Trois sources L'eau thermale et minérale jaillit de trois sources situées à une profondeur allant jusqu'à 1522m pour se déverser dans plusieurs bassins des Thermes du bien-être. Grâce aux vertus curatives de l'eau minérale et thermale, Bad Grisebach a attiré un concentré de compétences médicales. Des cliniques, des médecins spécialisés et des thérapeutes réputés assurent un parfait encadrement.

Trois sources exceptionnelles

Le traitement par l'eau thermale et minérale a montré son efficacité pour lutter contre de nombreuses maladies. Situées à une profondeur allant jusqu'à 1522m, les sources naturelles, riches en fluorure de sodium, en bicarbonate d'hydrogène et en chlorure, abritant un mélange unique d'éléments vitaux, font jaillir l'eau depuis une profondeur de 1500m et à une température allant jusqu'à 60°.

Un eldorado du golf dans le Rottal

Avec ses terrains de golf à 18 trous, ses trois terrains de championnat à 9 trous et son terrain à 6 trous pour enfants, Bad Griesbach est unique en Europe. Les visiteurs y trouveront le plus grand resort de golf du continent. Mi-juillet, lorsque se déroule la Coupe de l'Empereur, organisée au bénéfice de la Fondation Franz-Beckenbauer, les spectateurs peuvent utiliser les terrains avec les vedettes.



Gäste- & Kur-Service
Kurverwaltung Bad Griesbach
Stadtplatz 1
94086 Bad Griesbach i. Rottal
Tel.: +49 (0) 8532 79240
Fax: +49 (0) 8532 7614
info@badgriesbach.de
www.badgriesbach.de



Bad Griesbach



Bad Kissingen

Au royaume de la détente

Bad Kissingen est une ville d'eaux et de boues reconnue. En 1883 déjà, la ville est devenue une station thermale, pour évoluer vers une station moderne consacrée à la santé.

L'impératrice Sissi, Giacchino Rossini, Otto von Bismarck, Theodor Fontane ou Theodor Heuss : la liste des hôtes célèbres de la ville thermale d'Etat de Bad Kissingen est longue. Depuis toujours, on apprécie les vertus curatives de l'eau thermale et des boues. Aujourd'hui, la station thermale d'Etat est un site de haute qualité, parfaitement équipé et dédié à la santé et au wellness, avec de nombreux hôtels renommés, neuf cliniques privées, 23 sanatoriums et autres installations et établissements de réhabilitation et de santé.

Première catégorie pour la santé et le wellness

Les parcs magnifiques avec un paysage Kneipp au flair méridional, un jardin musical et un labyrinthe pieds nus, les édifices historiques, une offre culturelle de premier plan et les Thermes KissSalis font de Bad Kissingen un lieu idéal pour les vacances. L'offre gastronomique comprend des plats typiquement franconiens et bavarois, une cuisine internationale et un restaurant dis-

tingué par une étoile Michelin, sans oublier des cafés sympatiques. Dans la station thermale, l'hospitalité est un véritable art. Là où séjournerent jadis les empereurs et les rois, les hôtes d'aujourd'hui bénéficient eux aussi d'une offre royale de détente.

Les Thermes KissSalis

Plongez, coupez avec le quotidien, sentez-vous bien : les Thermes KissSalis, alimentés par l'eau de la fontaine du Schönbornsprudel, proposent aux amateurs de wellness 1000m² de surface d'eau dans des espaces inondés de lumière. Ici, l'eau s'apprécie sous toutes ses variantes : chaleur bienfaisante, chutes d'eau rafraîchissantes, bain intensif de saumure. L'offre est complétée par les bassins thérapeutiques de massage, l'inhalation de saumure, les bains de vapeur et l'espace à tourbe. Dans le parc sauna, doté d'un vaste terrain à l'air libre, tous les amateurs de sauna seront comblés. De la pluie arctique givrée aux trombes d'eaux tropicales, le rafraîchissement vous amène faire le tour du monde.



Bayer. Staatsbad Bad Kissingen GmbH

Am Kurgarten 1
97688 Bad Kissingen
Tel.: +49 (0) 971 8048211
Fax: +49 (0) 971 8048239
tourismus@badkissingen.de
www.badkissingen.de



© Bayer. Staatsbad Bad Kissingen GmbH

© Bayer. Staatsbad Bad Kissingen GmbH



Oberstdorf

Détente pure dans la station climatique

A Oberstdorf, les séjours bien-être pour l'âme et le corps sont naturellement réussis. La station a reçu le double label d'excellence « station de cure climatique » et « station de cure Kneipp ».

Oberstdorf est la station de cure et de détente située dans l'extrémité sud de l'Allemagne, au cœur des Alpes de l'Allgäu à 815m. Ici, les hôtes peuvent apprécier une nature à l'état pur, car plus de 75% de la surface de la commune sont des régions agricoles ou protégées. Grâce à la bonne qualité de l'air, Oberstdorf est l'un des quatorze sites allemands distingués par le label « station de cure climatique première catégorie ».

Environnement naturel

Avec son environnement naturel particulier et son climat clément, Oberstdorf apparaît comme un lieu de vacances idéal pour se reposer. La commune, située dans l'extrême-sud de l'Allemagne, peut s'enorgueillir d'une longue tradition de station climatique et de station de cure Kneipp. Ce sont les conditions climatiques d'exception qui font d'Oberstdorf un centre dédié à la santé et à la détente.

Le bien-être dans tous ses états

Un paysage incomparable, une pureté de l'air classée niveau 1, une eau du robinet rafraîchissante d'une qualité d'eau minérale, un climat favorable dans la vallée et stimulant dans les hauteurs, des établissements de cure avec des collaborateurs professionnels offrant une hospitalité exemplaire : voilà autant de conditions réunies pour le plus grand bien de votre santé. On cultive ici la tradition Kneipp aussi bien pendant la semaine Kneipp, organisée en juin tous les ans, que dans les neuf bassins pour bras et jambes lors de randonnées. A côté de la vaste offre dans le domaine de la santé, les traitements spéciaux avec des fleurs de foin, de la tourbe et du lait, sans oublier la nature bienfaisante, contribuent à la détente et au repos. Les curistes peuvent profiter d'un réseau de sentiers de randonnée unique en Allemagne, long de 200 km et étendu sur trois hauteurs différentes.



Tourismus Oberstdorf

Prinzregenten-Platz 1
87561 Oberstdorf
Tel.: +49 (0) 8322 7000
Fax: +49 (0) 8322 700236
info@oberstdorf.de
www.oberstdorf.de



Oberstdorf



Bad Wiessee

Retrouver la santé dans les bains d'iode et de soufre

Bad Wiessee assure une offre balnéaire diversifiée pour le plus grand bonheur de l'âme et du corps. Retrouver la santé par les bains et se faire du bien : c'est la formule efficace qui attend les hôtes de cette station thermale dotée de la plus puissante source d'iode et de soufre d'Allemagne.

L'air de montagne près du lac de Tegernsee est bon pour la santé : les conditions climatiques dans les localités du Tegernsee offrent aux curistes qui souffrent d'allergies, du pollen ou des acariens un milieu idéal pour se reposer et se ressourcer. L'air frais du lac de montagne, le climat doux des Alpes bavaroises et la qualité de l'eau potable assurent des vacances reposantes et permettent de recharger ses batteries et de retrouver la santé grâce aux vertus curatives de la nature.

Vacances saines

Les traitements classiques ont prouvé leurs effets positifs sur la santé. Dans les bains d'iode et de soufre, les curistes peuvent constater comment les bains oculaires et les bains de pulvérisation contribuent au bien-être en apaisant et en guérissant. Les bains servent également à la détente pour tous les actifs.

Une tradition historique

C'est le médecin de Wiessee, le Dr Erwin von Dessauer, qui reconnut le premier la valeur de l'eau et suggéra d'utiliser pour la première fois un bain d'eau de source de Wiessee. L'effet fut immédiat et contribua rapidement à la réputation de la source, comme en témoigne le nombre de traitements en 1935, s'élevant à 160000, un chiffre qui fut même dépassé dans les années 1970.

Aujourd'hui, les curistes disposent au total de plus de 20 cabines modernes pour des bains individuels ou des bains de pulvérisation. Ceux qui cherchent non pas des formules wellness passe-partout, mais des « bains santé » ciblés et efficaces, se tourneront naturellement vers la plus puissante source d'iode et de soufre d'Allemagne.



Tegernseer Tal Tourismus GmbH

Hauptstrasse 2
83684 Tegernsee
Tel.: +49 (0) 8022 927380
Fax: +49 (0) 8022 9273822
info@tegernsee.com
www.tegernsee.com



Bad Wiessee



Bad Arolsen

Station thermale au climat doux

Nature, santé et culture ne font qu'un à Bad Arolsen. Dans la région du Waldecker Land, les séjours brefs, les vacances, les séjours de prévention ou les semaines santé sont toujours assurés de réussir et de fournir des plaisirs variés.

Bad Arolsen se distingue par une offre diversifiée de curiosités à admirer et de manifestations culturelles. Située près de la ville universitaire de Kassel, cette charmante et romantique ville résidentielle est très facilement accessible. Ici, les curistes trouveront les conditions idéales pour réussir leur séjour : une région boisée et lacustre, le lac du Twistesee avec ses nombreuses possibilités d'activités et de loisirs, ainsi que le climat doux.

Les plaisirs de la santé

Le centre de santé de la piscine extérieure Arobella offre des possibilités variées pour fortifier les capacités physiques et intellectuelles. Dans le domaine wellness du Welcome Hotel Residenzschloss, les hôtes trouveront détente et repos. A côté des cures balnéaires à la carte, Bad Arolsen offre des traitements classiques comme les bains médicinaux, les applications fango et glace, les massages et la physiothérapie. L'eau de la source thermale du

Schlossbrunnen, contenant du fluorure, du calcium, du magnésium et du sulfate, est utilisée pour des cures de boisson. Les méthodes de prévention sont optimisées tant par les facteurs médicaux que par le climat doux de la région.

Rendez-vous avec la culture

Avec sa riche palette de manifestations culturelles et de divertissements, on ne s'ennuie jamais à Bad Arolsen. Au programme : les concerts du château, le Festival annuel de musique baroque, les concerts thermaux, les visites de musée, les expositions d'art et les pièces de théâtre.

Paradis de la randonnée

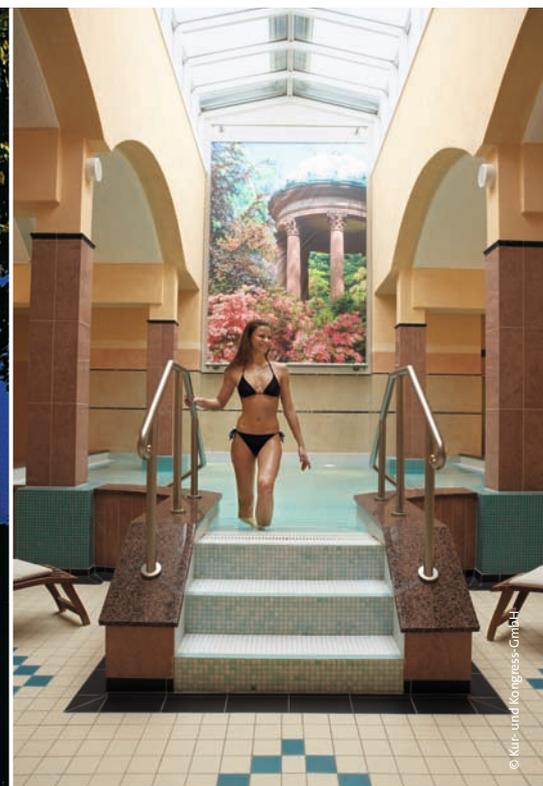
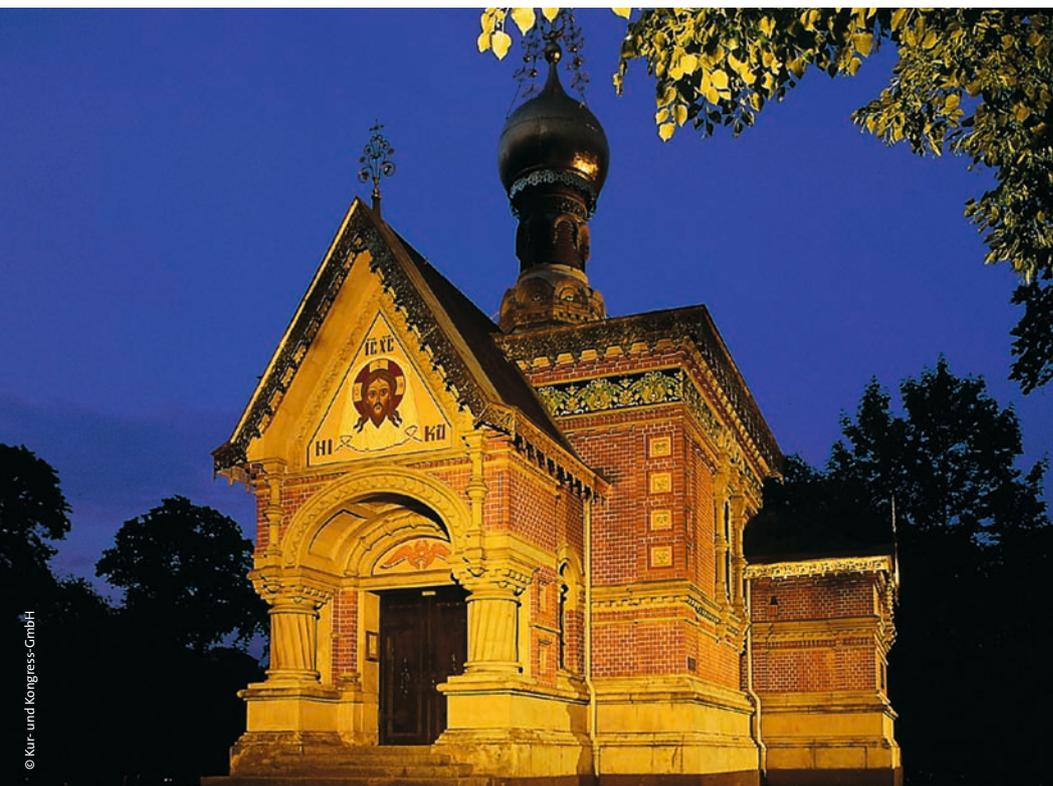
La région boisée et lacustre de Bad Arolsen est un véritable paradis pour la randonnée. Le lac de Twistesee, avec son circuit du lac, associe l'exploration de la nature avec les activités sportives et les loisirs.



Gäste- und Gesundheitszentrum

Rauchstrasse 2
34454 Bad Arolsen
Tel.: +49 (0) 5691 801240
Fax: +49 (0) 5691 801238
ggz@bad-arolsen.de
www.bad-arolsen.de





Bad Homburg v. d. Höhe

Tradition, charme, sources thermales

Le parc thermal de Bad Homburg abrite une flopée d'établissements de cure et de loisirs. Hier comme aujourd'hui, ce sont les nombreuses sources d'eau minérales qui contribuent à prévenir les maladies et à rétablir la santé.

La vie dynamique de Francfort, métropole du Main, n'est pas trop loin, les forêts calmes du Taunus sont tout près. Dans les ruelles labyrinthiques de la vieille ville, on trouve des maisons à colombage joliment restaurées, de petites boutiques, des cafés et des bars. Bad Homburg a la réputation d'être l'une des plus belles stations thermales et balnéaires d'Allemagne.

Cure de boisson ou concert ?

Six sources d'eau salée froide, riche en gaz carbonique, une source de saumure et deux sources d'acier sont utilisées pour les cures de boisson et les bains d'eau minérale. Ici, la santé est le bien suprême. Dans le parc thermal, où les curistes se retrouvaient voici 100 ans pour les cures de boisson ou les concerts, on voit aujourd'hui de petits oasis qui mettent en harmonie le corps et l'âme, comme par exemple le Kur-Royal Day-Spa dans les Thermes de l'Empereur Guillaume, rassemblant un grand nombre de formules soin et santé au plus haut niveau. Directement en face se situe

le club de remise en forme « Kur Royal Aktiv », qui propose des exercices fitness et un vaste programme de cours. Un équipement du meilleur niveau, des entraîneurs parfaitement formés et un service prévenant, voilà les caractéristiques de l'établissement. Non loin de là, dans l'ancienne Wandelhalle, se trouve le VitalCenter, qui propose des traitements ayurvédiques, sans oublier les Thermes de Taunus et leur paysage aquatique vaste de 1400m².

Un air de champagne

En respirant l'air célèbre de Bad Homburg, les hôtes peuvent oublier le quotidien et puiser de nouvelles forces. Une comtesse anglaise a qualifié l'air du Taunus d'air plein de champagne : un compliment merveilleux. Bad Homburg montre son charme et son hospitalité lors d'une séance de shopping, lors d'un concert, pendant la cure ou les vacances. L'ancienne ville thermale princière cultive la cure traditionnelle et satisfait aux exigences modernes d'une pause régénérante.



Kur- und Kongress-GmbH

Postfach 1845
61288 Bad Homburg v. d. Höhe
Tel.: +49 (0) 6172 1783710
Fax: +49 (0) 6172 1783718
tourist-info@kuk.bad-homburg.de
www.bad-homburg.de



Bad Homburg
v.d. Höhe



Bad Nauheim

L'eau, élixir de vie de la ville santé

Une tradition longue de plusieurs années et une recherche de pointe ont fait de Bad Nauheim un lieu médical de tout premier choix. La ville santé abrite plusieurs cliniques renommées et offre un cadre propice au bien-être.

Dans le décor d'un magnifique patrimoine art nouveau, les eaux thermales proposent les meilleures conditions pour la convalescence et la guérison. Bad Nauheim est un centre de compétences pour la médecine du cœur, des poumons et des vaisseaux, où plusieurs établissements de santé travaillent de concert.

La coopération au plus haut niveau

Sur le campus Kerckhoff, les cliniques spécialisées, d'une renommée internationale, coopèrent avec le centre de recherches sur les maladies du cœur et des poumons de la Société Max Planck. La clinique des sports de Bad Nauheim jouit également d'une réputation internationale. Des sportifs célèbres comme Michael Schumacher y sollicitent des traitements individualisés. La plupart de ces établissements sont situés au cœur de la ville verdoyante. Des parcs généreux contribuent à mettre en harmonie l'âme et le corps.

L'eau thermale sous toutes ses formes

A Bad Nauheim, la tradition médicale de plus de 150 ans se fonde sur la présence d'excellentes eaux thermales destinées à des cures de boisson et des cures de bain. A côté des substances minérales de l'eau, c'est aussi le cadre agréable qui contribue au bien-être. Le Sprudelhof, l'un des plus grands ensembles art nouveau d'Europe, est un havre de paix propice au calme et à l'équilibre intérieur.

Dans les Thermes du parc, les hôtes plongent dans la chaleur bouillonnante et l'atmosphère bienfaisante de l'eau. Un autre moyen pour profiter des effets de l'eau, c'est de l'absorber par inhalation. Cinq mécanismes salins assurent le filtrage de la saumure. Ce procédé permet de libérer des gouttes fines riches en sel, susceptibles d'apaiser les muqueuses des voies respiratoires. La brise de mer si bonne pour la santé se laisse apprécier dans la cabine d'inhalation.



Bad Nauheim Stadtmarketing und Tourismus GmbH

In den Kolonnaden 1
61231 Bad Nauheim
Tel.: +49 (0) 6032 929920
Fax: +49 (0) 6032 929927
info@bad-nauheim.de
www.bad-nauheim.de





© Wiesbaden Marketing GmbH

Wiesbaden

La ville aux 26 sources chaudes

Wiesbaden doit sa réputation de ville thermale du 19^e siècle à ses 26 sources chaudes. Aujourd'hui encore, les sources chaudes sont au fondement des traitements médicaux et balnéologiques pratiqués dans cette célèbre ville dédiée à la santé.

La capitale du land de Hesse est située au cœur de l'Allemagne, dans la région du Rhin-Main. La ville dispose d'une infrastructure idéale avec un excellent réseau de transports relié aux aéroports de Francfort et de Francfort-Hahn. La vie à Wiesbaden est animée, variée et dynamique. Ce dynamisme se reflète dans une offre culturelle vaste et dans les bonnes possibilités de shopping.

Se baigner comme les Romains

Jadis, Wiesbaden avait la réputation d'être une ville thermale classique. Aujourd'hui, Wiesbaden est considéré comme un centre reconnu pour le traitement des pathologies rhumatismales et orthopédiques. De nombreuses cliniques spécialisées et cliniques de réhabilitation ont leur siège dans la ville. Plusieurs hôtels disposent de sources thermales. Les hôtes ont la possibilité de se baigner dans l'eau de source tenue à une température agréable, et de bénéficier de massages et de traitements wellness.

Tous les amateurs de bains et de saunas seront ravis par les Thermes de l'Empereur Frédéric. Sur l'emplacement d'un ancien bain de vapeur romain s'étend un espace sauna de 1450m² qui fait revivre le luxe de l'époque wilhelmiennne. Le programme de détente est complété par une importante offre sauna, un bain de vapeur Rasul dans le style oriental et un bain de sable.

Offres wellness exclusives

Les bains thermaux d'Aukammtal présentent un équipement de haute qualité : un généreux espace thermal, un espace sauna avec sept saunas, ainsi que des offres de massage et de santé permettant la détente dans les meilleures conditions possibles.



© Jochen Keute/DZT

Wiesbaden Marketing GmbH

Postfach 6050
65050 Wiesbaden
Tel.: +49 (0) 611 312499
Fax: +49 (0) 611 313935
info@wiesbaden-marketing.de
www.wiesbaden.de





Bad Salzungen

Une ville verte avec une saumure forte

La ville thermale est qualifiée de balnéaire depuis 1923 déjà et a renouvelé son label de station d'eau thermale salée reconnue par l'Etat en 2009. Elle base sa tradition sur les sources d'eau salée d'une concentration jusqu'à 27% et sur le climat stimulant et doux.

Bad Salzungen, avec sa tradition de cure de plus de 1230 ans, est l'une des stations de saumure thermale les plus anciennes d'Allemagne et possède plusieurs sources naturelles de saumure. Ces sources, l'air riche en oxygène et le microclimat stimulant et doux créent les conditions parfaites pour la cure et pour la détente. Au cœur des établissements thermaux se trouve le bâtiment de graduation historique, dont l'aile est fut construite en 1796, l'aile ouest en 1901. L'ensemble incarne de façon exemplaire le lien harmonieux entre soins traditionnels et technologies médicales modernes.

Un bain de saumure forte

Le « bain celte » offre un bain de saumure thérapeutique et un espace sauna celte, un centre thérapeutique avec des offres santé, ainsi qu'un club fitness. Le complexe prolonge harmonieusement le bâtiment de graduation historique avec ses cinq cabines de graduation. Dans le bain de saumure thé-

rapeutique (450m² de surface d'eau), plusieurs cours et formules proposent des exercices actifs, mais aussi de la détente pure. Un bassin long de 6m, à 15% de saumure et à 34°C, donne l'impression de flotter dans l'eau. La musique subaquatique et la luminothérapie contribuent au bien-être. Cinq espaces de transpiration, un rasul celte et des traitements spéciaux font du séjour dans le sauna celte et dans son espace wellness une expérience intense.

Respirez et détendez-vous

Dotée de plusieurs établissements de santé, la ville thermale offre de nombreuses possibilités pour traiter les maladies respiratoires, les pathologies de l'appareil moteur et des muscles, et les maladies de la peau. La base des traitements est la saumure, remède naturel, qui jaillit du sol à un degré de concentration situé entre 1 et 27%. La saumure est notamment utilisée pour des inhalations, des bains et des photothérapies.



Sole-Heilbad Kurverwaltungsgesellschaft mbH

Am Flössrasen 1
36433 Bad Salzungen
Tel.: +49 (0) 3695 69340
Fax: +49 (0) 3695 693421
info@keltenbad.de
www.keltenbad.de



Bad Salzungen

Bad Elster



Bad Elster, bain de l'Etat de Saxe – la vitalité et la force de la nature

L'eau thermale pétillante, les minéraux, la tourbe naturelle et une nature tonique – avec ces principes actifs, le bain de l'Etat de Saxe Bad Elster vous invite à nous rejoindre dans le Vogtland, entre la Saxe, la Bavière et la Bohême.

Depuis plus de 160 ans, Bad Elster propose ses compétences médicales aux curistes et à ceux qui cherchent santé et bien-être, avec ses tourbières naturelles et ses dix sources thermales qui possèdent un taux de gaz carbonique naturel et de minéraux élevé.

Architecture art nouveau

La nomination de Bad Elster comme « bain royal de l'Etat de Saxe » en 1848 entraîna la construction d'un ensemble architectural unique, composé de l'historique Bain Albert, de la maison de cure royale, du renommé théâtre König Albert et de son grand parc paysagé. Restaurés avec amour, ces bâtiments grandioses disposent aujourd'hui d'une « vie intérieure » moderne. C'est ainsi que les clients de la Sächsische Staatsbäder GmbH sont entourés d'une atmosphère art nouveau, tout en profitant de soins de santé, d'applications thérapeutiques, médicales et wellness de grande qualité. Vous passerez des heures de parfait bien-être grâce à l'espace baignade et sauna inondé

de lumière, dont le bassin extérieur offre une vue magnifique sur l'architecture balnéaire rétro. Des bassins intérieurs et extérieurs chauffés (28-38°), des jets massants, le bain à bulles, un canal de courant, une terrasse pour le bain de soleil et des saunas à température variée invitent à vous détendre. Particulièrement séduisant : le choix de soins wellness médicaux, tel que l'âyurvêda, divers bains, le rasoul oriental ou les massages à la pierre chaude, qui peuvent être réservés individuellement ou dans le cadre d'une offre promotionnelle. Pour compenser un quotidien pauvre en mouvement, un centre d'entraînement moderne est à disposition. Durant ces dernières années, Bad Elster s'est également forgé une renommée comme ville de culture et de festivals et enrichit la vie culturelle avec plus de 1200 manifestations par an.

Sächsische Staatsbäder GmbH

Badstr. 6
DE-08645 Bad Elster
Tél. : +49 (0) 37437 7111
www.saechsische-staatsbaeder.de

Royal + Vital Le plaisir de 5 journées de relaxation à Bad Elster

Vous ne serez pas déçus par notre combinaison entre les soins wellness exclusifs et notre remède naturel dont l'efficacité n'est plus à prouver – la tourbe naturelle. Ce break de plaisir vous rendra votre vitalité.

Offre promotionnelle de 5 jours avec 4 nuitées (et petits-déjeuners).

- 1 enveloppement à la tourbe naturelle
- 1 massage classique
- 1 bain de pétales de roses ou de bière
- 1 ShiTao (massage aux pierres chaudes)
- 1 masque de soin en chaise longue soft pack
- 1 massage des zones réflexe des pieds
- entrée libre à l'espace bain et sauna Bad Elster

à partir de **343 €** par personne



Bad Harzburg

Plaisirs du bain de saumure et de la randonnée

Bad Harzburg fait partie des plus belles stations d'Allemagne du Nord. Hier comme aujourd'hui, la station d'eau salée, avec ses maisons anciennes de pensionnaires et ses parcs verdoyants, est un centre culturel, social et médical du Harz.

Bad Harzburg compte parmi les trois meilleures stations thermales de Basse-Saxe. Dans les bassins intérieurs et extérieurs, le pavillon de gymnastique, l'espace beauté et le généreux espace sauna, le mot d'ordre est toujours le même : « Détendez-vous ! »

Les remèdes de Bad Harzburg

Toute une gamme de traitements autour de la saumure et des sept sources de Bad Harzburg aux vertus curatives contribue à lutter contre de nombreuses maladies. Depuis le 16^e siècle, les habitants de Bad Harzburg tirent de l'eau salée des profondeurs de la terre et depuis le 18^e siècle, ils exploitent avec succès les sources et leurs vertus curatives.

Les sources de saumure

Le remède le plus important ici est la saumure tirée de la source Johann-Albrecht et de la source du Dr Harras-Schneider.

Cette saumure pauvre en soufre est utilisée pour des traitements dans les thermes de saumure et dans les cliniques thermales. La source fournit de la saumure thermale avec du sulfate et du soufre provenant d'une profondeur de 840m, à une température allant jusqu'à 24°C puis augmentée à 32°C. Les thermes de saumure avec leur espace sauna offrent plus de 700m² de surface d'eau.

Parc national du Harz

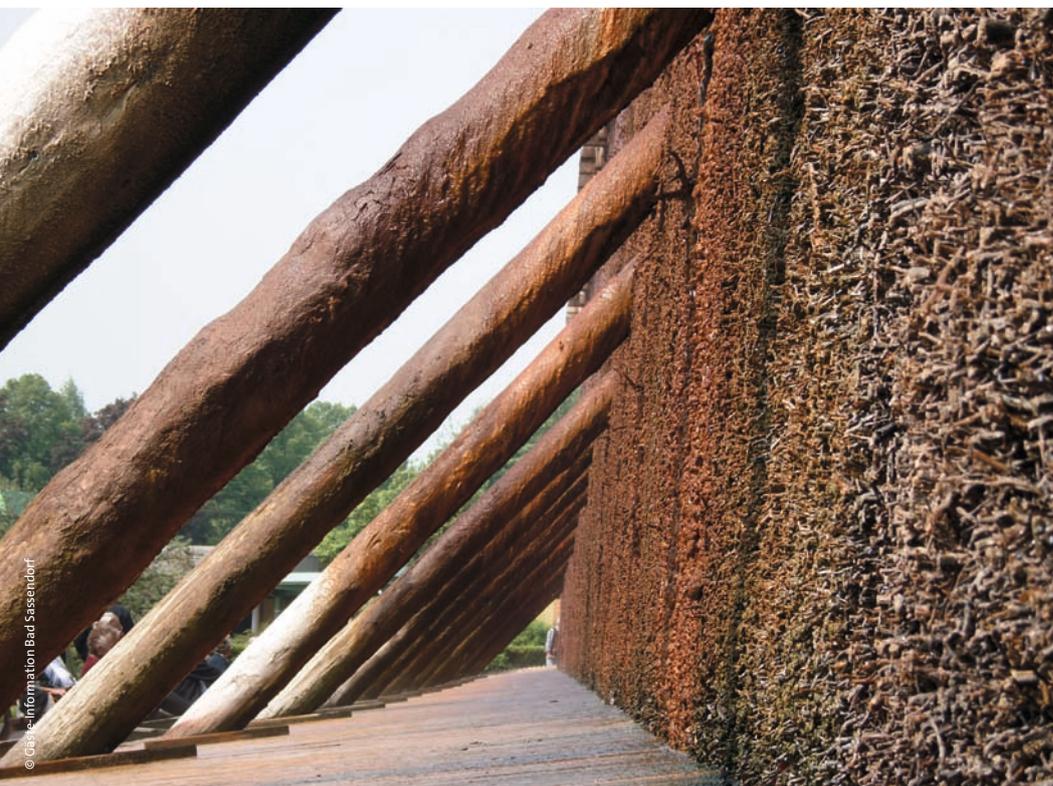
Situé au cœur du parc national du Harz, Bad Harzburg réunit les meilleures conditions pour entreprendre de longues randonnées. Il est possible de monter sur le Brocken, la colline la plus haute du Harz. Avec un peu de chance, vous pourrez observer les lynx, revenus dans la région. Les randonnées contribuent à la tranquillité intérieure. Le calme, le chant des oiseaux et le contact visuel ou auditif avec les animaux sauvages du Harz permettent de vivre des expériences intéressantes, sans pour autant oublier la détente.



Kur-, Tourismus- und Wirtschaftsbetriebe der Stadt Bad Harzburg GmbH

Nordhäuser Strasse 4
38667 Bad Harzburg
Tel.: +49 (0) 5322 75360
Fax: +49 (0) 5322 75329
info@bad-harzburg.de
www.bad-harzburg.de





Bad Sassendorf

Station thermale avec saumure et tourbe

La très réputée station de saumure thermique et de boues au cœur de la Westphalie propose une gamme diversifiée pour les vacances wellness, la prévention et la réhabilitation. A chaque pas, les hôtes peuvent bénéficier des remèdes naturels que sont la saumure et la tourbe et constater leurs effets positifs.

Bad Sassendorf est synonyme de compétence médicale et thérapeutique au plus haut niveau et propose des concepts de prévention et de réhabilitation mettant l'accent sur le processus de guérison, le maintien de la santé et les besoins individuels. Tous ces atouts s'insèrent dans un environnement où l'atmosphère agréable, l'hospitalité et les loisirs complètent avantageusement les thérapies. Dans cette station thermale à taille humaine, tout est facilement accessible. La zone piétonne, avec ses nombreuses boutiques, ses cafés et ses restaurants, débouche dans le généreux parc thermal avec son bâtiment de graduation, ses jardins thermaux et ses jeux d'eau. Médecine et thérapie, nature et culture, mouvement et détente, contribuent de façon durable et globale au processus de guérison.

Une large gamme de thérapies diversifiées

Les cliniques et le centre thérapeutique et diagnostique de l'établissement thermal

offrent des ergothérapies, des électrothérapies, des hydrothérapies, des physiothérapies, mais aussi des massages, des inhalations et des bains. Les deux remèdes naturels que sont la saumure et la tourbe jouent un rôle central. La saumure est utilisée notamment dans les bains et les inhalations, par exemple pour une photothérapie, pour une thérapie d'oxygène ou pour les bains kinésithérapeutiques individuels ou destinés aux groupes. La tourbe est utilisée comme application chaude ou froide, pour le bain de tourbe ou pour le pétrissage à la tourbe.

Saumure naturelle

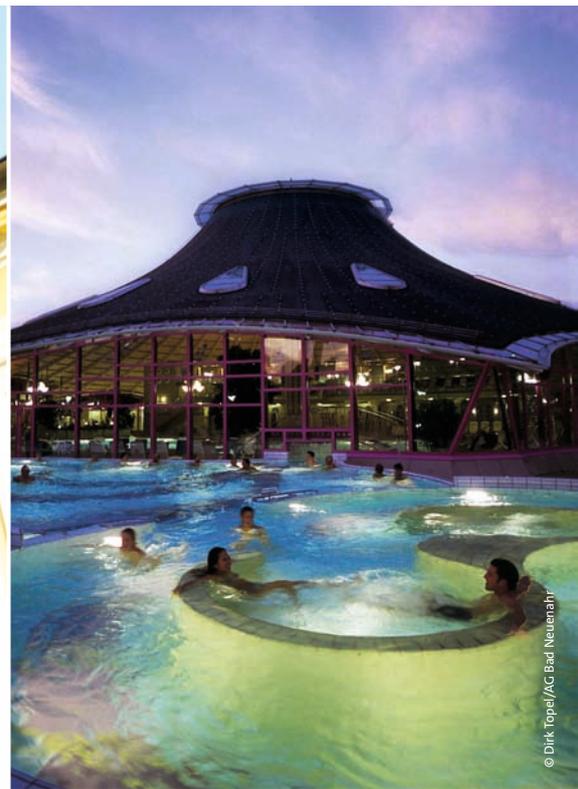
La saumure naturelle alimente cinq bassins extérieurs et intérieurs. Se baigner dans une eau chaude à 33°C entraîne des effets positifs pour l'appareil moteur et la peau. L'oasis du bien-être offre également un espace sauna, un centre de beauté et de wellness, ainsi qu'une grotte d'eau de mer salée.



Gäste-Information

Kaiserstrasse 14
59505 Bad Sassendorf
Tel.: +49 (0) 2921 5014811
Fax: +49 (0) 2921 5014848
info@badsassendorf.de
www.badsassendorf.de





Bad Neuenahr-Ahrweiler

Station thermale vitale

La célèbre station thermale de Bad Neuenahr séduit avec le charme de son quartier thermal, la maison balnéaire, le casino et ses magnifiques espaces verts comme le parc thermal abritant des arbres ancestraux, sans oublier le fleuve de l'Ahr qui traverse la localité.

16 cliniques et plus de 100 médecins s'occupent de votre santé. L'Ahr-Resort, c'est un univers du bien-être étendu sur 20000m². Les Thermes de l'Ahr, avec leur paradis d'eau minérale et leur grand espace sauna, tous deux dotés de vastes terrains en plein air et de piscines d'eau minérale, sont reliés à l'établissement balnéaire historique. C'est là que se trouvent le nouveau studio de fitness médical de 600m², la ferme de beauté « La Fontaine », l'espace Kneipp et les cabines pour les traitements fango et les massages.

Eau thermale, vin de l'Ahr et fango de l'Eifel

Les spécialités de Bad Neuenahr, à savoir l'eau thermale, le vin de l'Ahr et le fango de l'Eifel, sont réunies dans les nouveaux forfaits d'après les connaissances scientifiques les plus récentes. Les hôtes d'un jour ou les vacanciers peuvent combiner la détente et l'activité, la prévention et le divertissement. On peut ainsi soigner certains maux courants, comme un léger

surpoids ou un manque de condition physique, mais aussi lutter, de façon préventive ou par un traitement, contre les maladies cardio-vasculaires, les troubles du métabolisme et le diabète. L'encadrement nutritionnel et les cours de relaxation complètent l'offre.

Nager dans la piscine thermale

Dans les Thermes de l'Ahr à Bad Neuenahr-Ahrweiler, les nageurs s'en donnent à cœur joie dans l'eau thermale chaude qui se déverse à 36°C, jaillie des profondeurs volcaniques (359m). Les bassins thermaux bouillonnants, les bassins thermaux à exercices, les bassins d'eau douce et quatre Whirlpool diversifient l'offre.

Un pack original

Avec son « Fango original aux herbes de Bad Neuenahr », un pack de fango avec des extraits d'herbes médicinales, la société et marque Bad Neuenahr propose un traitement breveté.



Kurverwaltung Bad Neuenahr Aktiengesellschaft Bad Neuenahr

Kurgartenstrasse 1
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
Tel.: +49 (0) 2641 8010
Fax: +49 (0) 2641 801146
info@kurverwaltung-bad-neuenahr.de
www.bad-neuenahr-online.de



Bad Neuenahr-Ahrweiler



© Kur und Bäder GmbH Bad Kneizingen

© Kurdirektion Bad Wörishofen

Au pays de la culture balnéaire

Vacances santé dans les stations thermales et spa

La tradition de l'Allemagne comme pays des sources d'eau thermale et de la culture balnéaire remonte en partie jusqu'à l'Antiquité romaine. Aujourd'hui encore, on en trouve d'ailleurs des traces à Trèves, à Aix-la-Chapelle, à Baden-Baden ou à Wiesbaden. A l'époque moderne, la culture balnéaire est étroitement liée aux découvertes des sources d'eau thermale et minérale, et à l'évolution des stations thermales et balnéaires.



C'est à la fin du Moyen Age que l'évolution des bains thermaux reçoit une impulsion décisive, avec la création des premiers établissements de cure. Après la parution, au 16^e siècle, de traités rédigés par des médecins sur l'importance des sources thermales, la notion de cure connut un nouvel essor avec la propagation des cures de boisson et des fontaines. Autour de 1900, l'Allemagne comptait déjà plus de 300 stations thermales.

Une tradition unique

La tradition des cures thermales en Allemagne s'appuie sur une large palette d'offres dans le domaine des indications médicales, des méthodes de cure et de la grande zone de couverture du nord au sud, d'est en ouest. Les stations thermales

et les villes d'eaux déploient une offre variée : de l'eau aux vertus curatives, tirée de sources d'eau thermale et minérale ou de sources de saumure, des traitements chauffants par la boue, un climat sain dans les régions et sur les côtes, des cures d'eau selon la méthode Kneipp, ainsi que l'utilisation de la radioactivité naturelle propre au gaz rare qu'est le radon. Dans le sillage de cette conception d'ensemble, des parcs magnifiques et une architecture thermale exceptionnelle ont vu le jour, sans oublier les riches programmes d'art et de culture.

Qualité supérieure

Les exigences de qualité impliquées par les divers labels « station balnéaire », « station thermale » et « station clima-

tique » sont élevées, car il ne faut pas faire de concessions en matière de santé. C'est toujours l'efficacité thérapeutique qui a été soumise aux critères médicaux stricts. La reconnaissance provient de l'Etat, les méthodes de cure sont assurées par les médecins spécialisés se trouvant sur place. Les médecins connaissent parfaitement les remèdes locaux et les méthodes curatives, et accompagnent le séjour des curistes avec leurs conseils et leurs services. Compte tenu de leur longue tradition, les stations thermales et balnéaires agissent selon ce principe : apprendre du passé, former le présent, planifier l'avenir.



Niedersachsen – vivifiante pour le corps et l'âme

C'est avec toute sa variété que le plus grand Land d'Allemagne du Nord s'étend du plat pays au Nord, avec les incomparables îles frisonnes et l'estran qui fait partie du patrimoine naturel de l'UNESCO, en passant par les paysages marécageux des landes de Lüneburg aux collines du Weserbergland et du Harz, la montagne moyenne la plus au nord d'Allemagne.

Grâce à la variété de ses régions, Niedersachsen (la Basse-Saxe) est la destination parfaite pour faire un break, respirer librement et « lever le pied ». Promenades sur les digues et dans l'estran sur la côte de la mer du Nord, tours à vélo à travers ses régions plutôt plates comme le Osnabrücker Land, les landes de Lüneburg ou la Frise, randonnées dans les collines du Weserbergland ou dans le Harz montagneux – les activités les plus variées ont un effet régénérant pour le corps et l'âme. Les tours en canoë sur les rivières et les



ruisseaux idylliques ou le golf sur plus de 80 terrains – Niedersachsen vous promet un plaisir illimité de la nature!

Il n'y a pas que la richesse de la nature qui invite à faire des excursions. Les villes de Niedersachsen s'affirment par leurs caractères variés: dans les villes à colombages historiques comme Celle, Hameln ou Goslar, dans les lieux marqués par le Moyen-âge comme Lüneburg ou Braunschweig et les métropoles dynamiques telles que Hannover, Wolfsburg ou Osnabrück, vous pouvez profiter en toute sérénité de l'offre culturelle, de la gastronomie, des attractions touristiques et des occasions shopping.

Santé, remise en forme et bien-être: voilà les vacances en « Niedersachsen, le pays des bains »

Les villes d'eau et les stations thermales en Niedersachsen permettent de faire des vacances relaxantes pour le corps et l'âme. Les vacanciers trouveront de nombreuses occasions pour respirer à fond et recharger leurs batteries. Niedersachsen, pays des bains se présente à ses hôtes comme un grand oasis de bien-être. Ici, le « moi » est au premier plan, tandis que le quotidien et ses avatars disparaissent à l'arrière-plan.

De plus, les offres des villes d'eau et des stations thermales y sont très variées. Avec de petits moyens on y fait déjà de grandes choses: la saumure devient la fontaine de santé de l'un, tandis que l'autre profite de l'air curatif et tellement sain de la mer du Nord ou des stations climatiques. Dans les galeries et les grottes de sel, on trouve également un climat curatif. Les différentes possibilités thérapeutiques à la tourbe naturelle ont un effet apaisant et bienfaisant. On vous propose des thérapies en tout genre: cures compactes, prestations ambulatoires de prévention et de réhabilitation, offres promotionnelles pour voyageurs individuels, cures pour la mère et l'enfant et bien plus. Avec leurs établissements de loisir contemporains, les bains thermaux sont équipés de dispositifs de loisir et de wellness qui satisferont même les plus exigeants. Mais ce n'est pas tout: la compétence thérapeutique et l'équipement moderne sont au plus haut niveau. Les traitements sont conçus de sorte à produire un effet durable et à long terme. La tradition et la modernité se marient bien – un « plus » important pour le paysage de bains de Niedersachsen.

Profitez de toutes les vertus curatives de la mer du Nord avec les thérapies aux substances marines. Une thalassothérapie et vos batteries sont rechargées. L'eau est la meilleure des médecines – les algues, la vase marine et l'eau saline sont des éléments précieux qui font de votre thalassothérapie sur la mer du Nord un plaisir. Avec le climat vivifiant et sain des côtes marines, ces ingrédients sont la base pour les applications locales. Traduit mot-à-mot, thalasso signifie « traitement curatif par la mer ». Le terme peut être déduit du grec « thalassa » qui signifie « mer » et de « therapieia » pour « soin ».

L'estran – la patrie de la thalassothérapie – a été classé patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO en juin 2009, et c'est pourquoi



il doit être particulièrement protégé. Il se trouve ainsi sur le même plan que d'autres miracles naturels de cette terre, comme notamment le Grand Canyon (USA), la forêt tropicale d'Amazonie (Brésil) et le Great Barrier Reef (Australie). L'organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO) a octroyé cette distinction à la bande côtière qui s'étend des Pays Bas à la frontière du Danemark. Les frontières de l'estran néerlandais sont formées à l'Ouest par le Dollart et à l'est par le chenal de l'Elbe extérieure près d'Oterndorf. Les îles frisonnes, l'estran et les marais asséchés en font partie.

Laissez-vous inspirer... et soyez les bienvenus en Niedersachsen, le pays des bains!

Contact

TourismusMarketing Niedersachsen GmbH
 Essener Str. 1, D-30173 Hannover
 T +49 511/270 488-0, F +49 511/270 488-88
 info@tourismusniedersachsen.de, www.niedersachsen-tourism.de



La station thermale de cure marine Cuxhaven :

Des vacances en plein patrimoine mondial de l'estran !

Grâce aux fameuses plages de sable ou de gazon de Cuxhaven, il est facile de faire un break en toute saison et de passer des jours insouciant. Se promener pieds nus dans l'estran ou se rendre à l'île Neuwerk en carrosse en touchant les fonds marin, faire du vélo dans la forêt, se baigner dans la mer, se détendre dans le sable ou se faire chouchouter au centre thalasso « ahoi ! ». N'hésitez pas à découvrir Cuxhaven.

Contact

Nordseeheilbad Cuxhaven GmbH, Cuxhavener Straße 92, D-27476 Cuxhaven, T: +49 4721/4040, F: +49 4721/404198
info@tourismus.cuxhaven.de, www.cuxhaven.de

Offre

« CUX – thalasso et mer »

- dates : janvier à octobre
- 7 nuitées
- 2 enveloppements à la fange marine pour le dos, puis détente en salle de repos
- 2 massages fitness avec huiles aromatiques pour votre bien-être
- 2 entrées nage rapide (1 heure) à la piscine de loisir du centre thalasso
- carte journalière pour la piscine de loisir au centre thalasso « ahoi ! » avec accès à l'espace sauna
- un entraînement test au centre fitness « ahoi ! »



- une salade du buffet au restaurant Ebken

Prix

Studio de vacances: à partir de 300 € par personne

Neuharlingersiel:

Une fange de 400 ans pour la thérapie – au revoir mal de dos et névrodermite

La particularité de Neuharlingersiel est la fange naturelle exceptionnellement pure. L'ancien fond de la mer du Nord est recueilli dans une bulle locale de fange, souterraine et séparée de la mer. La fange est utilisée comme enveloppement ou comme bain. Le « Badewerk » à Neuharlingersiel est le seul établissement sur la mer du Nord frisonne qui utilise la fange naturelle, aussi efficace que curative.

Contact

Badewerk, Edo-Edzards-Str. 1, D-26427 Neuharlingersiel, T: +49 4974/188 60, F: +49 4974/788,
badewerk@neuharlingersiel.de, www.neuharlingersiel.de



Offre

Promotion wellness

« vivre la mer »

- peeling à l'écume de mer (20 min.)
- massage thalasso aromatique (25 min.)
- enveloppement d'algues (25 min.)

réservations à partir de mai 2011

Prix

65 € par personne

Bad Rothenfelde:

Jours insouciant dans l'air salin

Bâtiments de graduation, jardins et plaisir de tous les sens

A Bad Rothenfelde vous respirez. Toute l'année dans la fraîcheur de l'air salin près des bâtiments de graduation. Entre le jardin des roses et celui des concerts, vous trouverez le plus grand dispositif d'Europe occidentale. La station thermale plusieurs fois primée surprend par des oppositions attrayantes. Choisissez entre les parcs calmes et un centre ville animé, entre les offres bien-être et les activités en plein air au parc naturel TERRA.vita, le shopping, la gastronomie et les nuits « à la belle étoile ». L'architecture thermale ancienne témoigne de la tradition. Neuf cliniques spécialisées avec management médical vous garantissent les meilleurs traitements.

Contact

Kur und Touristik Bad Rothenfelde GmbH, Touristinformation, Am Kurpark 12, D-49214 Bad Rothenfelde, T: +49 5424/2218-113, F: +49 5424/2218-129,
touristinfo@bad-rothenfelde.de, www.bad-rothenfelde.de



Offre

« Sel et saumure pour les sens »

- 3 nuits et p-d. en pension ou hôtel garni
- massage sonore
- grotte saline
- aquagym dans la saumure tempérée
- bon pour la chambre d'inhalation au nouveau bâtiment de graduation
- taxe de séjour

Prix

Par pers. en ch. double : 215 €

Bonus

2 jours de locations de vélo + carte vélo et randonnée



Niedersachsen

Découvrez ...

... une nature unique en plein coeur du patrimoine naturel mondial de l'estran.

Le parc national de l'estran de Basse-Saxe offre de nombreuses possibilités attractives de vivre la nature tout en douceur. Profitez de l'impressionnant paysage naturel et du climat particulier de la mer du Nord. La générosité du paysage de l'estran, avec le vent, le soleil et la mer est un bienfait pour le corps et l'esprit. Partez à la découverte de ce monde fascinant entre terre et mer .



Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science, la culture et la communication



L'estran
site du patrimoine mondial depuis 2009

Plus d'informations sous:

www.umwelt.niedersachsen.de
www.nationalpark-wattenmeer.niedersachsen.de
www.wattenmeer-weltnaturerbe.de
www.die-nordsee.de

Nationalpark
Wattenmeer



Nationalparkverwaltung
Niedersächsisches Wattenmeer



INTERREG - Grenzregionen gestalten Europa
Europäischer Fonds für Regionale Entwicklung der Europäischen Union
INTERREG - Grensregio's bouwen aan Europa
Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling van de Europese Unie

Die Nordsee
Raue Schale - weiter Kern.



Péloïdes

La santé naturelle avec la vase et la boue

Les péloïdes sont loin d'être dépassées, les possibilités d'application diversifiées démontrent bien plutôt le contraire. Remèdes naturels, ils déploient leurs vertus curatives dans les bains et les enveloppements.

La boue naturelle vitalise, régénère et active les couches supérieures de l'épiderme. Elle apporte de la chaleur et du bien-être, et a des effets relaxants sur les articulations, les muscles et le corps tout entier.

La boue chauffe, enveloppe et caresse le corps comme une couverture douce, procure une légèreté comme lors d'un bain dans la Mer morte, avec pour résultat final, après l'élimination des restes par la douche, une peau douce, propre, des muscles bien irrigués et des articulations bien souples.

Les trésors de la terre

« Depuis longtemps, les traitements par la boue font partie des méthodes balnéothérapeutiques les plus efficaces », comme le précise **Wolfgang Diekmann**, directeur de la station thermale de Meinberg, certifiée par l'Etat. Ces traitements sont les compléments indispensables des pratiques de la médecine moderne, utilisés avec succès dans les stations thermales. Après un traitement continu, l'organisme subit une transformation réactive qui influe positivement sur le processus de guérison de la maladie. Par des stimulations thermiques,

chimiques et mécaniques, les traitements par la boue aboutissent à une normalisation des troubles du métabolisme et contribuent à retrouver la santé.

Riche en éléments nutritifs

La boue naturelle, riche en éléments nutritifs et en acides humiques, élimine les substances toxiques et a un effet purifiant sur la peau. Elle transmet à la peau ses précieux principes actifs que sont les oligo-éléments et les minéraux, et confère à une peau sèche ou âgée un aspect plus tendu et jeune.



© Tourist-Information Bad Tölz



© Bad Saarow Kur GmbH

Un récupérateur de chaleur naturel

Un autre atout de la boue naturelle, c'est l'accumulation de la chaleur. « La boue accumule plus longtemps la chaleur qu'on lui transmet et la rend de façon plus homogène, ce qui la distingue de l'eau. C'est idéal pour bien réchauffer tout le corps, détendre les contractures, apaiser les douleurs et favoriser la souplesse des articulations », comme l'explique **Axel Walter**, directeur et responsable de la Bad Saarow Kur GmbH.

Vitalisant et régénérant

Dans un bain de boue, le corps est porté, ce qui soulage l'appareil de locomotion et le squelette. L'effet durable et profond de la chaleur permet de détendre les muscles et les os, ce qui réduit la douleur. En règle générale, lors d'une cure, les bains de boue naturelle sont proposés trois fois par semaine. La température du bain est le plus souvent de 40°C. « Grâce à ses propriétés physiques et thermiques, le transfert de

PELOÏDES NATURELS

Les péloïdes sont des substances boueuses naturelles. Pour la péloïdothérapie, on les mélange avec de l'eau pour les utiliser dans les bains ou les enveloppements. Les péloïdes les plus fréquemment utilisés sont la boue naturelle, la tourbe, le fango, le limon, l'argile, le loess, la terre, la craie et le sable.

la chaleur se fait par la conductibilité de la boue, ce qui signifie que pour l'organisme, la charge des stimulations est moindre », comme l'indique le **Dr J. von Bodman**, médecin en chef du département de réhabilitation orthopédique et de médecine physique et rééducation de la clinique de Bad Bramstedt.

Les enveloppements à la boue naturelle permettent de traiter les membres du corps de façon ciblée. La matière de la boue

doit être homogène et avoir une structure pâteuse. C'est ce qui lui permet de s'adapter parfaitement aux formes du corps et de produire un effet thermique optimal. Les enveloppements peuvent s'appliquer, selon la disposition du patient, jusqu'à 48°C maximum. On peut également administrer de la boue en traitement froid (par exemple enveloppements froids, pétrissage de boue).

Un bienfait pour le corps et l'âme

Au cours de ces dernières années, les hommes ont de plus en plus eu recours à des méthodes de guérison naturelles. Les remèdes naturels ont fait leurs preuves et constituent de véritables trésors et bienfaits pour le corps et l'âme. Ces remèdes doux ne servent plus seulement à des traitements médicaux de pathologies. Ils sont également utilisés dans les domaines du wellness, de la prévention et du wellness médicalisé et font partie intégrante d'une offre santé intégrale souvent plus subtile que bon nombre de médicaments.



Bad Nenndorf

Des thermes aux portes de Hanovre

Les thermes obtiennent des résultats considérables grâce aux remèdes naturels que sont la tourbe, la saumure et le soufre. Combinés avec des thérapies modernes, ces remèdes sont utilisés à Bad Nenndorf pour le bien-être et pour fortifier la santé.

Bad Nenndorf peut s'enorgueillir d'une longue tradition de station thermale et de lieu de cure. Pour les vacances, la station offre de nombreuses possibilités : randonnées à pied ou à vélo dans les montagnes du Deister, dans la région du Schaumburger Land ou du Steinhuder Meer. Plusieurs circuits de marche nordique et de randonnée invitent également à pratiquer des activités sportives. On atteint facilement en train Hanovre, Bückeburg et Stadthagen pour y passer une journée.

Remèdes naturels

Les remèdes naturels que sont la tourbe, la saumure et le soufre sont au fondement de l'excellente réputation de la station thermale de Bad Nenndorf. Des bains de soufre, de saumure soufrée et de saumure, des bains de tourbe, des enveloppements de tourbe et des inhalations de saumure agissent de concert avec les nouvelles thérapies comme les physiothérapies, les thérapies de mobilité et les thérapies sportives.

Soufre

Bad Nenndorf dispose de neuf sources de soufre, de saumure soufrée et de saumure. Les bains d'eau soufrée servent à traiter diverses maladies et troubles affectant les muscles et les articulations, ainsi que les maladies de la peau.

Saumure

Dans les Thermes des landgraves, les curistes peuvent profiter de la saumure thermale. Se baigner dans la saumure permet de dépurifier l'organisme, favorise la circulation et stimule le métabolisme. La haute teneur en substances minérales de l'eau de saumure consolide le tissu et agit de façon régulatrice sur les voies respiratoires.

Tourbe

Les bains de tourbe et les enveloppements à la tourbe stimulent le métabolisme, favorisent la circulation et apaisent les douleurs.



Kur- und Tourismusgesellschaft Staatsbad Nenndorf mbH

Hauptstrasse 4
31542 Bad Nenndorf
Tel.: +49 (0) 5723 748560
Fax: +49 (0) 5723 748570
tourist-info@badnenndorf.de
www.badnenndorf.de





Bad Pyrmont

500 ans de tradition wellness et spa

Depuis plus de 500 ans, les curistes utilisent les formules wellness et spa de Bad Pyrmont pour le plus grand bien de leur santé. La tourbe, la saumure et le gaz carbonique sont les remèdes naturels utilisés dans un cadre propice au calme et à la détente.

C'est dans le microclimat du Weserbergland que les curistes apprécient l'ambiance unique de Bad Pyrmont, comme jadis la reine Louise de Prusse ou le tsar Pierre le Grand. Les thermes princiers offrent leurs compétences de haut niveau en matière de santé dans un cadre naturel séduisant.

Nature et culture

Bad Pyrmont est situé sur la Route allemande des contes de fées et la Route de la Renaissance de la Weser. Le parc thermal historique, avec son système baroque d'allées et sa palmeraie, est un véritable festin pour les yeux. Les amateurs de culture apprécieront le programme de la « station musicale » Pyrmont avec des concerts, du théâtre, du jazz et de l'artisanat.

Boire la santé

A Bad Pyrmont, la « vallée des sources », on peut non seulement se baigner dans une saumure saine, mais aussi littérale-

ment boire la santé. Six sources thermales offrent une vaste gamme de possibilités.

Bienfaisant et efficace

L'agréable chaleur de la tourbe naturelle, sous forme de bain ou d'enveloppement, conduit les curistes dans un nouveau monde de la détente. Une thérapie à base de tourbe naturelle agit positivement sur la souplesse des articulations, la détente des muscles et la circulation.

Harmonie, mouvement, détente

A côté des remèdes naturels, Bad Pyrmont offre encore bien d'autres solutions thérapeutiques susceptibles de relaxer ou d'activer l'organisme. Au centre de santé du Bain de la Reine Louise, les connaissances les plus récentes sont appliquées pour maintenir la santé par la prévention ou la réhabilitation. Dans les thermes de Hufeland, les curistes peuvent apprécier une détente de luxe au cœur d'une nature magnifique.



Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont Betriebsgesellschaft mbH

Heiligenangerstrasse 6
31812 Bad Pyrmont
Tel.: +49 (0) 5281 151515
Fax: +49 (0) 5281 151780
info@staatsbad-pyrmont.de
www.badpyrmont.de





Bad Zwischenahn

Spa au bord de la Mer de Zwischenahn

Au bord de l'un des plus grands lacs intérieurs de Basse-Saxe et au cœur du parc aménagé de l'Ammerland se trouve Bad Zwischenahn. Entourée par de magnifiques parcs paysagers, la station thermale offre de la détente pure et bien plus encore.

Depuis 1964, la réputation de Bad Zwischenahn ne cesse de grandir. Grâce à la situation topographique, presque toute la localité et ses offres touristiques sont facilement accessibles, ce qui fait de Bad Zwischenahn un lieu également idéal pour les personnes à mobilité réduite.

Les vertus de la tourbe

La tourbière millénaire aux vertus curatives se trouve directement aux portes de la localité. Un centre de santé offre des traitements par bains de boue et enveloppements pour lutter contre les rhumatismes, notamment les troubles d'usure des organes de locomotion et d'appui. À côté des effets bénéfiques sur la santé, les atouts d'un bain de boue relèvent du domaine mécanique et thermique. La résistance thermique de la tourbe est plus élevée que celle du corps humain. Le bain suscite des stimulations thermiques qui ont une importance thérapeutique considérable. Grâce à des effets osmotiques, des éléments précieux arrivent ainsi dans l'organisme.

Centre de réhabilitation au bord de la mer de Zwischenahn

Le centre de réhabilitation, situé directement sur les rives de la mer de Zwischenahn, mise explicitement sur la symbiose entre médecine moderne et vertus curatives de la nature. À côté de ses compétences médicales, le centre moderne offre également tous les avantages d'un lieu thermal traditionnel dédié à la détente.

Wellness au bord de la mer de Zwischenahn

L'idée moderne du wellness est ici à l'honneur. En octobre 2004, l'établissement « Wellness au bord de la mer », a ouvert ses portes directement sur les rives du lac. La piscine, avec son bassin extérieur de saumure et son sauna, permet de se détendre à merveille. Dans le bassin extérieur de saumure, toute la famille peut recharger ses batteries dans une eau de saumure à 36°C.



Bad Zwischenahner Touristik GmbH

Unter den Eichen 18
26160 Bad Zwischenahn
Tel.: +49 (0) 4403 61159
Fax: +49 (0) 4403 61158
tourist-info@tg.bad-zwischenahn.de
www.bad-zwischenahn-touristik.de



Bad Zwischenahn



Bad Bramstedt

Mouvement et équilibre, tourbe et saumure

Bad Bramstedt, centre de santé et station thermale offrant des thérapies à base de tourbe et de saumure, est situé au cœur du Schleswig-Holstein et aux portes de Hambourg, dans la région du Holsteiner Auenland, dans un paysage magique où se concentrent forêts, landes et marécages.

Inspirés par le mot d'ordre « mouvement et équilibre », les curistes ont la possibilité de faire du vélo, du canoë, du calèche ou tout simplement se promener agréablement dans le charmant paysage de prairies. On peut également explorer le réseau de sentiers de plus de 400 km à cheval. Si l'on veut se faire du bien, on peut se faire dorloter pendant un week-end beauté ou wellness. Pendant les mois d'hiver, il est possible d'utiliser les piscines des hôtels, et toute l'année durant, c'est un programme diversifié de manifestations qui est proposé.

Un bain dans la tourbière

A Bad Bramstedt, la tourbe, remède naturel local, est utilisée pour le traitement de diverses affections. La tourbe est sollicitée dans les interventions luttant contre toutes les maladies rhumatismales, les affections chroniques, les douleurs des muscles, de la colonne, des articulations, la spondy-

larthrite ankylosante (morbus Bechterew), ou le mal de dos chronique. Bad Bramstedt est connu pour son bain de tourbe kinésithérapeutique : il s'agit d'un grand bassin où le patient peut plonger tout son corps, jusqu'au cou, dans la tourbe. Ce type de traitement à la tourbe a montré son efficacité en association avec les thérapies actives de la clinique. Le bain de tourbe kinésithérapeutique convient à tous les patients sujets aux affections suscitées.

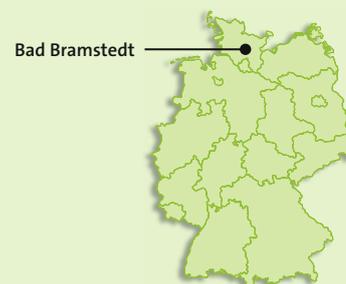
Le jardin des sens

Le jardin est divisé en cinq zones selon les règles de Sebastian Kneipp : à côté du Jardin de l'eau, avec un bassin à bras et une infrastructure hydrothérapeutique, se trouvent ainsi le Jardin du mouvement, le Jardin du toucher, le Jardin de la nutrition et des herbes médicinales et le Jardin du rythme de la vie. Le mot d'ordre de cet établissement Kneipp vaste de 3000m², c'est « vivre avec tous les sens ».



Tourismusbüro der Stadt Bad Bramstedt

Bleek 17-19
24576 Bad Bramstedt
Tel.: +49 (0) 4192 50627
Fax: +49 (0) 4192 50680
touristinfo@bad-bramstedt.de
www.bad-bramstedt.de





Bad Meinberg

Une station thermale pleine de santé

La ville d'eaux de Meinberg, fontaine de santé au cœur du parc naturel du Teutoburger Wald / Eggegebirge, est l'une des stations thermales à boue les plus importantes d'Allemagne, avec une tradition de plus de cent ans. C'est la seule station agréée par l'Etat en Rhénanie du Nord-Westphalie.

Le wellness médical, la médecine classique, les médecines asiatiques et les médecines douces vont ici main dans la main avec les compétences spécialisés et modernes. A côté d'une exceptionnelle offre de prévention, la station propose des cures balnéaires classiques, des réhabilitations et des cures compactes.

Les vertus curatives de la nature

Les remèdes que sont la tourbe soufrée, l'eau minérale et le gaz carbonique sont un véritable trésor naturel, et on les utilise tels quels dans les thérapies. Bad Meinberg dispose de la plus grande présence de gaz carbonique, utilisé à des fins balnéologiques, au monde. Les offres de prévention incluent le yoga, l'ayurvéda, la médecine chinoise traditionnelle, la médecine thaïlandaise, la marche nordique, le wellness, sans oublier les offres de sauna et de nage thérapeutique dans le bain d'eau thermale et minérale. Un réseau de sentiers bien balisé et

des circuits de marche nordique invitent à la randonnée. La station thermale de Meinberg propose également un accompagnement autorisé et un encadrement individualisé pour réussir à retrouver l'équilibre.

Une expérience santé unique

Le bain thermal et minéral de Bad Meinberg est bien plus qu'une piscine, c'est un bain thérapeutique. Son eau minérale naturelle procure une expérience santé unique pour toute la famille. L'eau de source de Bad Meinberg, enrichie au cours de siècles par des substances minérales vitalisantes et régénérantes, est directement tirée des profondeurs de la terre. Les deux bassins intérieurs avec une eau de source affichant des températures jusqu'à 36°C et dans le généreux bassin extérieur à presque 30°C, offrent l'occasion idéale pour se détendre. L'espace sauna et la grotte d'eau de mer salée complètent avantageusement l'offre santé.



Staatsbad Meinberg GmbH

Parkstrasse 17
32805 Bad Meinberg
Tel.: +49 (0) 5234 9010
Fax: +49 (0) 5234 901217
info@staatsbad-meinberg.de
www.staatsbad-meinberg.de





Bad Saarow

Saumure et tourbe au bord du Lac de Scharmützelsee

Lové dans le massif des montagnes de Rauhen et de Dubrow, la station thermale, reconnue par l'Etat, est située au bord du Lac de Scharmützelsee et offre une gamme variée de compétences médicales.

Une présence naturelle de tourbe, une excellente qualité de l'air et la saumure thermale de la source de Catherine sont pour Bad Saarow, dans le Brandebourg, un gage de qualité depuis 1923. Autour des Thermes de Saarow, l'établissement thermal, les médecins installés sur place et la célèbre clinique HELIOS-Klinik forment une infrastructure performante pour les séjours santé. Les curistes vont chercher énergie et détente dans la tourbière naturelle de Bad Saarow et dans la saumure thermale bienfaisante.

Chaleur, saumure, sensualité

Dans les Thermes Saarow, les visiteurs peuvent utiliser plusieurs bassins de saumure thermale d'une température allant de 34°C à 36°C. A cela s'ajoute un grand choix de prestations physiothérapeutiques et d'offres wellness qui font la réputation de l'établissement. Ici, le remède naturel local qu'est la tourbe trouve bon nombre d'utilisations judicieuses. Le must absolu :

un bain de tourbe à l'extérieur, au clair de lune, directement au bord du Lac de Scharmützelsee, suivi d'un massage de tout le corps et d'un dîner aux chandelles.

Golf et nature à l'état pur

La station réunit également les meilleures conditions pour les férus de golf. Amateurs ou professionnels de golf peuvent exercer leur sport favori sur trois terrains à 18 trous et sur un terrain public pour débutants, sans oublier les deux terrains de pratique (driving-range) et l'école de golf. On peut aussi utiliser les courts de tennis, le bowling ou le terrain de mini-golf. Bad Saarow, situé à proximité de Berlin et des aéroports de Berlin Brandebourg, est facilement accessible depuis l'international. Près de la capitale tout en se trouvant au cœur de la région idyllique du Seenland Oder Spree, dans l'espace naturel protégé du Lac de Scharmützelsee et du parc naturel de Dahme Heideseen, Bad Saarow offre des loisirs pour tous les goûts.



Bad Saarow Kur GmbH

Am Kurpark 1
15526 Bad Saarow
Tel.: +49 (0) 33631 8680
Fax: +49 (0) 33631 868120
info@bad-saarow.de
www.bad-saarow.de





Bad Waldsee

Station thermale Kneipp première catégorie

Située au cœur de la Haute-Souabe, la station thermale à tourbe et lieu de cure Kneipp « première catégorie » propose, avec ses deux bains thermaux, trois thérapies dans un cadre agréable, idéal pour les cures et les vacances.

Tout est organisé autour du centre de santé des Thermes de Waldsee qui offre un espace balnéaire et moderne. Cure classique, séjour wellness aux Thermes de Waldsee ou week-end sportif avec une partie de golf : la ville thermale permet de faire un break et de se détendre dans un cadre stimulant.

Tourbe, Kneipp et soins thermaux

Plusieurs cliniques et centres de réhabilitation, deux bains thermaux, ainsi que des hôtels et pensions avec des offres wellness et remise en forme offrent bien plus encore que des plaisirs balnéaires dans l'eau en provenance de la source la plus chaude de la Haute-Souabe. Les bains de tourbe et les enveloppements à la tourbe, les traitements Kneipp, les massages, la physiothérapie et la thérapie sportive, ainsi que les formules bien-être et les bilans fitness contribuent à retrouver l'équilibre intérieur. Au centre thérapeutique du centre de santé des Thermes

de Waldsee, on propose des bains de tourbe et des enveloppements à la tourbe, des traitements Kneipp et des massages. Les nombreuses activités physiothérapeutiques et sportives complètent l'offre globale. Station thermale à tourbe et lieu de cure Kneipp « première catégorie », la ville au cœur de la Haute-Souabe propose trois genres de thérapie efficaces. En associant les traitements médicaux entre eux, la lutte contre diverses maladies est optimisée. La thérapie Kneipp favorise par ailleurs le bien-être physique et entretient durablement le système cardio-vasculaire.

Les thermes de Waldsee

Avec sa surface d'eau de plus de 720m², l'espace balnéaire généreux et moderne invite à la baignade et à la détente. L'eau thermale, riche en fluorure et en soufre, jaillit des profondeurs de la terre à une température d'environ 65°C.



Kur- und Gästeinformation Bad Waldsee

Ravensburger Strasse 3
88339 Bad Waldsee
Tel.: +49 (0) 7524 941342
Fax: +49 (0) 7524 941345
info@bad-waldsee.de
www.bad-waldsee.de



Bad Waldsee



Bad Tölz

Station thermale à tourbe au pied des Alpes

L'une des meilleures raisons pour venir ici est évidemment la tourbière. Mais bien plus d'atouts encore parlent en faveur d'un séjour santé au cœur de la région du Tölzer Land.

Sur la rive gauche de l'Isar qui divise cette petite ville baroque se trouve le quartier thermal avec son historique établissement des bains et ses généreux parcs. La Maison de l'hôte et le centre de santé Hirsch proposent de nombreuses offres pour contribuer au bien-être. Au bain Alpamare, on trouvera plaisirs balnéaires et wellness. Avec sa nature magnifique, son climat doux et stimulant, ainsi que sa tourbière de Königsdorf, Bad Tölz est un lieu idéal pour la détente.

La tourbière de Tölz

La tourbière exploitée dans le respect de l'environnement, située dans la région du Tölzer Land, agit sur les troubles chroniques ou aigus de l'appareil moteur et sur certaines affections gynécologiques. Dans le respect de l'environnement, la tourbe provient du village proche de Königsdorf, où on l'extrait à doses raisonnables pour le livrer directement aux établissements thermaux.

Un climat sain

Depuis 1996, Bad Tölz est également une station climatique. Son altitude spécifique, au pied des Alpes, assure un mélange équilibré entre plusieurs facteurs stimulants et préventifs, parmi lesquels des températures modérées, des vents faibles de montagne et de vallée et un air propre et riche en oxygène.

Ville séduisante, campagne magnifique

Toute l'année durant, Bad Tölz offre de nombreuses activités à ses hôtes. On y trouve tous les avantages d'une station thermale réputée, des offres modernes de santé et de wellness jusqu'aux manifestations traditionnelles comme le Marché de Noël de Tölz et la Descente de Leonardi de Tölz le 6 novembre, en passant par des pièces de théâtre, des concerts ou des spectacles de danse le parc thermal. Un paysage unique avec des lacs, des collines et des montagnes invite, été comme hiver, à des randonnées santé dans un cadre naturel magnifique et agrémente à merveille le séjour.



Tourist-Information Städtische Kurverwaltung

Max-Höfler-Platz 1
83646 Bad Tölz
Tel.: +49 (0) 8041 78670
Fax: +49 (0) 8041 786756
info@bad-toelz.de
www.bad-toelz.de



Bad Tölz



Source: Deutscher Heilbäderverband e.V. (DHV): Prädikatisierte Heilbäder und Kurorte in Deutschland, July 2010



*Les stations thermales et
les villes d'eau en Bavière:
un plongeon dans une vie saine !*

Venez en Bavière et prenez un grand bol d'air. Les paysages de rêve,
le bon climat et la grande richesse des ressources naturelles en Bavière sont
la formule parfaite pour une expérience santé incomparable.



**BAYERISCHER
HEILBÄDER-VERBAND E.V.**



La Bavière – la destination vacances n° 1 en Allemagne

100% d'inspiration et de vitalité. Un ciel bleu et blanc et des lacs cristallins. Traditions bavaroises et hospitalité chaleureuse.

Situé au Sud de l'Allemagne, l'Etat libre de Bavière se présente avec ses beaux paysages – comme tirés d'un livre d'images. Une nature intacte, de l'air tonique, une grande richesse culturelle et l'art de vivre et la convivialité bavaroises contribuent à sa réputation.

Avec plus de 60 bains de cure, stations thermales et thermes, la Bavière est un vrai pays de cocagne pour les vacanciers de la santé. Sources thermales, d'eau minérale ou de saumure, tourbières, thermes, cures Kneipp ou Schroth d'origine bavaroise, homéopathie, arts curatifs internationaux, de l'âyurvêda au yoga – à « Bad Bayern » vous trouverez toujours une variété incomparable. Ici la tradition et l'innovation se donnent la main. Résultat : des offres et des thérapies sur mesure – que ce soit avec des remèdes naturels traditionnels ou avec les dernières innovations de la médecine. Cure, réhabilitation, prévention ou medical wellness : les villes d'eau et les stations thermales de Bavière avec leurs centres de compétences modernes donnent la mesure en matière de vacances santé.

Saviez-vous ...

- que de nombreux couples sans enfants sont devenus des parents heureux grâce à une thérapie à la tourbe ?
- que boire de l'eau minérale est le régime diététique le plus naturel ?
- que le mal de dos peut être soulagé par l'eau thermale ?
- que la saumure soulage les problèmes de peau ?
- que la cure Schroth rend heureux ?





La santé en mode nature

En Bavière, les professionnels de la santé tablent sur des ressources naturelles extrêmement efficaces, comme la tourbe et la saumure, l'eau minérale et thermale.

L'effet de chaleur incomparable d'un voluptueux bain de tourbe n'est pas seulement utilisé contre les rhumatismes, les douleurs du dos ou des articulations. Il est également réputé comme application antistress et peut faire de petits miracles en cas de désir d'enfant inassouvi.

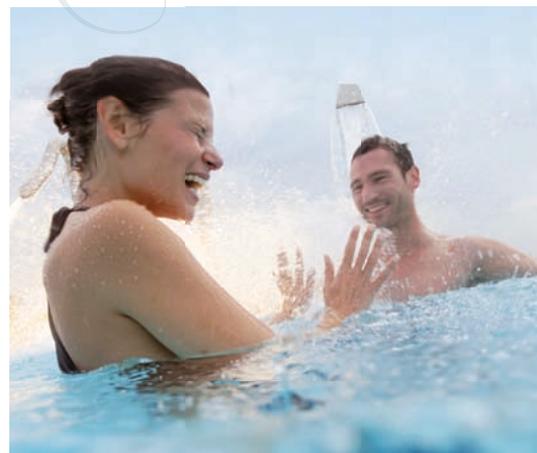
En Bavière, les eaux curatives sont employées pour la thérapie de boisson ou de bain. Cet or liquide possède un effet curatif spécifique selon sa composition en minéraux. Une eau minérale riche en sulfates stimule le système digestif, et c'est pourquoi elle soutient les régimes diététiques. L'eau riche en calcium aide à reminéraliser les os et est idéale pour prévenir ou soigner l'ostéoporose ; l'eau riche en magnésium agit contre le stress et la migraine. Les bains de soufre stimulent la circulation et soulagent les maladies des articulations.

On peut soigner les allergies et la névrodermite avec succès grâce à des bains de saumure relaxants. Les inhalations de saumure soignent les maladies respiratoires comme l'asthme.

En Bavière, les forces actives et curatives de l'argile, de l'eau et de l'air sont traditionnellement complétées par les cures Kneipp et Schroth dont l'approche globale et naturopathe est aujourd'hui plus actuelle que jamais.

Découvrez aussi l'effet positif des soins traditionnels – dans les plus belles régions de Bavière, évidemment.

Vous obtiendrez plus d'infos tout autour de vos vacances santé en Bavière auprès de l'association bavaroise des bains thermaux (Bayerischer Heilbäder-Verband) :
+49 (0)8531 975590 ou
www.gesundes-bayern.de





Bad Reichenhall Autrefois villégiature des rois, aujourd'hui station thermale et alpine novatrice

Le bain d'Etat bavarois Bad Reichenhall avec Bayerisch Gmain est lové au milieu d'une nature foisonnante. Entouré des cimes des Alpes, vous y apprécierez un cocktail de nature, de santé et de culture.

Venez nous rendre visite – notre climat délicatement stimulant renforce le système immunitaire et réveille les énergies, la saumure de Bad Reichenhall libère les voies respiratoires, exerce une action dépurative, stimule le métabolisme, améliore l'aspect de la peau, encourage la motricité des articulations, détend et régénère.

Journées Vénus : à partir de 265€ par pers.

3 nuitées, p-d et taxe séjour | 2 journées à l'espace thermal de sel alpin aux Thermes Rupertus | 1 pédicure et 1 soin des pieds au sel alpin | 1 massage du corps | un soin visage classique | 2 services serviette et peignoir

Tourist-Information | Wittelsbacher
Strasse 15 | DE-83435 Bad Reichenhall
Tél. : +49 (0) 8651 606-0
www.bad-reichenhall.de
www.rupertustherme.de

Des vacances pour votre santé

Cette ville thermale à l'ambiance méditerranéenne est une destination parfaite pour votre santé. Depuis plus de deux ans, le bain de tourbe le plus ancien de Bavière est aussi un bain thermal. Le style futuriste des thermes relie la tourbe, remède traditionnel, à l'eau minérale thermale, la nouvelle thérapeutique. Les visiteurs qui recherchent le calme y trouveront un grand choix de soins occidentaux et orientaux, de même qu'un espace sauna varié. L'offre en matière de prévention est presque inégalable, grâce

aux cliniques spécialisées très compétentes avec leurs indications variées. « Avec plaisir vers un avenir en pleine santé » - voici le mot d'ordre d'un check-up qui a le goût des vacances et qui prévient les malaises liés au stress, comme l'ostéoporose, les maladies de la circulation et cardiaques, le diabète et les attaques.

AIB Kur GmbH u. Co. KG

Wilhelm-Leibl-Platz 3 | DE-83043 Bad Aibling
Tél. : +49 (0)8061 9080-0
info@aib-kur.de | www.bad-aibling.de

Plaisir santé à Bad Aibling



Un peu plus qu'un instant. La vie à Bad Feilnbach

Bad Feilnbach, « le Merano bavarois » ou « le village naturopathe », est un bain thermal de tourbe avec un grand choix d'offres santé. Chaque bain est préparé avec de la tourbe naturelle fraîche ! « Décompression et downshifting », voici les thèmes modernes qui décrivent un nouveau style de vie. Vivre avec moins, mais plus intensément, au lieu de courir après la carrière et le luxe. Prendre le temps. Savourer en toute conscience. Ici, ce style de vie est la norme, et il y est « moderne » depuis bien longtemps. On peut le découvrir à Bad Feilnbach : baisser la cadence, retrouver le calme. Rendre plus nette la perception que l'on a de soi, de la nature, de la famille, bref : de l'essentiel.

Kur- und Gästeinformation

Bahnhofstrasse 5 | DE-83075 Bad Feilnbach
Tél. : +49 (0)8066 1444
Fax : +49 (0)8066 906844
info@bad-feilnbach.de
www.bad-feilnbach.de





Bad Wiessee

Centenaire de la « baignade santé » iodée et soufrée

Une cure dans le plus puissant bain d'iode d'Allemagne est un vrai puits de jouvence. Le 22 juillet 1910, on a administré les premiers bains de source de Wiessee au lac Tegernsee. Depuis, la nouvelle de leur efficacité s'est répandue comme une traînée de poudre. Un bain d'yeux, un bain dans une baignoire ou une douche produisent un tel sentiment de bien-être, de soulagement, et parfois la guérison espérée. Bien sûr que les bains sont aussi destinés à la prévention – ou simplement à la détente de tous les actifs.

Mouvement au parc de cure climatique et relaxation aux bains iodés et soufrés | à partir de 333€ par pers. en ch. double

L'offre MARCHÉ et BAIN :

7 nuitées avec petit-déj | tours de marche nordique | aquagym | 2 soins iodés et soufrés | 2 massages de relaxation et une entrée libre aux bains avec espace sauna

Tegernseer Tal Tourismus GmbH

Hauptstrasse 2 | DE-83684 Tegernsee

Tél. : +49 (0)8022 92738-0

www.tegernsee.com

www.jodschwefelbad.de

Bad Tölz

– plus que de la tourbe

A Bad Tölz, la cure et la santé remontent à 1899. En 2005, la station climatique de Bad Tölz est même devenue « station thermale de tourbe ». La petite ville baroque et romantique sur l'Isar et son environnement somptueux constituent un atout supplémentaire pour votre santé : il y a tellement de choses à découvrir ici que le mouvement tout en douceur, les randonnées, les promenades à pied ou en vélo ne posent plus aucun problème. Et c'est aussi bénéfique pour le corps que pour l'âme !



« Soin actif pour la colonne vertébrale »
Nous renforçons votre dos ! à partir de 749€ par pers. en ch. double

Soulage et renforce durablement le dos. 14 nuitées et p.-d. | 6 massages | 6 bains médicaux | 4 enveloppements de tourbe naturelle | 6 x aquagym en groupe | 4 x gym de Brügger | 6 x gym pour la colonne vertébrale en groupe

Tourist-Information Bad Tölz

Max-Höfler-Platz 1 | DE-83646 Bad Tölz

Tél. : +49 (0)8041 7867-17

Fax : +49 (0)8041 7867-56

info@bad-toelz.de | www.bad-toelz.de



Garmisch-Partenkirchen

« Découvre ta vraie nature »

Cette philosophie résume la vision qui guide l'offre de tourisme de Garmisch-Partenkirchen, votre destination de renom en toute saison. Au milieu de panoramas de rêve au pied du mont Zugspitze, la station de cure climatique Premium-Class dans les Alpes bavaroises propose des vacances de très grande qualité. Garmisch-Partenkirchen vous met des « papillons dans le ventre » :

Vacances dorlotées | à partir de 435€ par pers. en ch. double

Compris dans l'offre : check-ups initial et final par le médecin de cure, massages, fitness aquatique, tours guidés de marche nordique, thérapies de mouvement curatives et exercices de détente d'après Jacobsen. Pour 9 ou 13 nuitées + p.-d., excepté du 20/12 au 07/01.

Tourist Information Garmisch-Partenkirchen | Abt. Gesundheit

Richard-Strauss-Platz 2

DE-82467 Garmisch-Partenkirchen

Tél. : +49 (0)8821 180-736

Fax : +49 (0)8821 180-755

gesundheit@gapa.de | www.gapa.de



Bienvenue à Scheidegg

– la terrasse au soleil au-dessus du lac de Constance

Détendez-vous et profitez de toute votre âme. Scheidegg se trouve au croisement de l'Allemagne, de l'Autriche et de la Suisse. Située à 600 à 1000m d'altitude, Scheidegg offre des panoramas alpins de rêve, une nature pittoresque et de la détente pure. Vacances, remise en forme, bien-être, cure – Scheidegg répond à tous vos désirs et bien plus. Hôtes chaleureux, nature intacte, air pur et quantité de distractions pour les grands et les petits. Ici, tout le monde trouve



son compte ! Plaisir serein malgré la maladie cœliaque ? Scheidegg propose une offre sans gluten aux personnes atteintes et leur assure des vacances détendues et réellement insouciantes.

**Tourist-Information /
Kurverwaltung Scheidegg** | Rathausplatz 4
DE-88175 Scheidegg im Allgäu
Tél. : +49 (0) 8381 895-55
Fax : +49 (0) 8381 895-50
kurverwaltung@scheidegg.de
www.scheidegg.de



De toutes vos forces avec Kneipp Bad Wörishofen

C'est à Bad Wörishofen que Sebastian Kneipp a créé sa méthode globale de soins naturels qui se fonde sur les cinq éléments : l'eau, les herbes aromatiques, une cuisine saine, l'équilibre intérieur et le mouvement. Aujourd'hui, ces éléments sont plus actuels que jamais, car notre mode de vie moderne exige un retour à la santé naturelle et par conséquent aux fondements de la pensée de Sebastian Kneipp. La recherche scientifique, les styles de vie modernes et les défis qui en résultent pour notre santé supposent que les méthodes thérapeutiques naturelles évoluent.

Bad Wörishofen relève ce défi et adapte les enseignements de Kneipp au XXIe siècle avec le programme « Kneipp in motion ». Ses éléments restent les mêmes, mais ils sont adaptés à l'époque contemporaine.

Kurdirektion Bad Wörishofen
Luitpold-Leusser-Platz 2
DE-86825 Bad Wörishofen
Tél. : +49 (0)8247 993355
Fax : +49 (0)8247 993359
info@bad-woerishofen.de
www.bad-woerishofen.de

Vacances wellness et bien-être à Bad Grönenbach dans l'Allgäu



Le site romantique de Bad Grönenbach se trouve sur la route des bains souabe entre Memmingen et Kempten ! Cette station thermale Kneipp « Premium Class » est très facilement accessible en avion par l'Allgäu-Airport (à 25 km), en train et en voiture avec l'autoroute des vacances A7. Avec Ottobeuren et Bad Wörishofen, Bad Grönenbach est considérée comme le lieu d'origine du fameux Sebastian Kneipp, ce docteur des

eaux et héros de l'Allgäu plein de vitalité. Bad Grönenbach est aussi connue pour sa place du marché historique et son haut château où ont lieu des manifestations culturelles de grande qualité. Grâce à sa merveilleuse nature, la station thermale Kneipp est considérée comme un paradis du vélo et de la randonnée ! Parmi les attractions intéressantes dans les environs de Bad Grönenbach, on compte

aussi le musée de la ferme à Illerbeuren, la basilique d'Ottobeuren et le célèbre château Neuschwanstein.

Kurverwaltung
Marktplatz 5 | DE-87730 Bad Grönenbach
Tél. : +49 (0)8334-60531
kurverwaltung@bad-groenenbach.de
www.bad-groenenbach.de



Bad Füssing – la santé au rendez-vous, le bien-être en plus

Découvrez les vertus curatives de la légendaire eau thermale de Bad Füssing, en cas de rhumatismes, de problèmes des articulations ou du dos. Bad Füssing – du plaisir pour les yeux et les oreilles, de la sensualité pour le cœur et l'âme – avec des manifestations variées, une offre bien-être, SPA, sport et loisirs dans un paysage de nature époustouflant.

La bonne recette pour commencer une vie plus saine : marche nordique et bains thermaux.

« Thermes, fitness et bâtons » à partir de 339€ par pers. en ch. double.

- 7 nuits p.-d. et taxe de cure
- 5 x pass thermal mouvement
- 1 introduction à la marche nordique
- 3 x marche nordique
- 1 x parcours biovital
- 2 x aquawalking

Kur- & GästeService Bad Füssing

Rathausstrasse 8 | DE-94072 Bad Füssing

Tél. : +49 (0)8531 975-580

tourismus@badfuessing.de

www.badfuessing.de



Bad Bocklet – « Une santé de fer » dans la ville d'eau romantique de style Biedermeier

Une idylle dans la Rhön : voici le bain d'Etat bavarois Bad Bocklet, avec ses sources minérales et d'eau douce. Elle doit sa popularité à la source « Balthasar-Neumann » qui fut découverte en 1724. Cette source d'une grande efficacité, appelée « source d'acier », est unique en Allemagne en raison de sa haute teneur en gaz carbonique et en fer. Son énorme teneur en fer avec ses composantes argileuses et salines peut améliorer le bilan sanguin et elle est très digeste. Sous forme de bain d'acier, elle stimule l'irrigation sanguine grâce à sa teneur en gaz carbonique. L'utilisation de tourbe naturelle fraîche comme remède supplémentaire a une longue tradition à Bad Bocklet qui remonte à l'époque Biedermeier. Grâce à sa proximité avec la station thermale la plus connue d'Allemagne, Bad Kissingen (à seulement



8 km), l'hôte de Bad Bocklet a la possibilité de profiter aussi au programme varié de Bad Kissingen. Avec la carte de séjour, la ligne de bus pour Bad Kissingen est gratuite.

Staatsbad und Touristik Bad Bocklet GmbH

Frankenstrasse 1 | DE-97708 Bad Bocklet

Tél. : +49 (0)9708 707030

Fax : +49 (0)9708 707039

info@badbocklet.de

www.badbocklet.de



JOHANNESBAD
BAD FÜSSING

« OFFRES SANTE »



Le complexe thermal Johannesbad à Bad Füssing compte parmi les premiers centres de santé d'Europe pour les traitements conservateurs des maladies orthopédiques.

A Johannesbad, vous trouverez un centre thérapeutique avec des masseurs, des physiothérapeutes, des ergothérapeutes du sport hautement qualifiés ainsi qu'une clinique spécialisée certifiée 4 fois avec ses divers services : orthopédie, centre pour douleurs aiguës, urologie, maladies psychosomatiques. Egalement le Centre allemand d'ostéoporose et le Centre allemand de médecine chinoise.

Vous découvrirez le plus grand complexe thermal d'Europe – avec 4500m² de surface d'eau répartie en 13 bassins, une source de cure reconnue par l'Etat, une eau thermale riche en minéraux et fortement sulfatée (sulfure de soufre particulièrement efficace contre les maladies des articulations), avec des températures allant jusqu'à 39°.



Venez profiter des « offres santé » de la clinique spécialisée, alliant thérapie et plaisir, dans les 6 hôtels Johannesbad où vous bénéficierez d'un confort et d'une hospitalité haut de gamme avec un cachet personnalisé.

Offre promotionnelle à partir de 389 € comprenant: 7 nuitées en demi-pension et boissons, 3 massages, 2 cours d'aquagym, Entrée pendant tout le séjour aux thermes.

Informez-vous dès aujourd'hui au +49(0)8531 23-2632



JOHANNESBAD BAD FÜSSING

Johannesstraße 2 · DE-94072 Bad Füssing
Tél. : +49(0)85 31 23-26 32 · Fax : +49(0)85 31 23-28 80
info@johannesbad.de · www.johannesbad.de



JOHANNESBAD
UNTERNEHMENSGRUPPE



Bad Dürkheim
Bad Herrenalb
Baiersbronn-Obertal
Höchenschwand
Isny im Allgäu
Königsfeld im Schwarzwald
Neulach
Sasbachwalden
Schönwald
St. Blasien
Todtmoos
Triberg

Randonnées et climat stimulant pour récupérer dans le Bade-Württemberg

Si vous voulez vraiment lever le pied, il ne suffit pas de vous reposer. La course lente, la marche nordique ou la randonnée vous aident dès le premier jour des vacances à décompresser et à déstresser. Les stations thermales vous proposent des conditions idéales: elles ont depuis toujours jeté un

pont entre les activités physiques et la détente grâce à la grande variété de leur offre de bien-être et d'activités. Et parce que de nouveaux chemins de randonnée sont inaugurés un peu partout, qui permettent de récupérer activement et à tous les niveaux de difficulté.

www.heilbaeder-bw.de

Informations :

Heilbäderverband
Baden-Württemberg e.V.
Tél. : +49 (0) 711 – 89 24 80 00
E-mail : info@heilbaeder-bw.de
www.heilbaeder-bw.de
www.heilklima.de





Stations climatiques

Respirer la santé, recharger les batteries

Depuis des siècles, les vertus curatives de la nature sont sollicitées pour la détente et pour favoriser la santé. Depuis quelque temps, on peut noter un retour aux origines : les remèdes naturels et leurs effets durables ont le vent en poupe.

Respirez à fond et détendez-vous. Le sport et les exercices en plein air dans un climat sain redonnent de la force à l'âme et au corps. En raison de leur situation et de leur qualité certifiée, les stations climatiques d'Allemagne présentent les conditions idéales pour des séjours santé ou détente au meilleur niveau.

Quel climat est favorable à la santé ?

Dans les stations climatiques règne un climat qui constitue un remède naturel local aux effets thérapeutiques reconnus. Un climat équilibré avec peu de jours

lourds et humides soulage l'organisme et favorise la régénération dans le cas des problèmes aigus de santé. Les rayons UV du soleil, l'air frais et riche en sel, ainsi que la fraîcheur vivifiante, ont un effet stimulant, consolident les défenses immunitaires, et fortifient l'organisme. Dans son livre « Thérapies climatiques et thalasso-thérapies », la climatologue médicale et professeure **Angela Schuh**, de l'Université de Munich, souligne l'efficacité particulière du climat sur notre bien-être. Selon la situation de la station, différents facteurs climatiques sont sollicités. En fonction du diagnostic de l'affection et de la constitu-

tion individuelle, les facteurs stimulants ou apaisants sont mis en œuvre pour régénérer ou endurcir l'organisme et pour le protéger des maladies.

La nature à l'état pur

Que ce soit dans les montagnes hautes ou moyennes, dans les plaines ou au bord des lacs, les stations climatiques ont été gâtées par la nature. « Mais seuls les lieux dont la qualité de l'air est régulièrement testée et évaluée par le service allemand de météorologie sont reconnus et certifiés par l'Etat », comme le précise



Michael Beckmann, directeur de l'office de tourisme de Winterberge. Les stations sélectionnées se distinguent en outre par leur situation géographique avantageuse et par une faible circulation. L'homme et la nature peuvent alors vivre en harmonie. De nombreuses infrastructures médicales et une offre hôtelière diversifiée assurent la réussite d'un séjour dans les stations climatiques.

Climatothérapie

« Une climatothérapie effectuée dans un climat sain fait aujourd'hui partie, dans le monde entier, des méthodes thérapeutiques reconnues comme efficaces », explique **Michael Diversy**, directeur de la Hochwald-Touristik à Weiskirchen. Parmi les formes typiques de la climatothérapie, on compte la cure de repos, le bain d'air, l'héliothérapie et la cure climatique sur le terrain (marche en plein air). La marche en plein air est l'une des méthodes de cure les plus importantes et les plus utilisées.

Cette méthode combine la marche dosée sur le terrain avec la stimulation par le froid. En fonction des prédispositions de chacun, on applique en complément certaines méthodes thérapeutiques comme la thérapie sportive, la physiothérapie, mais aussi les massages et les bains.

La climatothérapie est efficace dans les cas suivants :

- affections des voies respiratoires
- affections du cœur, des vaisseaux et de la circulation
- maladies de la peau
- syndrome de fatigue, faiblesse des défenses immunitaires, mauvaise forme
- humeurs liées aux saisons, dépressions saisonnières
- convalescence après des maladies graves

Vous êtes les bienvenus dans les stations climatiques d'Allemagne pour vous laisser convaincre par l'hospitalité et les compétences médicales.

UN CLIMAT DE CATEGORIE SUPERIEURE

D'ores et déjà, 15 stations climatiques sur 56 en Allemagne font partie de la catégorie « classe supérieure ». Elles se distinguent par leur engagement pour un climat sain et leurs efforts en faveur de la protection de la nature. On y utilise en priorité des produits locaux pour protéger le paysage et empêcher les rejets de CO₂ liés aux transports.





Weiskirchen

Bien-être dans la station climatique et thermale

La station climatique et thermale de Weiskirchen est située au cœur du parc naturel de Saar-Hunsrück et bénéficie d'un climat vivifiant et doux prédominant dans cette région de moyenne montagne. Richesse en forêts et pureté élevée de l'air sont la marque distinctive de cette station climatique de catégorie supérieure.

Les effets thérapeutiques des facteurs apaisants et stimulants sur l'organisme humain sont variés et suscitent le bien-être. Le climat sain de Weiskirchen déploie tout particulièrement ses effets positifs et stimulants lors des randonnées. La localité est la seule station climatique de catégorie supérieure à disposer également d'un réseau de sentiers certifié.

L'objectif, c'est le mouvement

C'est surtout l'idée de randonnée climatique sur des sentiers conçus sur mesure qui permet de mettre à profit le climat pour optimiser activement la détente. A Weiskirchen, les exercices climatiques peuvent se pratiquer sur cinq chemins climatiques adaptés à divers niveaux de difficulté et conditions physiques. Des montées faibles, un terrain plat avec des tronçons ensoleillés et des forêts fraîches et ombragées assurent le meilleur entraînement d'endurance possible.

Wellness pour l'âme et le corps

Le wellness, c'est la détente et la relaxation, qu'on trouvera sans peine l'un comme l'autre au centre balnéaire Vitalis. A côté du bassin sportif, du bassin pour enfants et du bassin de massage, on appréciera également un espace sauna vaste de 200m² avec son jardin sauna. Que vous cherchiez un programme classique beauté, thalasso ou ayurvéda oriental, l'espace beauté attenant vous comblera avec des formules intégrales.

Bien-être dans la forêt

Le circuit Saar-Hunsrück, qui a reçu en 2009 la distinction de sentier de grande randonnée « première catégorie », est également très varié : vous pourrez admirer un panorama magnifique d'un paysage de montagnes sur 184 km. Le tronçon de Weiskirchen, truffé de forêts denses, de ruisseaux et de sentiers isolés, est particulièrement séduisant.



Hochwald-Touristik GmbH

Trierer Strasse 21
66709 Weiskirchen
Tel.: +49 (0) 6876 70937
Fax: +49 (0) 6876 70938
hochwald-touristik@weiskirchen.de
www.weiskirchen.de





Winterberg

Station climatique et région pour vacances actives

Winterberg est l'une des rares stations climatiques en Rhénanie-du-Nord-Westphalie. 14 communes pittoresques, une ville centrale avec de nombreuses possibilités de loisirs et d'activités culturelles, situées dans la belle région du Sauerland : voilà le monde de Winterberg.

Winterberg offre les conditions idéales pour une vie active et saine. Une nature intacte, un climat sain et une flopée d'activités sportives caractérisent la région. Ville la plus haute en Allemagne du Nord et de l'Ouest, Winterberg est ainsi l'unique station climatique et thermale d'altitude en Rhénanie-du-Nord-Westphalie.

Charmes naturels

Winterberg doit son rayonnement particulier aux attraits naturels d'un paysage authentique, encore intact, de montagnes moyennes. Dans la ville connue par le monde du sport, et où les sportifs de haut niveau accomplissent des prouesses, vous passerez un séjour sain et reposant. Un vaste réseau de chemins de randonnées et de sentiers d'hiver, ainsi qu'un réseau de routes pour vélos, VTT et nordic walking à travers une nature magnifique, offrent d'excellentes possibilités pour pratiquer les sports d'hiver. On complètera cette

offre par du wellness certifié et diverses offres de détente et de bien-être.

La climatothérapie

Lors d'une climatothérapie, le patient, selon un traitement individualisé, est exposé aux facteurs climatiques et météorologiques. Cette thérapie inclut la cure de repos, le bain d'air, l'héliothérapie et la cure climatique sur le terrain (marche en plein air). La marche en plein air est l'un des traitements les plus efficaces et les plus sollicités, et combine la marche sur le terrain avec une stimulation légère par le froid. Le climat sain du monde de vacances de Winterberg est également excellent pour la prévention en matière de santé, car outre les effets positifs sur les affections suscitées, le climat stimule le système immunitaire. Avec la fortification de la circulation et l'amélioration de la circulation sanguine, c'est ainsi un bien-être général qui s'installe.



Tourist-Information Winterberg

Hauptstrasse 10
59955 Winterberg
Tel.: +49 (0) 2981 92500
Fax: +49 (0) 2981 925024
info@winterberg.de
www.winterberg.de





St. Peter-Ording

Détente au bord de la mer du Nord

St. Peter Ording, à l'extrême ouest de la presqu'île d'Eiderstedt en Schleswig-Holstein, peut s'enorgueillir d'une belle tradition de villégiature et de séjours santé depuis plus de 150 ans.

Situé dans le parc national du Wattenmeer Schleswig-Holstein, St. Peter Ording offre un paysage exceptionnel : près de 12 km de plages, des dunes, des prairies salines, et une typique forêt de pins, confèrent un charme incomparable à la station balnéaire. Le climat marin, marqué par les saisons, ainsi que le paysage marin, assurent des conditions climatiques excellentes et un climat vivifiant. Pour ce qui est de l'air sain, la localité dispose de trois zones différentes que les curistes peuvent, selon leurs besoins, intégrer dans leurs programmes santé pendant leur séjour.

Zone des vagues

Ceux qui se promènent au bord de la mer respirent l'air pur de la Mer du Nord et sentent bientôt les effets bénéfiques de l'air sur leurs voies respiratoires, la vertu apaisante pour les maladies de la peau et les effets fortifiants sur le système immunitaire. La raison en est que le vent et les vagues diffusent des aérosols anti-inflammatoires dans l'air qui contient en outre

des substances salines agréables. Les vasières contiennent également une grande quantité d'iode, bénéfique pour la santé, et des minéraux vitaux lâchés dans l'air par la fraîche brise de la mer du Nord.

Zone des dunes

La concentration d'aérosols est moindre dans la zone des dunes, les effets stimulants sur l'organisme étant alors moins forts. On n'en respire pas moins ici aussi l'air pur des vents marins frais, pratiquement dénué de pollens.

Zone de la forêt de pins

La vaste forêt de pins de St. Peter Ording fut plantée voici plus de 100 ans. Le climat stimulant de la Mer du Nord est encore plus doux sous la protection des arbres. Le rayonnement UV est également moins fort. Par rapport aux zones de plage, le domaine de la forêt se distingue par le calme, l'absence de vent et la saveur du pin.

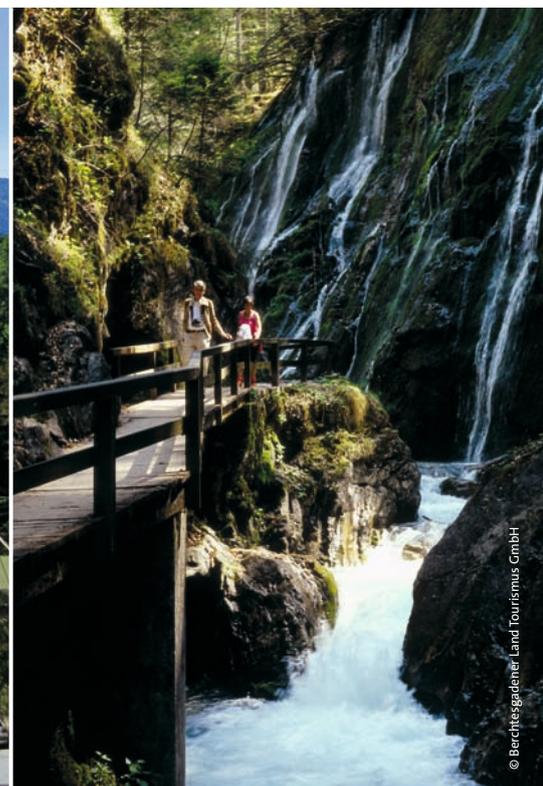


Tourismus-Zentrale St. Peter-Ording

Maleens Knoll
25826 St. Peter-Ording
Tel.: +49 (0) 4863 999124
Fax: +49 (0) 4863 999104
info@tz-spo.de
www.st.peter-ording.de

St. Peter-Ording





Berchtesgaden-Königssee

Station climatique et paradis pour tous les sens

La région du Berchtesgadener Land est un lieu idéal pour favoriser la santé. Les cinq communes de Berchtesgaden, Bischofswiesen, Marktschellenberg, Ramsau et Schönau au bord du Lac de Königssee arborent fièrement le label de « station climatique ».

Cette région climatique qui forme un ensemble avec le parc national est classée biosphère naturelle par l'UNESCO. L'air pur, la nature intacte, l'eau claire, les aliments naturels et une excellente infrastructure garantissent le succès des vacances et des séjours de cure.

Du wellness et plus encore

De nombreux hôtels wellness et bio, des studios de beauté et d'esthétique, ainsi qu'un espace Vital vous attendent. Les bains de foin et de lait ont un effet vitalisant et mettent en harmonie l'âme et le corps. Dans les thermes Watzmann, les visiteurs trouveront de nombreuses offres autour de la santé. Après un passage à la galerie de saumure des salines de Berchtesgaden, les voies respiratoires et les allergies seront apaisées.

Du temps pour la santé

À côté des séjours de cure classiques, les hôtes peuvent également bénéficier d'une

formule santé. Cette cure à l'essai permet de passer 7, 10 ou 14 jours de vacances sous le signe de la santé. La « cure compacte pour la prévention cardio-vasculaire » de Berchtesgaden est basée sur une pratique contrôlée de la randonnée en montagne. Parmi les autres formules, on trouve les exercices de mobilité, les thérapies relaxantes, les massages, le fango, ou l'air chaud, sans oublier les cours de nutrition optimale et les conférences de formation des patients.

Paradis de la randonnée

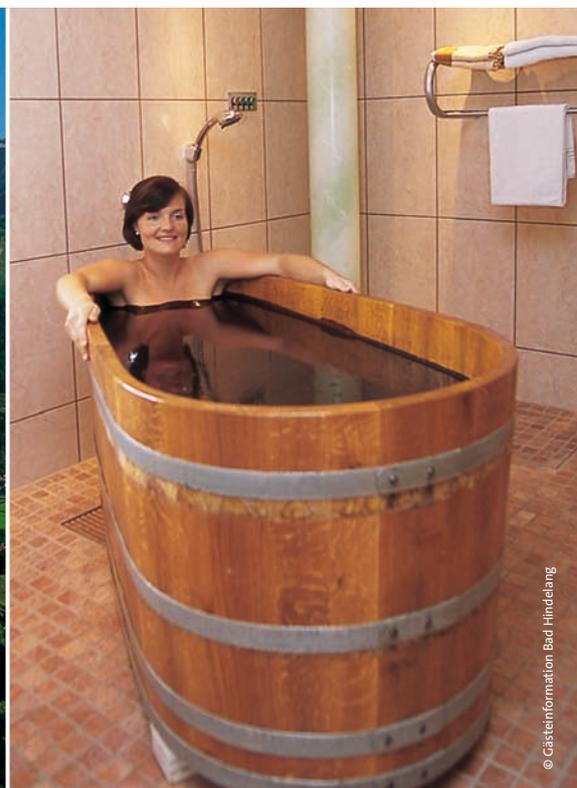
Dans des vallées pittoresques avec des pâturages idylliques et d'impressionnants paysages de haute montagne, chaque randonneur sera comblé : randonnées thématiques intéressantes, balades agréables, randonnées de montagne, circuits en haute montagne et randonnées sur sentiers balisés avec montres pulsomètre.



**Tourismusregion
Berchtesgaden-Königssee**
Königsseer Strasse 2
83471 Berchtesgaden
Tel.: +49 (0) 8652 9670
Fax: +49 (0) 8652 967401
gaesteservice@berchtesgaden.de
www.berchtesgadener-land.info



Berchtesgaden



Bad Hindelang

Station climatique et thermale Kneipp

Sa charmante situation sur la carte bioclimatique d'Allemagne et le degré de pureté de l'air niveau 1 font de Bad Hindelang une station climatique et thermale Kneipp fort appréciée. La fluctuation climatique de Bad Hindelang contribue considérablement au succès des cures.

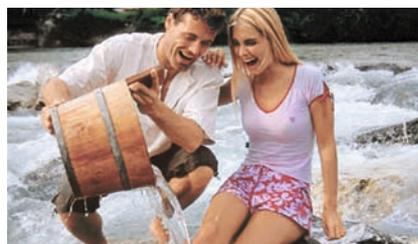
Bad Hindelang est situé dans l'Allgäu méridional (850 à 1200m). Les six lieux de la commune, Bad Hindelang, Bad Burgdorf, Oberjoch, Unterjoch, Vorderhindelang et Hinterstein, réunissent tous les atouts de l'Allgäu : prés charmants, montagnes escarpées, chutes d'eau rugissantes, ruisseaux de montagne et vallées romantiques.

L'air est pur

Un air pur, une eau claire et une nature intacte : Bad Hindelang est un terroir en pleine santé. Un diagnostic du service météorologique allemand a décerné le label « degré de pureté de l'air niveau 1 » aux quartiers d'Oberjoch et d'Unterjoch. On y trouve un air sans pollens, spores de moisissure et acariens. D'après de nouvelles mesures du Landes mt de Bavière, la teneur en monoxyde d'azote et dioxyde de carbone est très faible. Concernant la présence de poussières fines, on a même enregistré des valeurs encore plus basses que dans toutes les autres localités de Bavière.

Les compétences médicales à Bad Hindelang

Pratiquer la méthode Kneipp et faire cesser les allergies : Bad Hindelang a plusieurs excellents arguments à faire valoir quand il s'agit de trouver un lieu de séjour santé, notamment sa source d'eau soufrée, la plus haute d'Allemagne, une eau très claire et un air de montagne pur. Les compétences thérapeutiques et médicales de Bad Hindelang vont de la station alpine anti-allergie au laboratoire de sommeil. La philosophie Kneipp répond aux maladies et aux problèmes de notre temps. C'est bien pour cette raison que Bad Hindelang a étendu et amélioré l'offre Kneipp dans les communes. L'un des facteurs contribuant au succès de la cure à Bad Hindelang est certainement la fluctuation climatique. Grâce aux altitudes diverses des six communes, il est possible d'obtenir une adaptation ciblée au climat stimulant de la haute montagne.

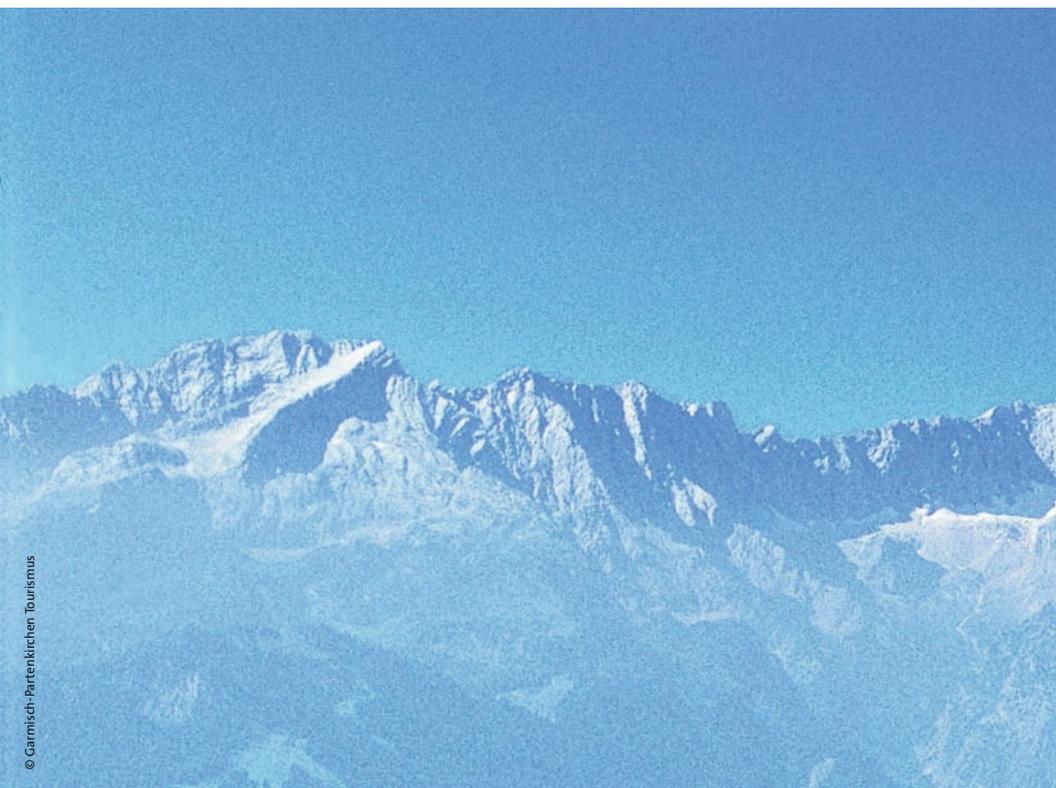


Gästeinformation Bad Hindelang

Am Bauernmarkt 1
87541 Bad Hindelang
Tel.: +49 (0) 8324 8920
Fax: +49 (0) 8324 8055
info@hindelang.net
www.bad-hindelang.info



Bad Hindelang



Garmisch-Partenkirchen

Station climatique de première catégorie

Tout autour de Garmisch-Partenkirchen, on peut découvrir un univers de montagnes époustouflant qui s'élève jusqu'à une altitude d'environ 3000m, traversé de crevasses profondes avec des alpages encaissés et les sommets dominant l'ensemble comme l'Alpspitze ou la Zugspitze.

Loin du quotidien, les curistes actifs profitent de l'exceptionnel centre plein air de Garmisch-Partenkirchen. Toute l'année durant, on peut vivre activement la nature : en hiver, ski alpin, ski de fond, hockey sur glace, et en été, canoë, parapente, VTT et randonnées. Le site regorge de possibilités !

Thérapie climatique par le mouvement

La thérapie climatique par le mouvement, développée pour Garmisch-Partenkirchen, produit ses effets en cas de déficit immunitaire, d'hypertension et d'hypotension, de maladies coronariennes, de troubles métaboliques et musculo-squelettiques, et de maladies du système respiratoire et de la peau. Cette cure reconnue est basée sur la combinaison d'un endurcissement de l'organisme par des stimulations climatiques et une stimulation thermique. Cet effet est obtenu en pratiquant la randonnée à diverses altitudes avec des pauses savamment dosées.

Respirez profondément et promenez-vous

Garmisch-Partenkirchen est l'une des 15 stations climatiques de première catégorie en Allemagne. Le principe de la thérapie climatique par le mouvement, qu'on appelle aussi climatothérapie ou cure de terrain, est simple : le mouvement en plein air fait du bien !

Neige poudreuse et soleil d'hiver

Le sommet le plus élevé d'Allemagne, la Zugspitze, qui culmine à 2962m, vaut le détour ! Depuis la terrasse de la station alpine, on peut apprécier la vue époustouflante sur quatre pays et plus de 400 sommets. Le domaine skiable Garmisch-Classic offre des plaisirs aux skieurs de toutes les catégories. Les amateurs de sports d'hiver peuvent pratiquer ici des pistes variées sur trois montagnes et devant un panorama incomparable.



Garmisch-Partenkirchen Tourismus

Richard-Strauss-Platz 2
82467 Garmisch-Partenkirchen
Tel.: +49 (0) 8821 180736
Fax: +49 (0) 8821 180755
gesundheit@gapa.de
www.gapa.de



Garmisch-Partenkirchen



Königstein dans le Taunus

Station climatique certifiée

Königstein dans le Taunus a été béni par la nature. Tous les soirs, les vents descendants du Grosser Feldberg tout proche assurent un renouvellement régulier de l'air et font de Königstein une station climatique certifiée.

Bien au-dessus des toits de la métropole de Francfort sur le Main trône Königstein dans le Taunus. L'imposante ruine du château, emblème de la cité, surplombe fièrement la vieille ville historique et invite à l'exploration. Repos et santé donnent ici le ton. Depuis 1935, la ville est distinguée par le label « station climatique », une qualité qu'elle s'emploie à entretenir tous les jours. A Königstein, la respiration devient un art médical à part entière.

Respirer et se sentir bien

Respirer à Königstein dans le Taunus est une expérience intense. Les forêts épaisses du Taunus et les vents descendants du Grosser Feldberg assurent tous les soirs un renouvellement de l'air. C'est un contraste qu'on peut constater surtout les jours d'été chauds : dans les grandes métropoles, il n'y a aucun vent, l'asphalte transpire et la chaleur s'accumule. Rien de tout cela à Königstein dans le Taunus. Un air plus frais de 3–4°C provoque un effet sou-

lageant et permet de respirer. La nuit aussi l'air se refroidit bien plus vite. De temps en temps souffle une brise fraîche qui apaise et fait du bien aux poumons. Le remède naturel qu'est un climat sain complète à merveille les thérapies des cliniques locales. Dès que possible, on sort se promener à l'air frais. Il est conseillé de respirer profondément ! Tous ces facteurs réunis garantissent une belle détente et les exercices favorisent le bien-être lors de votre séjour santé.

Parc climatique du Hochtaunus

Le label de Königstein et Falkenstein dans le Taunus a permis de réaliser le projet du parc climatique du Hochtaunus. Un réseau de sentiers, conçu selon divers niveaux de conditions physiques, conduit au cœur de l'univers passionnant de la forêt. Le vent frais caresse le visage et permet de faire un break et de se couper du stress quotidien.



Kur- und Stadtinformation

Königstein im Taunus

Hauptstrasse 13a
61462 Königstein im Taunus
Tel.: +49 (0) 6174 202251
Fax: +49 (0) 6174 202308
info@koenigstein.de
www.koenigstein.de





La Hesse au top de la forme

*Ici vous êtes
à la source*

Villes d'eau et stations thermales pour le corps, l'âme et l'esprit

Les villes d'eau et les stations thermales font respirer le corps, l'âme et l'esprit. Vous voulez agir activement sur votre bien-être ou vous êtes tout simplement à la recherche de calme et de détente: profitez des bains, des massages et de l'offre variée de remise en forme.



Hessen – carrefour incontournable.

La Hesse

Fait du bien au corps, à l'âme et à l'esprit



Bad Arolsen

Gäste- und Gesundheitszentrum
Tél. : +49(0)5691 80 12 40
www.bad-arolsen.de
ggz@bad-arolsen.de

Bad Camberg

Kurverwaltung
Tél. : +49(0)6434 20 24 11
www.bad-camberg.de
kurverwaltung@bad-camberg.de

Bad Emstal

Tourist.Marketing
Tél. : +49(0)5624 9218972
www.bad-emstal.de
kurverwaltung@bad-emstal.de

Bad Endbach

Tourismus & Marketing
Tél. : +49(0)2776 80113
www.bad-endbach.de
info@bad-endbach.de

Gersfeld

Tourist-Information
Tél. : +49(0)6654 1780
www.gersfeld.de
tourist-info@gersfeld.de

Gladenbach

Kur- und Freizeit-Gesellschaft
Tél. : +49(0)6462 201612
www.gladenbach.de
kfg@gladenbach.de

Gras-Ellenbach

Kurverwaltung
Nibelungenhalle
Tél. : +49(0)6207 2554
www.grasellenbach.de
info@gemeinde-grasellenbach.de

Herbstein

Kurbetriebsgesellschaft
Tél. : +49(0)6643 799709
www.herbstein.de
tourist-info@herbstein.de

Bad Hersfeld

Kurbetrieb Bad Hersfeld
Tél. : +49(0)6621 795090
info@kurverwaltung-badhersfeld.de
www.kurverwaltung-badhersfeld.de

Bad Homburg v. d. Höhe

Tourist Info + Service
Tél. : +49(0)6172 178110
www.bad-homburg.de
tourist-info@kuk.bad-homburg.de

Bad Karlshafen

Kur- und Touristik-Information
Tél. : +49(0)5672 999922
www.bad-karlshafen.de
kurverwaltung@bad-karlshafen.de

Kassel-Bad Wilhelmshöhe

kassel tourist GmbH
Tél. : +49(0)561 34054
www.kassel-tourist.de
info@kassel-tourist.de

Bad König

Kurgesellschaft
Tél. : +49(0)6063 57850
www.badkoenig.de
kurgesellschaft@badkoenig.de

Königstein im Taunus

Kur- und Stadtinformation
Tél. : +49(0)6174 202251
www.koenigstein.de
info@koenigstein.de

Lindenfels

Kur- und Touristikservice
Tél. : +49(0)6255 30644
www.lindenfels.de
touristik@lindenfels.de

Bad Nauheim

Stadtmarketing und Tourismus GmbH
Tél. : +49(0)6032 929920
www.bad-nauheim.de
info@bad-nauheim.de

Naumburg

Kurverwaltung
Tél. : +49(0)5625 790973
www.naumburg.eu
info@naumburg.eu

Bad Orb

Tourist-Information
Tél. : +49(0)6052 8383
www.bad-orb.info
kurgesellschaft@bad-orb.info

Bad Salzhausen

Kur- und Touristik-Info
Tél. : +49(0)6043 96330
www.bad-salzhausen.de
info@bad-salzhausen.de

Bad Salzschlirf

Kur und Tourismus GmbH
Tél. : +49(0)6648 2266
www.bad-salzschlirf.de
info@bad-salzschlirf.de

Schlangenbad

Staatsbad Schlangenbad GmbH
Tél. : +49(0)6129 4850
Fax : +49(0)6129 4854
www.der-ort-mit-zeit.de
staatsbad@schlangenbad.de

Bad Schwalbach

Staatsbad
Bad Schwalbach GmbH
Tél. : +49(0)6124 502434
www.bad-schwalbach.de
kontakt@kur-bad-schwalbach.de

Bad Soden am Taunus

Stadtverwaltung
Tél. : +49(0)6196 208555
www.bad-soden.de
info@bad-soden.de

Bad Soden-Salmünster

Kur- und Freizeit GmbH
Tél. : +49(0)6056 744144
www.badsoden-salmuenster.de
info@badsodensalmuenster.de

Bad Sooden-Allendorf

Tourist Information
Tél. : +49(0)5652 95870
www.bad-sooden-allendorf.de
touristinfo@bad-sooden-allendorf.de

- Stations thermales
- Station thermale et climatique
- Station thermale Kneipp
- Animation autour des sources thermales

Bad Vilbel

Kur- und Bäderverwaltung
Tél. : +49(0)6101 602246
www.bad-vilbel.de
tourist-info@bad-vilbel.de

Wiesbaden

Tourist Information
Tél. : +49(0)611 1729930
www.wiesbaden.de
tourist-service@wiesbaden-marketing.de

Bad Wildungen & Reinhardshausen

Kur- und Tourist-Information
Tél. : +49(0)800 7910100 (gebührenfrei)
www.bad-wildungen.de
info@badwildungen.net

Willingen

Tourist-Information
Telefon: +49(0)5632 401180
www.willingen.de
willingen@willingen.de

Bad Zwesten

Tourist-Information
Tél. : +49(0)5626 773
www.badzwesten.de
kurverwaltung@badzwesten.de



Découvrir et profiter des nombreuses offres

Les stations thermales en Hesse



« L'expérience santé » au cœur de l'Allemagne

Peut-on s'enraciner dans le bitume ? Ou se sentir en sécurité dans l'anonymat des usines à vacances modernes ? Que faut-il qu'il arrive pour que l'âme se sente à nouveau chez elle dans son propre corps ? La santé et la joie de vivre ont besoin de solutions douces et globales – vous voici en route vers le bien-être.

Se calmer, concilier le corps et l'âme et à nouveau se mettre en mode actif. Au cœur de l'Allemagne, la Hesse, au top de la forme, est le chemin vers de nombreux concepts bien-être. Ici les offres wellness novatrices, les promotions de cure et les voyages santé veulent votre bien et rien que votre bien.

30 stations thermales se présentent

Dans la région de santé et de bien-être entre le Waldecker Land et l'Odenwald, la Rhön et le Taunus chacun trouve son propre refuge. « La Hesse – pour moi naturellement » est la devise des bons vivants, des jouisseurs et de ceux qui sont à l'avant-garde. 30 bains thermaux se présentent comme des espaces de liberté pour le corps et l'esprit.

Découvrez la poésie des maisons anciennes et des colombages coloriés, de même que les zones piétonnes animées et les possibilités de shopping attrayantes.

Le charme des poutres anciennes oblige le visiteur à ralentir. La convivialité dans ce

qu'elle a de meilleur : un nouvel intérêt pour le bois ancien marque aussi bien les petites stations thermales que les grandes villes d'eau. Pour tous ceux qui sont à la recherche d'un peu de « chez soi en vacances », la Hesse au top de la forme est une valeur sûre.

Les festivals et les marchés au cœur de l'Allemagne attirent les foules dans la rue. Quand des milliers font la fête, les fêtes populaires deviennent des mouvements populaires. Les spectacles en plein air pétillent de bonne humeur. Jours fériés traditionnels et fêtes de la moisson, « mers de lumière » et cortèges de fleurs vous font entrer dans la danse.

Les cafés romantiques et les restaurants accueillants proposent la « classe gastronomique » qui vous convient. Laissez-vous tenter par les spécialités locales, elles font partie du voyage !

Testez les meilleurs quand il s'agit de votre bien-être. Mettez votre santé entre des mains compétentes. « Wellness – made in Hesse » mise sur la qualité. Recharger ses batteries et non brûler ses forces est le but de ce chillout haut de gamme pour adultes.

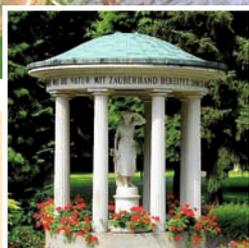
Au pays des sources, le retour à la nature est l'entrée dans une vie active. Le mouvement soutient idéalement le relâchement progressif des tensions.

Mais, attention ! Qui s'intéresse trop à la performance aura du mal à lâcher prise. Paysages intacts, lacs limpides et forêts touffues sont le décor idéal pour le programme de remise en forme de vos rêves.

Cure, santé et plaisir :
Bad Wildungen & Reinhardshausen



La Hesse, au top de la forme – traditionnelle et branchée



Les randonneurs et les marcheurs de tout niveau y trouveront sûrement le bon chemin. Les cyclistes peuvent s'attendre à plus de 2300 km de chemins balisés dans le Land le plus riche en forêts d'Allemagne ainsi qu'à de nombreuses pistes pour VTT. Les amateurs du cerf-volant ou du canoë y trouveront leur compte, tout comme les skateurs, les mordus d'équitation, les joueurs de golf et de tennis.

Quand le stress prend l'eau...

Ambiance toscane ou royale, sauna kelo ou banja russe : les espaces sauna pleins de fantaisie sont des oasis de paix dans un quotidien souvent bien trop frénétique.

C'est ainsi que l'on peut profiter de la vie tout en découvrant toujours de nouvelles choses.

La terre, le feu, l'eau, l'air : les quatre éléments du monde font le secret des bains thermaux en Hesse. La nature nous a richement pourvu en trésors, elle donne des forces au corps, à l'âme et à l'esprit. Des profondeurs de la terre jaillit de l'humidité fraîche. Enrichi en minéraux et en saumure, les sources curatives promettent une boisson exceptionnellement plaisante. De temps à autre un vent frais vous effleure et permet de respirer dans une époque surbookée. Les remèdes naturels sont nos élixirs de vie, sans risques ni effets secondaires.

Vous en voulez encore ? Alors vous êtes au bon endroit avec nos offres de remise en forme. En matière de wellness et de beauté vous aurez l'embarras du choix. Les amoureux de la nature et les amis des rituels de soin exotiques trouveront ici le traitement de leurs rêves.

-
- Bad Arolsen
- Bad Camberg
- Bad Emstal
- Bad Endbach
- Gersfeld
- Gladenbach
- Gras-Ellendbach
- Herbstein
- Bad Hersfeld
- Bad Homburg v. d. Höhe
- Bad Karlshafen
- Kassel-Bad Wilhelmshöhe
- Bad König
- Königstein im Taunus
- Lindenfels
- Bad Nauheim
- Naumburg
- Bad Orb
- Bad Salzhausen
- Bad Salzschlirf
- Schlangenbad
- Bad Schwalbach
- Bad Soden am Taunus
- Bad Soden-Salmünster
- Bad Sooden-Allendorf
- Bad Vilbel
- Wiesbaden
- Bad Wildungen & Reinhardshausen
- Willingen
- Bad Zwesten

■

Hessischer Heilbäderverband
 Le Cannet-Rocheville-Straße 1
 DE-61462 Königstein im Taunus
 Tél. : +49 (0) 61 74 - 92 65 23
 Fax : +49 (0) 61 74 - 2 36 48
 www.hessische-heilbaeder.de
 info@hessische-heilbaeder.de

■

HA Hessen Agentur GmbH
 Tourismus- und Kongressmarketing
 Abraham-Lincoln-Straße 38-42
 DE-65189 Wiesbaden
 Tél. : +49 (0) 61 11 - 774 80 91
 Fax : +49 (0) 61 11 - 774 80 40
 www.hessen-tourismus.de
 info@hessen-tourismus.de





© Healing Hotels of the World

Germany
The travel destination 

Imprint

Published by:

German National Tourist Board (GNTB)

Beethovenstraße 69

60325 Frankfurt/Main

www.germany.travel

www.deutschland-extranet.de

Supported by:



Federal Ministry
of Economics
and Technology

on the basis of a decision
by the German Bundestag

Bad Hersfeld



© Kurbetrieb Bad Hersfeld

Avec nos cures traditionnelles et nos offres contemporaines de bien-être et de remise en forme vous allez recharger vos batteries. En plus de l'important domaine des maladies digestives, nous traitons aujourd'hui les douleurs psychosomatiques en hospitalisation. Les établis-

sements de Bad Hersfeld sont également spécialisés pour les maladies du système moteur. Les patients bénéficient d'un encadrement global et personnalisé, qu'il s'agisse de soins aigus ou de soins de réhabilitation. Espaces de détente, salon de beauté, paradis sauna et diverses piscines invitent à un monde de cures d'eau, de cérémonies de soin et de découvertes aquatiques particulières. Découvrez le bonheur d'un monde de détente et de calme dans nos bains thermaux !

Kurbetrieb Bad Hersfeld

Am Kurpark 10 • DE-36251 Bad Hersfeld • Tél. : +49 (0) 6621 795090

Fax : +49 (0) 6621 7950921 • info@kurverwaltung-badhersfeld.de

www.kurverwaltung-badhersfeld.de

« Wellness pour deux » à la Kurbad Therme et à l'hôtel bien-être 4-étoiles !

Nos prestations

- 2 nuitées avec demi-pension
- paquet de bienvenue
- pass journalier pour les bains et le paradis sauna (Kurbad Therme)

- rhassoul, le bain de vapeur à l'argile minérale
- massage à l'huile aromatique de 30 min.
- un bain de rêve pour deux.

à partir de **287 €** par personne



Kneipp, Felke et Schroth

Concepts pour la santé

Le célèbre « médecin de l'eau » Sebastian Kneipp développa dès le milieu du 19^e siècle la célèbre cure Kneipp, encore très plébiscitée de nos jours. C'est Emanuel Felke qui intégra dans la thérapie qui porte son nom certains éléments pour favoriser la détente et la joie de vivre. Johann Schroth est à l'origine de la cure d'amincissement Schroth qui a de nombreux adeptes aujourd'hui encore.

« En combinant les résultats de la méthode traditionnelle Kneipp avec de nouvelles offres bien-être, on peut proposer du wellness médicalisé d'un niveau supérieur », précise **Achim Bädorf**, directeur de l'Association Allemande des bains et stations Kneipp à Bad Münstereifel. Faire une cure Kneipp, c'est bien plus encore que les jets et les exercices dans l'eau : si on l'associe à une alimentation équilibrée, à des plantes médicinales, à des exercices et à une vie saine, on obtient une méthode curative diversifiée pour fortifier le corps et l'âme. Aujourd'hui, les « piliers de la santé » sont aussi néces-

saires qu'à l'époque de Kneipp. **Jörn Fenske**, directeur thermal dans la station Kneipp de Göhren sur l'île de Rügen, les explique :

Les cinq piliers de la thérapie Kneipp

L'eau : les traitements par l'eau renforcent les défenses immunitaires et le système nerveux végétatif. Ils agissent de façon harmonisante et favorisent la sérénité psychique.

Alimentation : une thérapie alimentaire équilibrée et diversifiée est basée sur une alimentation naturelle et des aliments complets.

Plantes médicinales et herbes : Kneipp les utilisait pour les bains, les teintures, les crèmes, les compresses, les enveloppements et les thés.

Mouvement : la thérapie par le mouvement comprend tout ce qui peut être facteur de bien-être, des bains d'exercices aux massages. Elle favorise la remise en forme et stimule positivement l'humeur.

Style de vie sain et équilibré : une vie saine implique de travailler sur soi-même. Une alternance entre tension et détente y contribue largement.



© K&U Direktion Bad Wörishofen



© Kur- und Touristinformation Bad Sobernheim

QUELQUES REGLES IMPORTANTES D'UN TRAITEMENT KNEIPP

- 1) Les traitements froids doivent être appliqués exclusivement sur un corps chaud
- 2) Aussi froid que possible et aussi chaud que nécessaire, mais finir par le froid
- 3) Plus l'eau est froide, plus le traitement est court (bien-être)
- 4) Traiter les troubles inflammatoires par le froid, les troubles chroniques par le chaud
- 5) Traitements pour la partie supérieure du corps le matin, pour la partie inférieure le soir
- 6) Toujours commencer les jets, les bains des bras et des pieds à droite (éloigné du cœur)

Les quatre éléments de la thérapie de Felke

L'air, la lumière, l'eau et l'argile, combinés avec beaucoup d'exercice en plein air, une alimentation saine et l'équilibre entre activité et détente, procurent joie de vivre et bien-être.

Le Dr **Matthias Menschel**, médecin spécialiste et directeur du Vitalresort de Menschel à Bad Sobernheim, explique les effets de la thérapie : « En association avec un léger jeûne thérapeutique, la thérapie Felke élimine les facteurs de risque pour la santé. Les taux trop élevés de cholestérol et d'acide urique, ainsi qu'un taux hépatique trop important, baissent, et l'hypotension est ramenée à des valeurs normales. Le système immunitaire propre à l'organisme augmente ses capacités de défense ». C'est le directeur de conscience et le guérisseur Emanuel Felke (1856–1926) qui est à l'origine de la thérapie Felke.

Les quatre éléments de la cure de Schroth

La cure de Schroth est basée sur les principes du jeûne thérapeutique. Son fondateur Johann Schroth a compris que les personnes souffrantes utilisent leurs forces pour organiser la défense de leur propre organisme. Mais les aliments et les boissons, par le processus de digestion, privent partiellement d'énergie. Schroth considérait alors qu'un soulagement pouvait être provoqué par le jeûne. Avec le régime Schroth, les aliments doivent être peu stimulants pour permettre un déroulement simple et efficace du processus de digestion. Les enveloppements de Schroth améliorent la circulation sanguine et stimulent le métabolisme. L'alternance rythmique des quantités de liquide prescrites lors de l'absorption de boissons selon Schroth confère une impulsion supplémentaire aux forces naturelles de guérison et favorise le drainage des tissus. L'alternance entre repos et mouvement consolide le processus de désintoxication et augmente le bien-être psychique.



Göhren

Station Kneipp sur l'île de Rügen

Depuis 1878, Göhren est une station balnéaire reconnue par l'Etat, et depuis 2007, le site est également une station thermale Kneipp reconnue par l'Etat, double distinction unique en Allemagne. La détente pure est assurée par le climat stimulant et ses plus de 1850 heures d'ensoleillement par an.

Sur Rügen, la plus grande île d'Allemagne, qui est aussi une région de vacances fort appréciée, se trouve la station balnéaire de Göhren, idéale pour les séjours santé. L'une des plus grandes stations balnéaires de l'île se distingue également par son hospitalité et par le soin porté à l'accueil des familles.

Situation privilégiée

Grâce à sa magnifique situation dans l'extrémité est de l'île de Rügen, avec trois côtes donnant sur la mer et au cœur de la biosphère et réserve de Rügen, la station de Göhren bénéficie d'un environnement d'exception.

Kneipp directement au bord de la mer

La thérapie curative intégrale du pasteur Kneipp est appuyée sur les cinq piliers que sont l'eau, les plantes médicinales, l'activité physique, l'alimentation et un style de vie équilibré. Mais la cure Kneipp est surtout célèbre pour son hydrothérapie. Seule

station Kneipp d'Allemagne directement située au bord de la mer, Göhren est particulièrement avantagé dans ce domaine.

Thalassothérapie

La station balnéaire de Göhre offre les conditions idéales pour la thalassothérapie, qui dépend des facteurs naturels de guérison offerts par la mer, et qui est recommandé pour la prévention et la réhabilitation de nombreuses maladies.

Craie thérapeutique de Rügen

Parmi les remèdes typiques de la région, on trouve la thérapie par la craie de Rügen. Elle déploie ses effets bienfaisants, apaisants et curatifs contre les maladies rhumatismales, les inflammations des articulations, l'arthrose et les troubles liés à la sciatique. La craie conserve durablement la chaleur et stimule la circulation et le métabolisme. La craie est également utilisée comme enveloppement froid.



Kurverwaltung Göhren

Poststrasse 9
18586 Ostseebad Göhren
Tel.: +49 (0) 38308 66790
Fax: +49 (0) 38308 667932
KV@goehren-ruegen.de
www.goehren-ruegen.de



Göhren



Sauna et forme avec vue sur la mer à Göhren sur la Baltique

À Göhren, les divers établissements santé et wellness sont entièrement dédiés à votre bien-être, avec leur grand choix d'applications modernes ou traditionnelles, leurs offres de soin et de relaxation. Que diriez-vous donc d'une petite cure ?

Une adresse à part

L'hôtel AKZENT Waldhotel Göhren « quatre étoiles supérieur » – le premier hôtel de cure Kneipp à Rügen – vous propose le plus grand espace wellness à Göhren, avec son nouveau centre de cure et de bien-être. La physiothérapie moderne, avec ses nombreuses possibilités d'application, est au cœur de son concept wellness global. Découvrez le confort de première classe dans une chambre d'hôtel immédiatement reliée au centre. Sa situation unique, directement sur la côte, vous offre des vues formidables sur la mer Baltique. Un paysage de parcs de 15 000m², qui permet d'accéder directement à la Promenade Bernstein vous invite à faire des promenades relaxantes.

Kur- und Wellnesscenter Mönchgut AKZENT Waldhotel Göhren GmbH

Waldstrasse 7
DE-18586 Göhren/Rügen
Tél. : +49 (0) 38308 50500
Fax : +49 (0) 38308 25380
www.hotel-wellness-ruegen.de oder
www.Waldhotelgoehren.de

La wellness et le repos au plus haut niveau

L'hôtel Hanseatic Rügen « quatre étoiles supérieur » avec les villas « Fortuna » et « Felicitas » est situé dans un cadre idyllique au sommet d'une presqu'île s'avancant dans la mer, et il est aménagé dans le style hanséatique. Le monde de la wellness avec sa piscine sans chlore, ses saunas (dont une avec une vue chloreable sur la mer), sa salle de remise en forme, son salon de beauté et son Centre Vital inondé de lumière du jour (avec autorisation d'un médecin conventionné) invitent à vous reposer. La wellness commence avec un bon repas : le restaurant gastronomique ou le restaurant à la carte, le café de la tour ou le bar à cocktail sont ouverts à tous les vacanciers de Göhren.

Vital-Center im Hotel Hanseatic Rügen

Nordperdstrasse 2
DE-18586 Göhren/Rügen
Tél. : +49 (0) 38308 515
Fax : +49 (0) 38308 51600
www.hotel-hanseatic.de
www.ruegen-wellness.de



Kneipp, cure et santé à l'hôtel AKZENT Waldhotel Göhren

- 4 nuits + buffet petit-déj.
- menu 3 plats le soir
- boisson de bienvenue
- 1 douche Kneipp « Fit & Vital »
- 1 massage à la brosse
- 1 bain aux herbes aromatiques
- utilisation de l'espace sauna
- piscine et bain à bulles

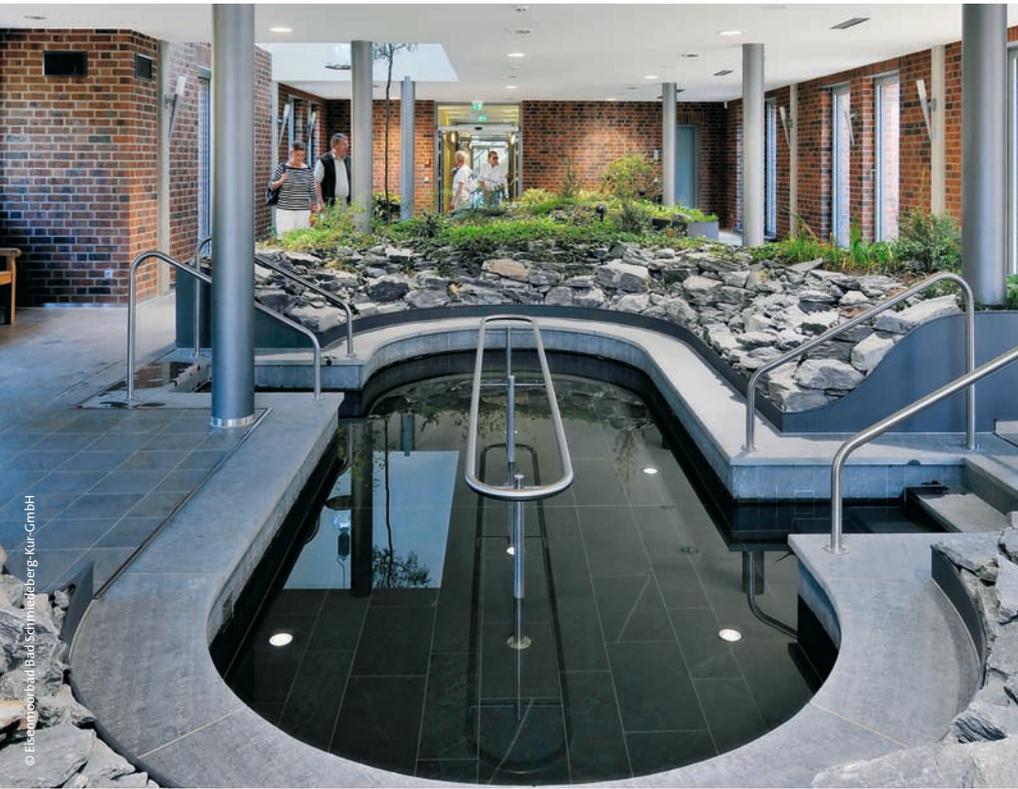
à partir de **299 €***

Journées découverte à l'hôtel Hanseatic Rügen

- 2 nuitées
- 2 buffets petit-déj.
- le séduisant dîner au chandeliers avec son menu 5 plats
- champagne en chambre
- piscine, sauna et fitness à volonté
- parking

à partir de **149 €***

*par pers. en chambre double



Bad Schmiedeberg Station thermale et minérale Kneipp

Bad Schmiedeberg, station thermale et minérale Kneipp à tourbe, est situé dans le sud-est de land de Saxe-Anhalt. La station est entourée du parc naturel de la Dübener Heide, une région vaste de 70000 hectares dans le coin dit Elbe-Mulde-Winkel.

C'est la tourbière qui a fait de Bad Schmiedeberg une station thermale. Depuis 1878, les curistes affluent, montent dans les bains de tourbe et prennent des enveloppements. Le lieu est également réputé comme station thermale Kneipp.

Remède naturel

A côté de la tourbe, le lieu a aussi d'autres remèdes naturels à offrir : de l'eau minérale et du gaz rare radon. En combinant les trois remèdes dans une perspective thérapeutique, on obtient des résultats uniques.

Kneipp toute l'année

Cinq établissements Kneipp proposent des traitements Kneipp, le parc thermal a aménagé des domaines pour l'hydrothérapie et la phytothérapie, le réseau de sentiers thermaux a été étendu et un centre thérapeutique Kneipp a vu le jour. On trouve également un jardin Kneipp, un bar à thé et une boutique Kneipp.

Pendant les mois d'hiver, il n'y a pas de pause Kneipp, fait unique en Allemagne. Les bains dans les bassins d'eau froide et les bains pour les bras sont toujours possibles. Le récent jardin d'herbes et de plantes médicinales permet de pratiquer la phytothérapie même pendant la période hivernale. On apprécie le calme du jardin et la petite musique du ruisseau, protégé par les murs clinker.

Tourbe, eau thermale et radon

Les bains de tourbe et les enveloppements à la tourbe sont recommandés pour lutter contre les rhumatismes, l'arthrose, la spondylarthrite ankylosante (morbus Bechterew) et la goutte. L'eau thermale est utilisée pour des cures de boisson et des cures balnéaires. L'eau de la fontaine princière de Bad Schmiedeberg contient le gaz rare radon qu'on utilise dans les bains lors d'une thérapie radon.



Eisenmoorbad Bad Schmiedeberg-Kur-GmbH

Kurpromenade 1
06905 Bad Schmiedeberg
Tel.: +49 (0) 34925 63037
Fax: +49 (0) 34925 63889
info@eisenmoorbad.de
www.eisenmoorbad.de





Bad Sobernheim

La seule station thermale Felke d'Allemagne

Bad Sobernheim, la seule station thermale Felke d'Allemagne, a plus d'un atout à vous proposer. C'est la station la plus récente en Rhénanie-Palatinat, située dans la région ensoleillée de l'Allemagne du Sud-Ouest.

Le légendaire pasteur Emanuel Felke a fondé la cure qui porte aujourd'hui son nom. Depuis de nombreuses années, trois établissements thermaux et wellness se réclament de ses méthodes thérapeutiques.

Thérapie intégrale et active

Dans les établissements thermaux, on met à l'honneur les quatre éléments de Felke que sont la lumière, l'air, l'eau et l'argile (terre médicammenteuse), combinés avec l'activité physique, une alimentation complète riche en substances vitales, ou un jeûne thérapeutique, avec pour résultat une thérapie intégrale et active au caractère unique. La terre médicammenteuse, l'argile, est au centre de la thérapie de Felke.

Terre médicammenteuse de Bad Sobernheim

Le traitement par la terre médicammenteuse et curative sous forme de bains d'argile, d'enveloppements à l'argile ou de bains rasul permet de consolider les vaisseaux,

d'améliorer considérablement la circulation, de désacidifier en profondeur l'organisme, et d'en éliminer les substances et résidus toxiques.

Calme garanti

Les établissements thermaux de Bad Sobernheim sont situés en périphérie. Les hôtes trouveront aussi à proximité des espaces loisirs dont un espace sauna et une piscine extérieure, sans oublier un réseau de chemins de randonnée et de pistes cyclables au cœur des vignobles, des forêts et des vallées.

Pieds nus dans la nature

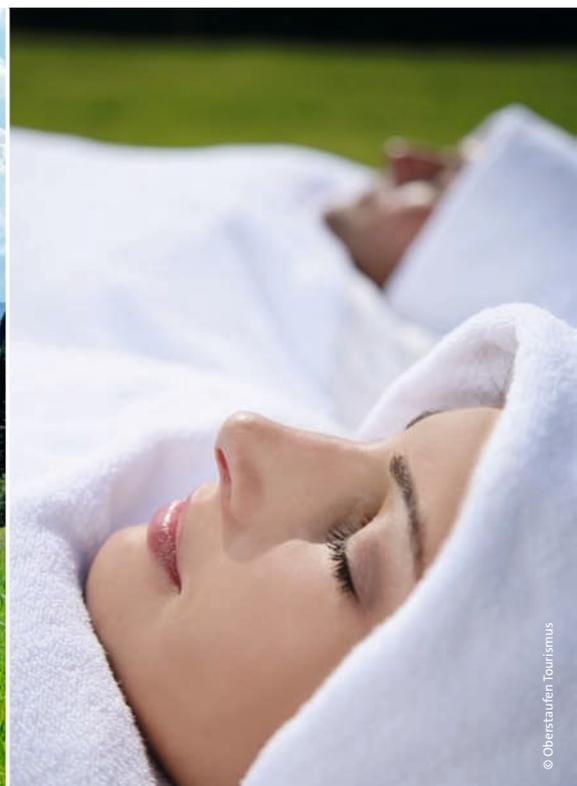
C'est également le pasteur Felke qui fut à l'origine du premier sentier pieds nus d'Allemagne. Il y a un siècle déjà, Felke avait recommandé à un patient la marche à pieds nus. Ce massage des zones réflexes par la marche active entretient la forme et amuse toute la famille.



Kur- und Touristinformation Bad Sobernheim

Bahnhofstrasse 4
55566 Bad Sobernheim
Tel.: +49 (0) 6751 81241
Fax: +49 (0) 6751 81240
touristinfo@bad-sobernheim.de
www.bad-sobernheim.de





Oberstaufen

Station climatique et thermale Schroth

Oberstaufen propose une gamme variée de cures, de formules santé et de forfaits wellness. Offrez-vous un break et rechargez vos batteries dans une région située aux frontières de l'Allemagne, de l'Autriche et de la Suisse.

Depuis plus de 60 ans, la cure Schroth d'Oberstaufen est dédiée à la santé et au bien-être. La cure est au centre de l'offre wellness des bains Schroth. Les vastes compétences en matière de santé se reflètent également dans les nombreuses offres wellness.

Cure Schroth d'Oberstaufen

La cure Schroth, une thérapie naturelle, tient son nom de son fondateur Johann Schroth. Elle combine avec succès et efficacité diverses méthodes physiothérapeutiques pour activer les forces naturelles de guérison. Pour Schroth, un soulagement des affections et maladies pouvait être provoqué par le jeûne. Le régime Schroth est par conséquent pauvre en calories et en sel et ne contient pas de protéines ou de graisses animales. Ce type particulier de jeûne thérapeutique, combiné avec un développement de Schroth et beaucoup d'exercices physiques, provoque dans le corps l'émission de l'« hormone du bon-

heur », la sérotonine. L'alternance entre jours avec boissons et jours sans boissons, tout comme l'alternance entre le repos et le mouvement, contribuent à amplifier les effets positifs de la cure.

Vacances en région alpine

La région de vacances d'Oberstaufen est située dans la partie la plus au sud de l'Allemagne, dans un cadre alpin magnifique à proximité du Lac de Constance et de la frontière avec les Alpes autrichiennes.

300 km de chemins de randonnée, 100 km de pistes de ski de fond, 60 km de sentiers de randonnées d'hiver et 40 km de pistes de ski, combleront les souhaits et les préférences de tous les vacanciers et curistes. Trois terrains de golf à 18 trous, des circuits vélo pour tous les niveaux, une piscine en plein air, des lacs et la piscine panoramique de loisirs « Aquaria » assurent une belle diversité. Par beau temps, une piste de luge d'été amusera toute la famille.



Oberstaufen Tourismus

Hugo-von-Königsegg-Strasse 8
87534 Oberstaufen
Tel.: +49 (0) 8386 93000
Fax: +49 (0) 8386 930020
info@oberstaufen.de
www.oberstaufen.de



Oberstaufen



Bad Wörishofen

Station thermale Kneipp dans l'Allgäu

A 635m au-dessus du niveau de la mer, la ville thermale de Bad Wörishofen bénéficie d'une situation idéale pour passer un séjour santé réussi. Station Kneipp riche d'une solide tradition, la petite commune souabe invite au repos et au plaisir.

Le pasteur Sebastian Kneipp (1821–1897) a fait connaître sa cure à Bad Wörishofen voici 120 ans. La cure est toujours aussi plébiscitée : un sac de foin chaud avant de se lever, un jet d'eau rafraîchissant le matin, des bains doux pour les bras l'après-midi et le soir, une baignoire d'eau froide pour les pieds. En peignoir de bain, on passe directement de la chambre d'hôtel aux traitements, ou on reçoit des compresses pour les mollets dans son lit, juste après le réveil.

Sur les traces du médecin de l'eau

Le Musée Kneipp documente la vie et l'œuvre de Kneipp et retrace ses faits et gestes, ses succès comme médecin balnéaire, et les cinq piliers de la méthode Kneipp. Dans le parc thermal jadis aménagé par Kneipp, les visiteurs peuvent se laisser envoûter par les parfums du jardin aromatique. Dans trois jardins médicinaux, les curieux trouveront toutes les herbes thérapeutiques utilisées dans la pharmacie domestique de Kneipp.

Plaisir thermal avec une atmosphère des mers du Sud

Dans les Thermes de Bad Wörishofen, on peut profiter de l'eau thermale riche en fluorure et en iode dans huit bassins, près du bar de la piscine ou lors des séances d'aquagym. Avec ses minéraux précieux, l'eau est reconnue et certifiée par l'Etat. Un élégant parcours Kneipp et des séances d'aquagym régulières complètent l'offre. Dans le paradis sauna adossé, les curistes peuvent explorer, sur 2000m², quinze formules sauna et wellness.

L'activité selon Kneipp

L'activité physique et la remise en forme entretiennent la santé et font partie depuis toujours de la thérapie Kneipp. Un sentier de forêt Kneipp et plus de 250 km de sentiers pédestres et cyclables offrent les meilleures conditions pour entretenir la forme. La nage et la marche, le tennis et le golf complètent l'offre.



Bad Wörishofen

Luitpold-Leusser-Platz 2
86825 Bad Wörishofen
Tel.: +49 (0) 8247 993355
Fax: +49 (0) 8247 993359
info@bad-woerishofen.de
www.bad-woerishofen.de



Bad Wörishofen



Überlingen

Station thermale Kneipp au flair méridional

Depuis 1955, Überlingen est la seule station thermale Kneipp dans le Bade-Wurtemberg. Avec son expérience de station Kneipp de plus de 50 ans, la ville d'Überlingen a reçu le label « Station thermale Kneipp de première catégorie » au printemps 2006.

La station thermale Kneipp a été inscrite sur la liste des SlowCities, une sélection de villes particulièrement agréables à vivre. Les environs vallonnés, avec 270km de chemins de randonnée et de pistes cyclables d'une difficulté variable, ainsi qu'une piste de semi-marathon, invitent à explorer activement la nature.

La compétence, tout simplement

Avec son demi-siècle d'expérience, Überlingen fait partie du club très fermé des meilleures stations thermales Kneipp. A Überlingen, tous les séjours ont un air de vacances, que soit pour une cure hospitalière dans les cliniques spécialisées et ultra-compétentes ou pour une cure flexible avec un plan thérapeutique composé en concertation avec les médecins de l'établissement. Les formules santé sont variées et sont surtout basées sur les méthodes thérapeutiques classiques de Kneipp, mais aussi sur le jeune thérapeutique élaboré par le Dr Otto Buchinger et sur les cures F. X. Mayr.

La détente, tout simplement

Les Thermes du Lac de Constance, situées directement au bord du lac, vous accueillent dans leur bain sportif et leur bain thermal, un élégant espace wellness et un grand espace sauna. Une eau thermale à 36, 2°C jaillit d'une profondeur de 1006m et remplit les bassins des Thermes.

Les vacances, tout simplement

Le climat méridional, ainsi qu'un nombre d'heures d'ensoleillement très au-dessus de la moyenne, assurent une splendide floraison. Le lieu est le point de départ idéal pour faire des voyages dans la région du Lac de Constance : un voyage en bateau à destination de l'île aux fleurs de Mainau, une visite de la ville de Meersburg ou encore une virée shopping dans les ruelles de la vieille ville de Constance.



Kur und Touristik Überlingen GmbH

Landungsplatz 5
88662 Überlingen
Tel.: +49 (0) 7551 9471522
Fax: +49 (0) 7551 9471535
touristik@ueberlingen.de
www.ueberlingen.de



Überlingen

Bad Schandau



© Sabine Köhler/SkyFoto-Creation

Se détendre et profiter activement de la beauté de la Suisse saxonne – Bienvenue à Bad Schandau

A seulement 40 km de Dresde, Bad Schandau, ville d'eau de tradition, se love dans la belle vallée de l'Elbe. Appréciée pour sa grande variété et sa longue expérience en matière de bien-être, elle convainc aussi bien les vacanciers actifs que ceux qui cherchent le repos.

Déjà en 1810, Bad Schandau fut décrite comme un « lieu de force et de splendeur naturelles » par l'écrivain allemand Theodor Körner. Depuis, elle n'a cessé d'attirer de nombreux curistes dans la région. En 1920, elle obtint le titre de « bain » et se développa sans cesse jusqu'à devenir une station thermale Kneipp moderne avec ses différents établissements voués à la santé. En plus de l'hôtel 5-étoiles Medical Wellness et le premier hôtel bio certifié de Saxe, des bains thermaux et deux cliniques de cure, les physiothérapies professionnelles et les établissements de bien-être contribuent à l'offre santé complète de la ville thermale, et invitent à se détendre dans l'exceptionnelle région du parc naturel Suisse saxonne et bohémienne.

Ressentez la force de la nature

Avec ses falaises bizarres, ses forêts authentiques et ses ruisseaux creusés dans le relief, ce paysage est parfait pour se refaire une santé. Lorsque vous vous promenez sur le très apprécié chemin des

peintres, que vous faites du vélo sur la piste cyclable de l'Elbe ou que vous grimpez sur les falaises dans les environs de Bad Schandau, vous jouissez du panorama, vous ressentez la force de la nature et vous oubliez votre quotidien. Aux férus de culture, Bad Schandau propose des diversions bienvenues. Une excursion avec l'historique bateau à aubes vers la « Florence de l'Elbe » saxonne – Dresde, la capitale du Land – ou une journée à Prague, la « ville d'or », sont parmi les points forts culturels. L'offre gastronomique et les manifestations variées, de même que les hébergements accueillants complètent un voyage wellness et santé à Bad Schandau.

Tourist-Service Bad Schandau

Markt 12
DE-01814 Bad Schandau
Tél. : +49 (0) 35022 90030
Fax : +49 (0) 35022 90034
www.bad-schandau.de
info@bad-schandau.de

Découvrir « Toskana World »

Les Thermes Toskana ouvrent leurs portes et vous proposent de plonger dans un monde de lumière, d'eau et de sons. Dans ce généreux espace de bien-être et de détente, avec ses 4000m², vous trouverez des massages, des bains, des thérapies et des plaisirs culinaires d'une grande légèreté qui compléteront vos journées vitalité et vous redonneront une énergie nouvelle.

4 nuitées + p.-d. (pension/hôtel/auberge)

- 1 carte journalière pour les thermes
- 1 massage de pieds
- 1 application au Sheabutter ou
- 1 soin cosmétique
- 1 menu avec 3 plats
- 1 serviette sauna
- 1 carte visiteur

à partir de **225 €** (TTC).



Galleries médicales et radon

Vertus curatives des profondeurs

La thérapie par le radon repose sur l'efficacité du gaz naturel rare qu'est le radon. Elle est utilisée depuis déjà plus de 100 ans. Les effets positifs de l'air pur des galeries thérapeutiques sur les voies respiratoires, lors de thérapies spécifiques, sont scientifiquement prouvés.

« Le gaz rare radon est présent partout, dans l'air et dans l'écorce terrestre, à des taux de concentration variables », explique **Anja Oswald** des Thermes Radon Revital à St. Blasien. « Si de l'eau thermale est entourée par du gaz radon, elle peut également contenir du radon », ajoute-t-elle. On attribue à l'eau thermale contenant du radon des effets apaisants et anti-inflammatoires. Le traitement par le radon a surtout montré son efficacité dans les cas suivants :

- maladies du type spondylarthrite ankylosante (morbus Bechterew), polyarthrite chronique, arthrose, certaines formes de rhumatisme des tissus mous et fibromyalgie
- troubles des voies respiratoires comme l'asthme bronchial et BPCO
- maladies de la peau comme la psoriasis, la névrodermite et la sclérodémie

La thérapie radon

Le radon naturel peut soulager les douleurs rhumatismales. « Cette amélioration a été prouvée pour les maladies rhumatismales inflammatoires et non-inflammatoires », comme le précise le **professeur Albrecht Falkenbach** du Centre de réhabilitation de Bad Ischl. « Après un traitement par le radon, les patients peuvent souvent réduire la prise de médicaments ». En Allemagne, le radon est utilisé sous forme de bains, combiné le plus souvent avec d'autres gaz curatifs. L'absorption par le corps se fait par la peau et par les poumons. L'effet du radon repose sur l'émission de particules énergétiques sur la peau et dans l'organisme intérieur, ces particules influant ensuite sur les cellules immunitaires et les transmetteurs.

Galerie thérapeutique

Dans la galerie thérapeutique, on utilise l'air pur dans sa forme d'origine. D'anciennes mines ou grottes offrent des conditions optimales pour guérir et apaiser les maladies asthmatiques. L'exposition thérapeutique dans les grottes naturelles et dans d'anciennes mines se pratique en Europe depuis le 19^e siècle.

Le microclimat des galeries est déterminé par une pureté de l'air stable sans poussières flottantes ou allergènes (pollens ou champignons). La température fraîche et l'humidité de l'air élevée influent positivement sur les voies respiratoires. Les difficultés respiratoires, la toux et les crachats diminuent et il devient alors souvent possible de réduire la médication.

Aalen: Station thermale avec galerie thérapeutique

Au cœur du Wurtemberg oriental, aux portes de l'Alb souabe, le paysage varié invite à la randonnée et au cyclotourisme.

La situation de la ville près de l'Albrauf explique la présence de deux trésors géologiques bénéfiques pour la santé. Dans un cadre romain et antique, il s'agit de se détendre et de plonger dans l'eau thermale bienfaisante des Thermes Limes d'Aalen. Les mines d'exposition du Tiefer Stollen invitent à un voyage dans les profondeurs de la terre. Vous aurez également beaucoup à découvrir dans la vieille ville et dans ses ruelles labyrinthiques et ses nombreuses maisons à colombage. Sur la place du marché, vous apprendrez où a logé Napoléon et vous en saurez plus sur l'espion d'Aalen.



© Touristik-Service Aalen

Galerie thérapeutique

La classique thérapie respiratoire dans la galerie permet aux patients souffrant de troubles des voies respiratoires ou de maladies de la peau de profiter de la pureté de l'air stable et de l'absence quasi totale de poussières. Dans ce monde souterrain bienfaisant, les curistes se retrouvent, bien enveloppés, pour se détendre sur de confortables sièges, suivis par une infirmière.

Touristik-Service Aalen

Marktplatz 2
73430 Aalen
Tel.: +49 (0) 7361 522362
Fax: +49 (0) 7361 521907
touristik-service@aalen.de
www.heilstollen-aalen.de



Aalen

Bad Kreuznach: Station thermale avec galerie radon

La station thermale de Bad Kreuznach, reconnue par l'Etat, a la réputation d'être l'une des villes d'eaux et de cure les plus belles d'Allemagne. A côté de la prévention, les infrastructures contribuent à rétablir la santé.

La ville porte le label de station thermale depuis 190 ans et compte aujourd'hui parmi les meilleures stations d'Allemagne. Avec ses 45000 habitants, la ville n'est pas seulement marquée par le thermalisme et le tourisme. Bad Kreuznach réunit les atouts de la vie urbaine et les qualités d'une station thermale et d'un lieu de vacances. On passe ainsi facilement de la vie animée dans le centre historique et dans le quartier thermal à un paysage forestier et fluvial fascinant : après une petite promenade de quelques minutes, vous vous retrouvez en plein cœur de la nature et du silence.

Une galerie de radon unique

Avec la thérapie par le radon dans la galerie, Bad Kreuznach dispose d'un remède

local unique en Europe. Depuis 100 ans, les curistes souffrant de rhumatismes viennent pratiquer la thérapie d'inhalation susceptible de réduire et d'apaiser les douleurs au moins temporairement. Dans une ancienne galerie de mercure, Bad Kreuznach a établi la première galerie du monde où l'on pratique une thérapie par le radon. On trouve des établissements comparables seulement en Autriche, en Russie et en Amérique du Sud. Nulle part ailleurs, les conditions extérieures sont aussi parfaites pour les personnes âgées ou pour celles présentant des troubles circulatoires. L'air de la galerie contient en petite quantité tout à fait inoffensive du radon, un gaz radioactif. Dans une atmosphère agréable, chaude et sèche, quasiment dénuée de poussières, les patients font des inhalations pendant une heure dans la galerie.



© Gesundheit und Tourismus für Bad Kreuznach GmbH

Gesundheit und Tourismus für Bad Kreuznach GmbH

Kurhausstrasse 22-24
55543 Bad Kreuznach
Tel.: +49 (0) 671 8360050
Fax: +49 (0) 671 8360080
info@bad-kreuznach-tourist.de
www.bad-kreuznach-tourist.de



Bad Kreuznach



© Damp Touristik GmbH

Thalassothérapie

La mer, et plus encore

« Thalassothérapie » vient du grec « thalassa », « la mer ». Elle a une longue tradition : dans l'Antiquité grecque déjà, l'eau de mer fut utilisée pour la santé. Avec la Mer du Nord et la Mer Baltique, la géographie allemande offre les meilleures conditions pour une thérapie au bord de la mer.

En Allemagne, on a commencé à se baigner dans la mer dans la station balnéaire de Heiligendamm, située au bord de la Mer Baltique, fondée en 1793 et utilisée comme lieu de villégiature par la noblesse. Aujourd'hui, la thalassothérapie est proposée dans le monde entier : sur la côte Atlantique française, tout autour de la Méditerranée, et en Allemagne, au bord de la Mer Baltique et de la Mer du Nord.

Une efficacité durable

« La thalassothérapie agit avec succès contre des maladies spécifiques et acquiert de plus en plus d'importance dans la prévention », comme le précise la professeure et climatologue médicale **Angela Schuh** de l'Institut pour la santé et la recherche sur la réhabilitation à l'Université Ludwig-Maximilians de Munich. La thalassothérapie est pratiquée au bord de la Mer Baltique et de la Mer du Nord en guise de méthode de réhabilitation dans le cas des maladies chroniques. Ces der-

nières années, on peut noter une évolution marquée vers une forme modernisée de thalassothérapie et de climatothérapie dans les stations balnéaires et thermales.

Les vertus du climat marin

La thalassothérapie, c'est d'une part une climatothérapie dans un climat marin sous forme d'héliothérapie, des bain en plein air ou des thérapies de transat en plein air, et d'autre part une cure climatique de terrain et des traitements à l'eau de mer complétés par d'autres ressources marines



© Tourist-Information Wismar-Münde



© Tourismus- und Kur GmbH, Graal-Müritz

comme les algues, la boue, la vase ou la craie sous forme d'enveloppements et de bains. A côté du suivi médical compétent, c'est surtout la situation du centre de thalassothérapie au bord de la mer qui joue un rôle prépondérant, car c'est là que peut se pratiquer l'aspect le plus important qu'est l'exposition climatique au climat marin. En raison de l'influence du climat marin, la thalassothérapie peut s'appliquer à toutes les indications de la climatothérapie, en mettant l'accent sur les maladies de la peau et les troubles respiratoires. L'inhalation d'eau de mer vaporisée près des vagues stimulent le travail de la sécrétion. Le vent frais au bord de la mer et les baignades dans la mer ont par ailleurs un effet stimulant, fortifiant et vivifiant. La thalassothérapie agit également sur les pathologies de l'appareil moteur.

Trésors de la mer

Lorsqu'on utilise des traitements externes comme les enveloppements, les bains, les

compresses, les massages ou les peelings, c'est l'effet thermique qui se trouve mis en avant et permet par exemple d'agir contre l'arthrose et autres troubles de l'appareil moteur. Par ailleurs, l'organisme est dépuré. Par les traitements de la mer, l'irrigation de la peau se trouve durablement améliorée. Les algues augmentent par ailleurs le taux d'humidité de la peau, ce qui justifie leur usage intensif dans le domaine cosmétique. Aujourd'hui, on utilise efficacement la thalassothérapie moderne surtout pour la prévention.

La saumure pour la santé

Les eaux naturelles avec une haute teneur en sel sont qualifiées de saumure. Les eaux salées existent fréquemment dans la nature, souvent combinées avec d'autres substances minérales ou gaz thérapeutiques. En s'appuyant sur des données individuelles et des objectifs thérapeutiques, le médecin de cure détermine la concentration et la température optimales pour le

traitement. Pour les bains, on conseille des concentrations de saumure entre 1 et 6%. Dans les bains de saumure thérapeutiques, la concentration est généralement entre 2 et 5%. Les inhalations de saumure permettent des taux plus bas. En règle générale, le traitement par la saumure est considéré comme une forme douce de cure.

« Les effets de la thérapie par la saumure reposent sur les propriétés physiques de l'eau salée », explique le professeur **Albrecht Falkenbach** de l'établissement d'assurances des pensions SKA-RZ à Bad Ischl. Dans les bains thérapeutiques, la haute teneur en sel favorise l'apesanteur, ce qui améliore la détente et le bien-être psychique. Après l'inhalation de saumure dans l'inhalatorium, près des salines ou près des vagues, les personnes souffrant de difficultés respiratoires connaissent des effets expectorants et voient leur respiration facilitée. Il en va de même pour les patients ayant des problèmes de respiration nasale et de sinusite.

Damp: Station balnéaire revitalisante

Située directement sur la plage de sable longue de quatre kilomètres, la « station balnéaire de la Mer Baltique quatre saisons » souhaite la bienvenue aux visiteurs et propose depuis quatre décennies des séjours reposants au bord de la mer.

Activité, alimentation, beauté, détente sont les quatre éléments de Damp Vital dédié au bien-être et à la santé. A côté de l'offre d'activités sportives, la station balnéaire Damp, avec son grand centre Vital de 4000m², et son espace thalasso intégré, est l'un des oasis du bien-être les plus vastes d'Allemagne du Nord.

La force de la Mer Baltique

Le centre thalasso Damp offre toute la gamme de thérapies marines. Les bains thalassothérapeutiques à 38°C avec des algues et du sel marin ont un effet raffermissant, désintoxiquant et hydratant. Les massages et les enveloppements aux algues, au sel marin, à l'ambre jaune ou aux galets de la Mer Baltique agissent de façon relaxante : ils assouplissent les muscles, améliorent la circulation et activent les fonctions importantes du métabolisme. Des programmes doux comme l'aquagym, la gymnastique dans les vagues ou la marche nordique complètent les effets curatifs de la thalassothérapie.



© Damp Touristik GmbH



Ostseehotel Damp

Seeuferweg 10
24351 Damp
Tel.: +49 (0) 4352 80666
Fax: +49 (0) 4352 808921
ostseebad@damp.de
www.damp-urlaub.de

Damp

Bien-être parfait, vacances parfaites

Le confort d'un séjour à l'hôtel de la mer Baltique et dans le parc de vacances de Damp, son programme bien-être relaxant pour les fans de la wellness et son offre loisirs diversifiée pour toute la famille feront de vos vacances à Damp une expérience inoubliable.

La mer Baltique séduit en toute saison : les bains de soleil et de mer en été, les promenades sur la plage et l'air vivifiant en hiver. Heureusement que les hôtes peuvent réserver leur chambre avec vue sur la mer. Votre chambre sera-t-elle standard, confort ou de luxe ? ou préférez-vous plutôt une maison de vacances confortable pour toute la famille ? A vous de choisir. Les groupes sont les bienvenus, les voyageurs individuels de même, et grâce au port de plaisance, les vacanciers peuvent même débarquer avec leur propre bateau.

Les hôtes découvrent leur programme bien-être d'excellence individualisé lors d'une expérience wellness au Centre Vital Damp. Directement situé au bord de la mer Baltique, il comprend un espace



sauna avec huit bains de vapeur – parfois avec vue sur la mer – un centre Thalasso, un oasis de parfums et de sons, un bassin de relaxation, une piscine panoramique à l'eau de mer, un espace de remise en forme et de massage professionnel, sans oublier les solariums et l'espace beauté.

Si vous craignez de piquer une tête dans la mer, vous serez tentés par le toboggan géant de 70m au paradis subtropical Aqua Tropicana avec ses 29°, vous vous laisserez arroser par la chute d'eau ou vous vous relaxerez dans le bain à bulles. Et pendant que les adultes se détendent à l'oasis wellness, les plus petits peuvent être gardés au paradis des enfants – dès 12 mois. Plus d'infos sur la station balnéaire Damp sur la Baltique sous www.damp-urlaub.de

Thalasso pour deux

Durée minimum du séjour: 3 nuits
Se détendre ensemble et sentir la force de la mer Baltique.

- 3 nuitées en chambre d'hôtel confort
- 3 demi-pensions
- 1 peeling THALGO (sel marin et huile), 20 min.
- 1 bain à bulles à l'eau de mer dans baignoire pour 2 personnes, 20 min.
- 1 massage aromatique à l'huile BABOR, 25 min.
- 1 cocktail aux algues au Vital Bar
- 1 participation à un cours Vital (Yoga, Pilates...)
- accès libre tous les jours: sauna, piscine et salle de remise en forme.

3 nuits en ch. double confort par pers. à partir de 289 €



La plus ancienne station thermale de cure marine d'Allemagne

Au beau milieu de l'estran, patrimoine de l'UNESCO, se trouvent sept îles frisonnes qui vivent au rythme des vagues, de l'eau et du vent. Norderney est l'une d'entre elles - avec sa tradition de thalasso qui remonte à plus de 200 ans.

Des plages sur des kilomètres, des chemins balisés pour courir, faire de la randonnée ou de la thalasso vous attendent au milieu du paysage unique de l'estran, patrimoine naturel mondial. On y observe à quel point la faune et la flore s'adaptent à un environnement en perpétuel changement.

Le « bade:haus norderney »

Sur l'île de Norderney, la thalasso a une tradition centenaire. Depuis, les hôtes n'ont cessé d'affluer dans la station thermale de la mer du Nord pour « recharger leurs batteries » et « changer d'air ». Depuis peu, on y trouve aussi la plus grande maison dédiée à la thalasso en Allemagne, le « bade:haus norderney » : une maison Bauhaus classée construite près de l'eau et loin de tout stress, entourée de dunes et de prairies salines, avec la plage à portée de main. Ici dominent les formes et les lignes épurées ainsi que les matériaux authentiques, tout en préservant l'architecture du bâtiment, entièrement accessible aux personnes à mobilité réduite. Cette maison est la scène parfaite pour la grande entrée en scène de l'eau.

EDEN-Award 2010

En 2010 la commission européenne distinguait pour la quatrième fois des destinations touristiques exceptionnelles mais encore peu connues qui encouragent le tourisme durable.

En tant que patrimoine naturel de l'UNESCO, l'île de Norderney s'est présentée à l'EDEN-Award (European Destinations of Excellence) avec le bade:haus, la plus grande maison thalasso d'Allemagne, et elle a terminé parmi les cinq finalistes du concours.



bade:haus Norderney

Am Kurplatz 2
DE-26548 Norderney
Tél. : +49 (0) 4932 891-300
Fax : +49 (0) 4932 891-320
zimmervermittlung@norderney.de
www.badehaus-norderney.de



Ressentez la force de la mer

Vous habitez dans un appartement directement situé dans le bade:haus Norderney pendant une semaine. La mer, le sel et la vase marine sont les éléments avec lesquels on vous chouchoute. La bade:haus est située immédiatement sur la Kurplatz et à seulement 200m de la promenade sur la plage. Vous voici au plus près de la culture, de la nature et de la thalasso.

Offre :

- 7 nuitées en appartement bade:haus
- 7 petits-déjeuners au café Extrablatt
- transfert Norddeich-Norderney et retour (personnes seulement)
- NorderneyCard (taxe de cure) avec de nombreuses offres
- entrée libre tous les jours au bade:haus Norderney

Prix pour deux personnes **898 €**

Heiligendamm: La première station balnéaire allemande

En 1793, le duc Friedrich Franz Ier de Mecklembourg Schwerin, sur recommandation de son médecin privé le professeur Samuel Gottlieb Vogel, se baigna près de la « jetée sacrée » dans la Mer Baltique, donnant ainsi naissance à la première station balnéaire allemande.

Heiligendamm possède avant tout des atouts climatiques, comme l'air humide pauvre en poussières, des fluctuations de températures peu importantes et des forêts de hêtres tout autour. Le paysage vallonné autour de Heiligendamm porte l'empreinte de la période glaciaire.

Les plages de la Mer Baltique vous invitent en toute saison. Directement derrière la plage de la « jetée sacrée » (Heiliger Damm) se trouve la zone naturelle protégée et réserve ornithologique du Lac de Convent. De vastes champs pleins de couleurs et des prés verts alternent avec des forêts mixtes magnifiques de hêtres et de conifères.

Succès médicaux remarquables

Heiligendamm est sans doute le premier lieu sur la côte de la Mer Baltique où l'on a utilisé les vertus curatives de l'eau salée à des fins thérapeutiques. Les agents actifs de la mer et du climat font de Heiligendamm le lieu parfait pour des vacances santé. L'association d'un séjour à la mer avec les randonnées à travers les forêts de hêtres et les prés, ainsi qu'avec les traitements au remède naturel de la tourbe dans la clinique thermale de Bad Doberan, et avec l'eau de la Mer Baltique à Heiligendamm, garantissent des succès remarquables.



Tourist-Information u. Zimmervermittlung Bad Doberan-Heiligendamm

Severinstrasse 6
18209 Bad Doberan
Tel.: +49 (0) 38203 62154
Fax: +49 (0) 38203 77070
info@bad-doberan-heiligendamm.de
www.bad-doberan-heiligendamm.de



Boltenhagen: Station balnéaire reconnue par l'Etat

Une légère brise de vacances souffle dans la station balnéaire de Boltenhagen. Un climat entièrement sain et des plages bien entretenues sont complétés à merveille par le nouveau centre-ville.

Avec son climat marin sain et sa vaste gamme de formules thérapeutiques, la station balnéaire de Boltenhagen, reconnue par l'Etat, offre des conditions idéales pour reposer l'âme et le corps. Ce paradis se situe entre Lübeck et Wismar : avec sa plage de sable blanc, son eau claire, ses falaises, sa jetée, son monument du ras de marée sur les hauteurs de la Paulshöhe, Boltenhagen compte parmi les plus anciennes stations balnéaires d'Allemagne.

Thalasso : les vertus de la mer

Un climat doux et stimulant à toutes les saisons est un véritable baume pour l'âme et le corps. Votre santé est prise en main grâce aux Thermes balnéaires, avec sa piscine d'eau de mer, sa buvette thermale et aux infrastructures thermales offrant les prestations nécessaires de la thérapie balnéologique et physiologique. La mer permet de profiter de l'air marin sain, l'eau de mer, le vent, le soleil et la plage de sable. Aucun élément n'agit avec autant de puissance sur les sens humains que la mer. Les vertus curatives de la mer constituent une sorte de pharmacie maritime pour l'homme.



Kurverwaltung Ostseebad Boltenhagen

Ostseeallee 4
23946 Ostseebad Boltenhagen
Tel.: +49 (0) 38825 3600
Fax: +49 (0) 38825 36030
ostseebad-boltenhagen@t-online.de
www.boltenhagen.de

Graal-Müritz: Une station balnéaire de tradition ancienne

Dès 1877, le Dr Carl v. Mettenheimer, le médecin personnel du duc du Mecklembourg, a su exploiter les particularités thérapeutiques et climatiques de la future station balnéaire de Graal-Müritz.

Graal-Müritz, l'une des plus belles stations balnéaires du Mecklembourg-Poméranie occidentale, s'étend sur 5 km de la côte de la Mer Baltique. Idylliquement située aux portes de la presqu'île de Fischland / Darss / Zingst, entourée par la lande de Rostock et à proximité de la ville hanséatique de Rostock, cette charmante station balnéaire regorge d'atouts.

Microclimat exceptionnel

D'un côté, la Mer Baltique et la magnifique plage de sable fin, de l'autre, les forêts épaisses de la lande de Rostock : voilà Graal-Müritz. Le mélange unique de la mer, de la forêt et de la tourbière suscite un microclimat bénéfique aux effets positifs pour la peau, les voies respiratoires, le cœur et la circulation. Le « drapeau bleu » signale depuis de nombreuses années la qualité supérieure de l'eau de mer de Graal-Müritz. Ce label n'est décerné par la Société allemande de l'environnement que si la qualité de l'air et de l'eau répond aux exigences très strictes des normes de l'UE.



Tourismus- und Kur GmbH

Rostocker Strasse 3
18181 Graal-Müritz
Tel.: +49 (0) 38206 7030
Fax: +49 (0) 38206 70320
touristinformation.tuk@graal-mueritz.de
www.graal-mueritz.de

Station balnéaire Heringsdorf: La Mer Baltique pour les connaisseurs

Heringsdorf fait partie des stations balnéaires les plus anciennes et les plus grandes sur l'île d'Usedom. Une promenade au bord de la plage d'environ dix kilomètres relie Heringsdorf à ses localités voisines Ahlbeck et Bansin.

Ces trois stations balnéaires sont également appelées ensemble « Les trois stations balnéaires impériales », car elles étaient jadis fréquentées par l'aristocratie allemande. Aujourd'hui encore, la localité est composée d'édifices charmants et de parcs généreux. L'une des caractéristiques de la station balnéaire, c'est aussi sa situation maritime sur la côte de la Mer Baltique et la vaste offre qui utilise les vertus de la mer.

Thalasso au plus haut niveau

Avec les trois stations balnéaires impériales, la thalassothérapie au bord de la Mer Baltique a trouvé des lieux parfaits pour s'épanouir. Les méthodes thérapeutiques et médicales savent exploiter les

effets bénéfiques de la mer, de l'air et du climat sur l'homme et leur intégration dans la thérapie, la réhabilitation et la prévention. On utilise alors les effets de la climatothérapie et de la thérapie balnéologique. La thalassothérapie est une cure intégrale à la fois traditionnelle et moderne qu'on peut parfaitement combiner avec un séjour à la mer.

En 2008, l'Association Européenne des spas a fixé pour la première fois des critères de qualité pour la thalassothérapie et a décerné un prix à une station balnéaire : la commune et station balnéaire de Heringsdorf a reçu le prix « Premium Thalasso Europe » qui certifie la présence de ces critères stricts.



Eigenbetrieb Kaiserbäder Insel Usedom

Waldstrasse 1
17429 Seebad Bansin
Tel.: +49 (0) 38378 24419
Fax: +49 (0) 38378 24455
info@drei-kaiserbaeder.de
www.drei-kaiserbaeder.de
www.usedom.de



Warnemünde: Station balnéaire avec attractions maritimes

Dans la station balnéaire moderne de Warnemünde, les curistes peuvent apprécier la vaste plage de sable, respirer l'air marin sain et explorer l'incomparable paysage côtier.

Des croisières élégantes aux concerts thermaux en passant par l'oasis wellness, le théâtre et le marché de l'artisanat : la station balnéaire de Warnemünde au bord de la Mer Baltique se prête à un séjour en toute saison. L'été, c'est un paradis balnéaire ensoleillé, l'automne, l'hiver, une région magnifique pour randonneurs et adeptes du wellness, et toute l'année, une station balnéaire incomparable avec une flopée d'événements maritimes. A côté de la thalassothérapie originale avec bains agréables d'algues et d'eau de mer, Rostock propose également un tour du monde wellness, une cure Schroth ou encore un traitement Kneipp.

Climat marin aux effets curatifs

La nature contribue au succès des cures et des traitements wellness modernes. Le climat marin bénéfique et l'air doux dans la région forestière de la lande de Rostock se complètent parfaitement. Une promenade sur la plage fait des merveilles : l'air de la Mer Baltique est salée et excellent pour la santé.



Warnemünde

Tourist-Information Warnemünde

Am Strom 59, Ecke Kirchenstrasse
18119 Rostock-Warnemünde
Tel.: +49 (0) 381 548000
Fax: +49 (0) 381 5480030
touristinfo@rostock.de
www.rostock.travel



Zingst: Détente pure dans la station balnéaire

La station balnéaire de Zingst, située entre la Mer baltique et le Boden, avec ses 18 km de plages de sable fin et ses conditions climatiques naturelles, offre le cadre idéal pour un séjour santé et détente en toute saison.

En 2002, Zingst a reçu sa qualification de station balnéaire. Le remède local qu'est l'eau de mer trouve une utilisation multiple et compétente au Centre thérapeutique. Et on peut en profiter tout simplement et de façon individuelle en se promenant sur la plage, en marchant dans l'eau, en nageant, en faisant des randonnées ou en inhalant l'air riche en ozone.

Une harmonie exceptionnelle

A Zingst vous attend un mélange harmonieux unique entre les données naturelles, comme la plage de sable fin, les paysages idylliques du parc national et ses forêts et prés verdoyants, l'air pur et le climat simulant et vivifiant.

Les possibilités thérapeutiques sont adaptés aux curistes et incluent le traitement par des remèdes naturels, comme la tourbe naturelle et l'eau de mer, sans oublier les nombreuses méthodes médicales et les traitements wellness. Flotter dans la mer, affermir le corps en nageant, faire du bien aux articulations, voilà de la détente pure pour l'âme et le corps.

Le paysage naturel unique, qu'on peut explorer ici sur de multiples chemins et au plus près de la nature, les infrastructures adaptées aux piétons et aux vélos dans la ville, ainsi que l'offre culturelle variée, se complètent à merveille.



Kur- und Tourismus GmbH

Seestrasse 56/57
18374 Ostseeheilbad Zingst
Tel.: +49 (0) 38232 8150
Fax: +49 (0) 38232 81525
info@zingst.de
www.zingst.de

Zingst





GRAND CITY
HOTELS & RESORTS

A CHAQUE CURE, UN CADRE ADAPTÉ

D'innombrables sources thermales dans des stations de cure charmantes garantissent des possibilités de régénération pour le corps et l'esprit remarquables dans toute l'Allemagne. Dans les oasis de repos renommées du nord au sud, les Grand City Hotels & Resorts offrent

des destinations de vacances de premier ordre pour les amateurs de nature, de santé ou d'installations aquatiques régénératrices. Que ce soit à titre préventif ou de régénération – avec les Grand City Hôtels vous resterez toujours en forme et vital.

VOILA CE QUE NOUS ENTENDONS PAR REPOS:

- Un environnement dans un splendide parc
- Des applications médicales de cure
- Des programmes de santé et de diététique
- De l'eau thermale dans les piscines et les baignoires
- Des salons de beauté et des centres de remise en forme

Les offres des divers hôtels peuvent varier

- Piscine, saunas, et bains de vapeur
- Des offres et des arrangements d'installations aquatiques régénératrices
- Des chambres avec des vues panoramiques
- Des sites idéaux pour le cyclisme, le promenade & les marches nordiques
- Des offres de loisir pour tout le monde

www.grandcityhotels.com

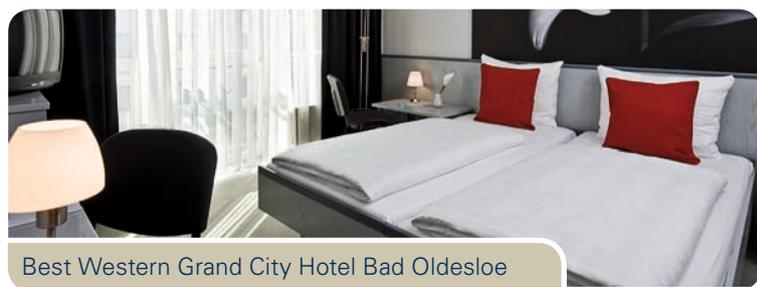
Ou téléphone gratuit: 0800 88 70 88 0



85 HÔTELS EN ALLEMAGNE, EN AUTRICHE ET EN EUROPE



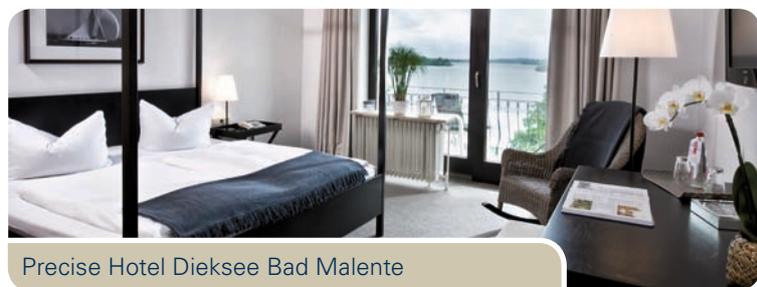
Radisson Blu Badischer Hof Hotel, Baden-Baden



Best Western Grand City Hotel Bad Oldesloe



Mercure Hotel Köhlerhof Bad Bramstedt



Precise Hotel Dieksee Bad Malente



Precise Hotel Bristol Bad Kissingen



Axelmannstein Hotel Bad Reichenhall



All you
need is
Kur!



Die
Kur

Gütesiegel des Deutschen
Heilbäderverbandes e.V.

Des vacances pour votre santé

Une cure soigne le corps et l'âme. Relaxez-vous et rechargez vos batteries pour vous préparer à affronter le quotidien. En prévention ou en réhabilitation, en cas de problèmes de dos ou de stress – les remèdes curatifs et les procédés naturels locaux réveillent les centres vitaux et vous remettent en forme pour repartir d'un pas léger.

Repérez le label de qualité de l'association allemande des bains thermaux et découvrez l'excellence et la qualité en matière de détente dans les stations thermales et les villes d'eau d'Allemagne!

www.die-neue-kur.de

L'Allemagne
Vacances entre amis

