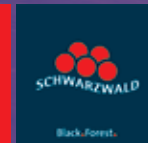


balinea thermen bad bellingen



Les Thermes Balinea et sa
grotte de sel de la Mer Morte



Heures d'ouverture Bains thermaux & parc de saunas

Tous les jours 10H00 à 22H00



Une station thermale au coeur
d'un environnement verdoyant




Le temps est précieux ... comme notre eau thermale. Profitez des deux à la fois aux Thermes Balinea.

Aux Thermes Balinea, plongez dans une **eau thermale** entre 34 et 36 °C. Cette température correspond à ce qu'on appelle la «zone de confort»: elle est perçue comme n'étant ni trop chaude, ni trop froide, mais tout simplement agréable. Venir aux Thermes Balinea, c'est donc faire l'**expérience d'un bien-être total** tout au long de l'année. L'eau thermale est excellente pour la santé et également la solution idéale pour se détendre, s'évader du quotidien, profiter d'un temps pour soi au coeur d'un cadre verdoyant.



Notre station thermale

- plus de 1000 m² de bains
- bassin de la source d'eau chaude originale
- deux grands bassins extérieurs avec canal à courant, bains bouillonnants en position allongée, sièges bouillonnants, buses de massage, etc.
- grand bassin intérieur pour les journées plus fraîches
- pelouse avec chaises longues confortables
- Spa „Wellness-Welt“ pour soins et massages
- Balinea Fit-Bar avec service intérieur et extérieur



Une des meilleures eaux thermales d'Allemagne.

Bien-être. Détente. Santé.

En raison de sa **haute teneur en sels minéraux et en acide carbonique**, l'eau minérale et thermale de Bad Bellingen compte parmi les meilleures en Allemagne. Cette **eau riche** facilite les mouvements, améliore la circulation du sang et a un effet apaisant et relaxant sur votre corps. La chaleur agréable active la **circulation sanguine** de la peau, réduit le tonus musculaire et **relâche les muscles crispés**. Très recommandé pour des troubles articulaires, le rhumatisme, l'arthrose et en cas d'épuisement psychique et physique.

Mode d'action de l'eau thermale de Bad Bellingen

Stimulation thermique = Stimulation par la chaleur de l'eau
34 - 36°C : Température idéale pour la **détente musculaire**. Grâce à la chaleur, la tolérance à la douleur est augmentée. Dans l'eau thermale de Bad Bellingen, les mouvements, qui d'habitude sont douloureux, peuvent être effectués **sans ou avec beaucoup moins de douleurs**.

Effet hydro-mécanique = flottaison du corps

Dans l'eau, le corps semble perdre 9/10 de son poids – autant que pèse

l'eau qu'il déplace. La teneur élevée en minéraux (4,5 g/l) de l'eau thermale de Bad Bellingen intensifie cet **effet de flottaison**. De ce fait, les mouvements peuvent être fait avec beaucoup moins de force musculaire et donc plus souvent qu'en dehors de l'eau. L'effet de flottaison aide à **stabiliser** la position droite du **dos** et **soulage** ainsi tous les autres muscles sollicités, ce qui leur permet de **se détendre**.

Indications

Maladies inflammatoires et rhumatismales

Polyarthrite chronique · Rhumatisme articulaire en subaigu · Arthrite psoriasique · Maladie de Bechterew · Arthrite · Goutte

Rhumatismes extra-articulaires

Rhumatismes musculaires (fibromyalgie) · Ténosynovite · Bursite · Syndrome scapulo-huméral

Maladies dégénératives des os et des muscles

Ostéoporose · Dystrophie musculaire

Maladies liées à l'usure des articulations de la colonne vertébrale

Arthrose déformante, en particulier arthrose des articulations du genou et des hanches ainsi que leur traitement post-opératif · Spondylarthrose · Maladies de la colonne vertébrale (spondylarthrite) · Lésions discales / hernie discale et leur traitement post-opératif · Lésions posturales · Insuffisance musculaire statique de la colonne vertébrale · Maladie de Scheuermann

Maladies neurologiques

Paralysies après accident vasculaire cérébral (AVC) · Névralgies · Sciatique

Contre-indications

Inflammations aiguës, maladies aiguës · Hyperthyroïdie
Tumeurs malignes, épilepsie

Composition

Chlorure de sodium	1.060 / 2.040 mg/kg
Améliore la circulation sanguine, crée une impression de chaleur	
Calcium	355 mg/kg
Hydrogencarbonate	(845 mg/kg)
Calcium et bicarbonate de sodium préviennent localement les inflammations	
Sulfate	(152 mg/kg)
Influence positive sur les pathologies articulaires dégénératives et inflammatoires	
Gaz carbonique	1.010 mg/kg
„Entraînement“ de la régulation vasculaire périphérique = Thérapie douce d'exercice cardiaque	
Magnésium	118 mg/kg

Sources et température d'émergence

Source	Température d'émergence	Mise en exploitation
St. Leodegar-Quelle	38,0°C	1963
Eberhard-Stotz-Quelle	40,7°C	1974
Markus-Ruf-Quelle	38,0°C	2008
Dieter-Hoffmann-Quelle	32,2°C	2018

Température des bassins

Bassin intérieur	env. 34 - 35°C
Bassin extérieur avec canal à courant	env. 32 - 34°C
Bassin extérieur à bulles	env. 33 - 34°C
Bassin source d'eau chaude originale	env. 35 - 36°C

Espace sauna Balinea En pleine verdure.



600 m² de sauna et de pur plaisir

L'espace sauna Balinea fait honneur à son nom. On y transpire et on s'y détend en pleine verdure! Même à l'intérieur, **la nature est toute proche**. De vastes pelouses, des matériaux naturels nobles et de nombreuses verrières laissent passer l'air et la lumière du jour pour permettre de respirer tout en créant une ambiance conviviale.

- cinq saunas à température différente (avec musique, senteurs et jeux de lumière)
- Bain de vapeur et «Feuertopf» (bassin d'eau chaude)
- grand espace extérieur, bassin et parc naturistes à l'abri des regards
- douches, bassin d'eau froide
- aspersion des pierres chaudes toutes les heures



notre
astuce

Peignoir et serviette de bain oubliés?

Pas de problème, vous pouvez les louer à la réception des thermes. 7,00 € le peignoir et 5,00 € la serviette pour la journée.

Wellness-Welt – Soins classiques et prestations haut de gamme



Le summum de la détente.

Une journée parfaite aux Thermes Balinea comprend également la visite de notre Wellness-Welt. Notre Spa propose de nombreuses possibilités pour rétablir l'harmonie entre corps et esprit. Vous vous sentez épuisé ? Vous avez besoin de faire une pause ? Alors vous êtes au bon endroit.



Informations importantes

- Les soins et massages du Wellness-Welt sont uniquement sur rendez-vous. Ce temps vous est exclusivement réservé. Une annulation sans frais est possible jusqu'à 24 heures avant le début du soin.
- Veuillez vous présenter 30 minutes avant votre rendez-vous à l'accueil des thermes et dix minutes avant votre rendez-vous au centre de bien-être.
- Les traitements dans Wellnes-Welt sont possibles à partir de 18 ans.

Prise de rendez-vous : +49 7635 8080 • info@balineathermen.de
en ligne : shop.balinea.de



Massages

Massage Corporel Intégral

Détendu(e) de la tête aux pieds !
Massage pour **relâcher les muscles du corps**.

54,00 €*
env. 40 min.

Massage Fitness

Massage du dos, de la nuque et des jambes. Relâche les muscles et les tonifie tout en **éliminant les tensions**.

42,00 €*
env. 30 min.

Massage Bien-être aux Huiles

Massage du dos et de la nuque aux **huiles de massage haut de gamme**.

32,00 €*
env. 20 min.

Massage des Sens à la Brosse et au Savon

Massage à la brosse souple et au **savon aromatique nourrissant Bio** p. ex. miel-olive, lavande

27,00 €*
env. 20 min.

Massage Classique à la Brosse et au Savon

Massage au savon avec une brosse souple pour favoriser la **circulation sanguine** à la surface de la peau : effet purifiant et nourrissant.

24,00 €*
env. 15 min.

Peelings

Gommage à l'Huile & au Sel de Mer

Un mélange alliant sel de la mer Morte et d'huile d'amande douce débarrasse le corps des cellules sèches de la peau.

30,00 €*
env. 20 min.

Intensité

Soins au hammam

Sur les traces du sultan

Traitement du corps entier avec des jets d'eau chaude. Gommage avec des gants de soie, massage au ballon, massage à la mousse, Massage au savon de tête.

80,00 €*
env. 50 min.

Hamam Juwel

Traitement du corps entier avec des jets d'eau chaude. Gommage avec des gants de soie, massage au ballon, massage à la mousse, massage au savon de tête, thé et pâtisseries.

103,00 €*
env. 70 min.



Bains

Ambiance exclusive, bains enrichis en **actifs nourrissants, huiles essentielles** et eau à température idéale : offrez à votre peau une bonne dose de soins. Aussi réservable pour 2 personnes.

Bain bien-être

La combinaison **huiles essentielles** et eau chaude bienfaisante offre à la peau soin et détente.

45,00 €*
env. 30 min.

Le résultat : une peau douce et souple et une **sensation de bien-être**.



Nos forfaits journée

Vous ne disposez que d'une journée ? Nos forfaits sont parfaits pour vous.

Balinea Romantik für zwei

204,00 €

pour 2 pers.

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea p. pers.
- 1 serviette de bain & 1 peignoir (prêt) p. pers.
- Bain bien-être / bain de lait Indocéane à deux (env. 30 min.)
- 1 massage corporel intégral p. pers. en cabine couple (env. 40 min.)
- 1 verre de mousseux & bouchées au chocolat p. pers.
- 1 thé spécial détente p. pers.

Balinea Special Body Balance

93,00 €

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea
- 1 serviette de bain & 1 peignoir (prêt)
- 1 massage corporel «Relax-to-Balance» (env. 40 min.)
- 1 boisson Balinea Fit-Drink
- 1 assiette de salade vitalité Balinea

Balinea Wellness-Tag

81,00 €

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea avec accès à l'espace sauna
- 1 serviette de bain & 1 peignoir (prêt)
- 1 boisson sauna Balinea
- 1 assiette de salade vitalité Balinea
- 1 massage 100% bien-être aux huiles (env. 20 min.)

Balinea Peeling & Genuss

62,00 €

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea avec accès à l'espace Sauna
- 1 boisson sauna Balinea
- 1 assiette de salade vitalité Balinea
- 1 peeling aux huiles et sel de mer (env. 20 min.)

Balinea Relax

55,00 €

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea
- 1 massage 100% bien-être aux huiles (env. 20 min.)

Balinea Harmonie

55,00 €

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea
- 1 massage 100% bien-être aux huiles (env. 20 min.)
- 1 entrée pour la grotte au sel de la Mer Morte

Balinea Sauna, Salz und Therme

34,00 €

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea avec accès à l'espace sauna
- 1 entrée pour la grotte au sel de la Mer Morte



Grotte de sel au sel de la Mer Morte Inspirer. Expirer. Se ressourcer !



Libère les voies respiratoires, apaise la peau, détend.

C'est un **microclimat unique** qui a été recréé dans la Grotte de sel Balinea au sel de la Mer Morte. L'air y est riche en **ions salins**. Cet air salin apporte à chaque inspiration **des minéraux et des micro-éléments essentiels au bon fonctionnement de l'organisme**. Il augmente les performances physiques et intellectuelles et **renforce les défenses de l'organisme**. La grotte est constituée de **12.000 briques de sel de la Mer Morte** qui ionisent l'air. L'air salin est riche en iode, calcium, magnésium, potassium, sodium, chlorures, fer, sélénium.

Le sel de la Grotte Balinea provient de la Mer Morte. Il dispose d'un important pouvoir de dissolution et est plus riche que le sel gemme. En cas de problème de thyroïde, veuillez consulter votre médecin traitant avant toute séance en grotte de sel.

La grotte de sel peut être réservée indépendamment des thermes.

Ici, la santé devient vite un loisir.

Dans la grotte familiale, le motif véritable de la séance devient vite accessoire pour les enfants. La grotte est en effet **équipée de jeux**. En jouant sur le sol riche en sel et grâce au contact direct avec la peau, **les effets bénéfiques du sel** sont encore plus intenses. Partager un moment familiale dans la grotte de sel contribue non seulement à la bonne santé de vos enfants mais aussi à la votre ! Uniquement sur rendez-vous. Visitez la grotte de sel familiale avec vos enfants et profitez de nos nouvelles cartes familiales à prix réduit.

Horaires la grotte de sel

Du lundi au jeudi & dimanche :
11.00 à 19.00 heures (dernière entrée 18.00 heures)

Vendredi et samedi :
11.00 à 21.00 heures (dernière entrée 20.00 heures).

Début à chaque heure pleine.

Prise de rendez-vous et réservation.

Réservation en ligne ou à la réception des Thermes Balinea - Tél. +49 7635 8080

Les bienfaits de la grotte de sel Balinea selon les saisons

Printemps

Au printemps commence pour beaucoup la délicate saison des allergies. Des séances à la grotte de sel permettent de rendre cette période plus supportable. L'inhalation régulière d'air salin aide en effet à **diminuer les symptômes liés aux allergies**.

Été

En été lorsque les températures atteignent plus de 35°C, la grotte de sel permet de se **rafraîchir**. La température ambiante y est réglée à 21°C. Plus particulièrement en cas de maladies de peau ou de réactions allergiques, la fraîcheur de son climat permet à votre peau de faire une **pause apaisante** loin de la chaleur et des rayons solaires.

Automne

Quand le temps se rafraîchit commence la saison des rhumes. En mi-saison beaucoup souffrent des **symptômes du rhume ou de la grippe**. La grotte de sel peut être alors d'un grand soutien pour préparer votre système immunitaire à l'hiver qui approche. Des séances régulières dans la grotte permettent de **renforcer votre système immunitaire** et de prévenir les symptômes du rhume.

Hiver

Si le rhume est déjà déclaré, l'air salin permet d'en soulager les maux. Le sel **dégage les bronches**, a un **effet expectorant** et aide au processus de guérison.

Aire de camping-car Confortable et pratique, situé à l'entrée du parc, devant les thermes

L'aire de camping-car jouxte directement le parc thermal de Bad Bellingen et se trouve à quelques pas des thermes Balinea. Un supermarché, des restaurants, des bars à vin et le centre-ville sont accessibles à pied.

Équipement : alimentation en eau et évacuation des eaux usées, électricité, Wifi / douches et WC dans les thermes / WC dans la Kurhaus, Kurmittelhaus et le foyer des thermes / sol en bitume

Remarques : L'emplacement est adapté pour un court séjour jusqu'à trois nuits. Pour les visiteurs disposant d'un certificat médical pour une prestation de prévention ou une cure, le séjour peut être prolongé. Les caravanes et les remorques ne sont pas autorisées. Pour des séjours plus longs avec un plus grand confort, nous recommandons l'utilisation du camping Lug ins Land dans le quartier de Bamlach.



Bade- und Kurverwaltung Bad Bellingen GmbH
Badstraße 14 · D-79415 Bad Bellingen · Tél. +49 7635 8080
info@bad-bellingen.de · www.bad-bellingen.de · www.balinea.de

Concept et design : Annika Franz, Rebecca Maßmann | Bielefeld
Photos : Bad Bellingen, Thalgo, AdobeStock