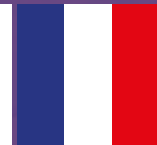


balinea thermen bad bellingen



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





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-humérale

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 cérébrale (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

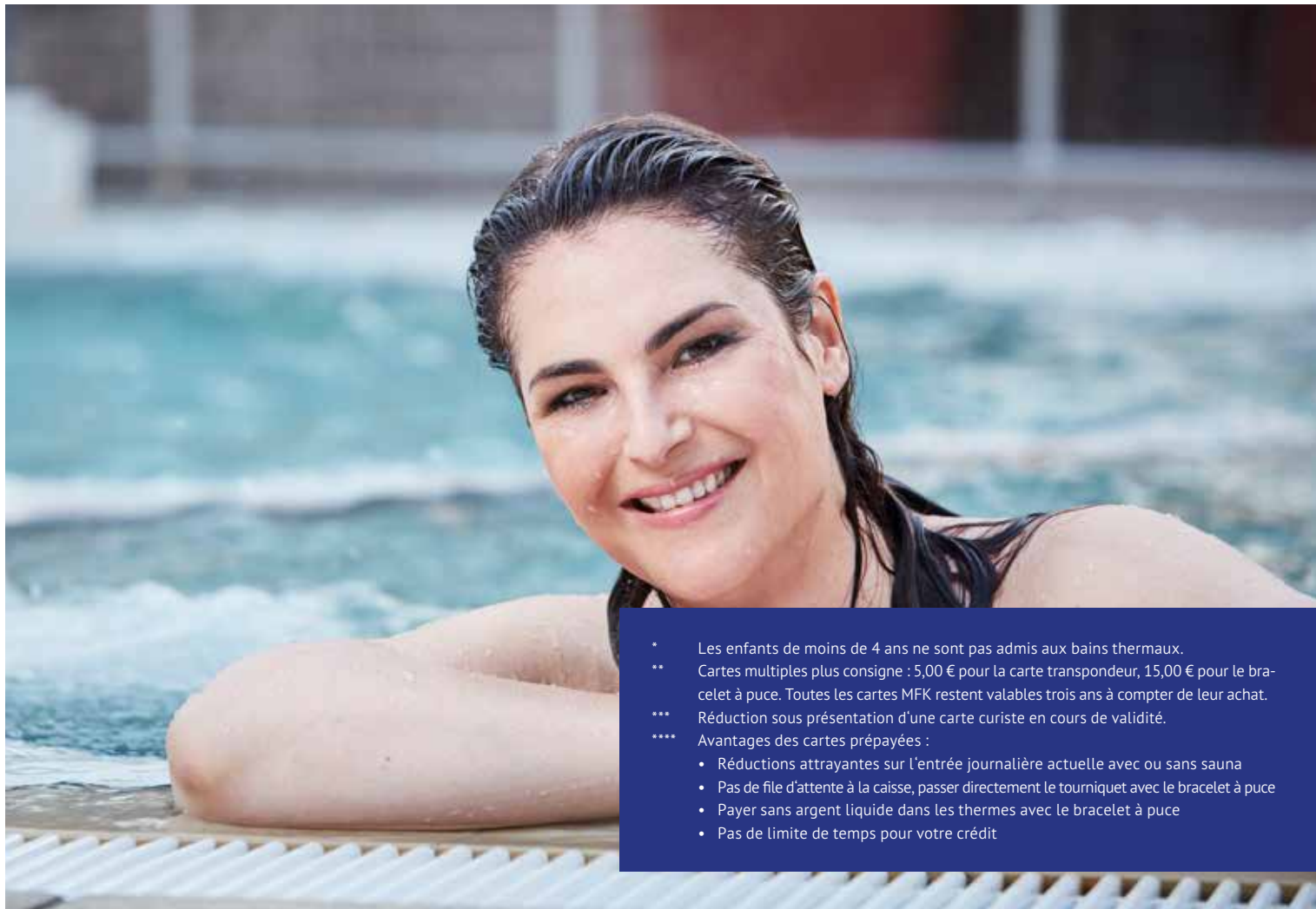
Espace sauna Balinea – En pleine verdure.



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



- * Les enfants de moins de 4 ans ne sont pas admis aux bains thermaux.
- ** Cartes multiples plus consigne : 5,00 € pour la carte transpondeur, 15,00 € pour le bracelet à puce. Toutes les cartes MFK restent valables trois ans à compter de leur achat.
- *** Réduction sous présentation d'une carte curiste en cours de validité.
- **** Avantages des cartes prépayées :
 - Réductions attrayantes sur l'entrée journalière actuelle avec ou sans sauna
 - Pas de file d'attente à la caisse, passer directement le tourniquet avec le bracelet à puce
 - Payer sans argent liquide dans les thermes avec le bracelet à puce
 - Pas de limite de temps pour votre crédit

Tarifs Bains thermaux

Horaires	Bains	Espace sauna
Täglich	10h00 - 22h00	10h00 - 22h00
Tarifs***	Bains avec carte curiste***	Bains & espace sauna avec carte curiste***
Carte individuelle lundi - vendredi	17,90 € 15,90 €	26,40 € 24,40 €
Carte individuelle samedi / dimanche / jours fériés	19,90 € 17,90 €	28,40 € 26,40 €
Enfants (4 - 15 ans)*	14,40 €	22,90 €
Carte 6 séances**	98,00 € 92,00 €	149,00 € 143,00 €
Carte 10 séances**	159,00 € 149,00 €	244,00 € 234,00 €
Supplément sauna	8,50 €	-
Tarif soirée à partir de 18h00 lundi - vendredi	15,90 €	24,40 €
Tarif soirée à partir de 18h00 sa. / di. / jours fériés	17,90 €	26,40 €
Carte 10 séances tarif soirée**	149,00 €	234,00 €
Cartes familiales		
1 adulte / 2 enfants*	42,20 €	-
2 adultes / 1 enfant*	46,20 €	-
Carte rechargeable (avec validité illimitée)****		
	100,00 €	(10% de réduction pour les cartes individuelles)
	250,00 €	(20% de réduction pour les cartes individuelles)
	500,00 €	(30% de réduction pour les cartes individuelles)
	1.000,00 €	(35% de réduction pour les cartes individuelles)

Prix valables à partir du mars 2023. Sous réserve de modifications.



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 massages et soins non honorés ou annulés moins de 24h avant le début du rdv seront facturés dans leur intégralité.
- Les traitements dans Wellnes-Welt sont possibles à partir de 18 ans.

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

Vous êtes sur place et n'avez pas de rdv ? Vous pouvez demander à l'accueil si des créneaux sont libres.



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 ■ ■ ■



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**.

THALGO
LA BEAUTE MARINE





Day Spa

Vous ne disposez que d'une journée? Nos programmes Day Spa sont exactement ce qu'il vous faut.

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 Ayurveda

107,00 €

- 1 entrée journée aux Thermes Balinea
- 1 entrée pour la grotte au sel de la Mer Morte
- 1 massage corporel aux huiles Abhyanga (env. 90 min.)

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 des «sens» à la brosse et au savon parfumés (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



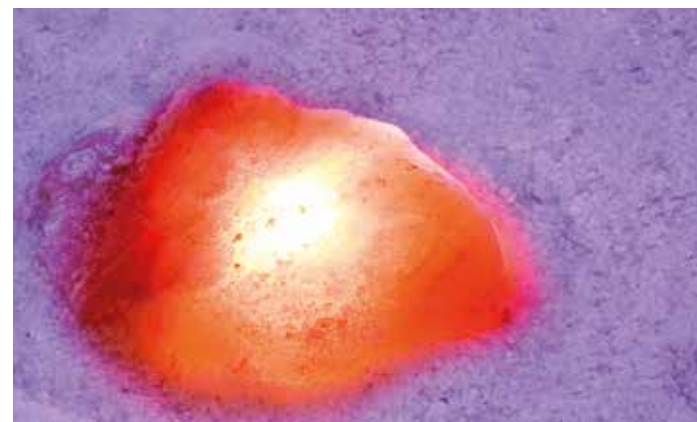
Grotte de sel au sel de la Mer Morte – Inspirer. Expirer. Se ressourcer !

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. La grotte de sel familiale peut accueillir jusqu'à deux enfants et deux adultes.

Réservation nécessaire.

Horaires la grotte de sel

Tous les jours :
de 11h00 à 19h00 (dernière séance à 18h00)

Début à chaque heure pleine. Réservation conseillée.

Informations et réservations à l'office de tourisme ou à la réception des Thermes Balinea · Tél. +49 7635 8080

Horaires sous réserve de modification.

Tarifs	normal	avec carte curiste
Adultes (à partir de 16 ans)		
Einzelkarte	10,00 €	9,00 €
10er-Karte*	90,00 €	81,00 €
5er-Karte*	47,50 €	42,50 €
Personnes à mobilité réduite (à partir de 50%)		
Einzelkarte	8,00 €	7,50 €
Enfants (de 8 à 15 ans)		
1 séance	8,00 €	
Carte de 10 séances*	72,00 €	
Carte de 5 séances*	37,50 €	
Enfants (jusqu'à 7 ans)	gratuit	

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