



SONNENHOF
THERME
BAD SAULGAU

Spüren Sie
die Kraft
unseres
Wassers



Staatlich
anerkannte
Heilquelle



Ihre Sonnenhof- Therme

Erleben Sie **Wellness** und **Gesundheit** auf höchstem Niveau in unserer staatlich anerkannten **Heilquelle**, der Sonnenhof-Therme in Bad Saulgau. Genießen Sie die heilsame Wirkung unseres schwefelhaltigen Thermalwassers, entspannen Sie in unserer **Saunawelt** und lassen Sie sich im **Therapiezentrum** rundum verwöhnen. Für Fitnessliebhaber bieten wir einen modernen **Trainingsbereich**, und unser Thermalbad-**Restaurant** verwöhnt Sie mit leichten, frischen Gerichten. Wohnmobilisten finden direkt an der Therme 53 komfortable **Wohnmobilstellplätze** – ideal für eine erholsame Auszeit. Tauchen Sie ab und genießen Sie pure Entspannung in der Sonnenhof-Therme Bad Saulgau, Ihrer Wohlfühloase im Herzen Oberschwabens.

Thermalbad



Willkommen in der Sonnenhof-Therme – Ihrer Oase der Ruhe und Erholung! Unsere moderne, lichtdurchflutete Therme bietet auf 900 m² eine entspannte Atmosphäre, um dem Alltag zu entfliehen. Täglich sprudeln bis zu **1,5 Millionen Liter** heilendes, schwefelhaltiges Quellwasser aus 650 m Tiefe direkt in unsere Becken. Genießen Sie die **heilenden Eigenschaften des Wassers** in **sechs Thermalbecken** und einem **Strömungskanal**. Entspannen Sie im stillen **Quellbecken** mit 40 °C oder erleben Sie die belebende Wirkung unserer Attraktionen: **Wasserfälle**, **Massagedüsen** und **Unterwassersprudler** bei angenehmen 28 °C bis 40 °C. Lassen Sie sich treiben und finden Sie zu sich selbst – die Sonnenhof-Therme ist der perfekte Ort für Körper und Seele!



Spüren Sie die Kraft unseres Wassers

- ~ Innenbecken 35 °C
- ~ Außenbecken 36 °C
- ~ Schwimmerbecken 30 °C
- ~ Strömungskanal 36 °C
- ~ Quellbecken 40 °C
- ~ Kaskadenbecken 37 °C
- ~ Kneippbecken
- ~ Römisches Dampfbad
- ~ Sole-Dampfbad
- ~ Therapiebecken 34 °C

Sauna



In unseren vier großzügigen **Saunen** können Sie bei Temperaturen von 70°C bis 95°C Ihre Gesundheit stärken und neue Energie tanken. Wählen Sie zwischen **sanften Aufgüssen** im Niedrigtemperaturbereich oder **intensiveren Saunagängen** im klassischen Bereich – perfekt abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse. Besonders wohltuend sind unsere **Salz, Creme oder Eisaufgüsse**. Nach der Sauna erfrischen Sie sich im **Wechseltauchbecken**, um den Kreislauf anzuregen, und gönnen sich anschließend auf unseren **Ruhebänken** vor dem Kamin eine wohlverdiente Auszeit. Unsere Saunaduschen verwöhnen mit schwefelhaltigem Thermalwasser – ein echtes Plus für die Hautgesundheit und Pflege. In unserem **Bistro** erwartet Sie eine köstliche Auswahl an Getränken, Kaffee und Kuchen, frischen Salaten sowie gesunden Speisen – perfekt für eine genussvolle Auszeit.

Wärme, die berührt

- ~ Sauna „Blockhaus“ 95 °C
- ~ Sauna „Farbenspiel“ 100 °C
- ~ Finnische Sauna 90 °C
- ~ Sauna „Himmelsblick“ 80 °C
- ~ Tauchbecken
warm & kalt
- ~ Saunagarten
- ~ Kaminecke
- ~ Bistro



Exklusiv für Damen:

Jeden Dienstag heißt es in der Sonnenhof-Therme „**Damensauna**“. An diesem Tag können Frauen in entspannter Atmosphäre und ohne männliche Gäste die Saunalandschaft in vollen Zügen genießen.

Wellness & Kosmetik



Entfliehen Sie dem Alltag und gönnen Sie sich eine Auszeit in unserer **Wellnessoase**. Ob zur Unterstützung Ihrer **Heilungsprozesse** im Rahmen einer Kur oder einfach für einen erholsamen Wellnessstag – wir bieten Ihnen **maßgeschneiderte Therapien**, die Körper und Geist revitalisieren. Unsere professionellen Wellness-Behandlungen umfassen entspannende **Massagen** und pflegende **Kosmetik**, die Ihre Energie und Lebenskraft zurückbringen. Lassen Sie den Stress hinter sich und genießen Sie eine verwöhnende **Aroma-Öl-Massage** oder die wohltuende **Hot-Stone-Massage**, die Ihre Sinne belebt und Ihnen hilft, ganz zur Ruhe zu kommen. Erleben Sie die harmonisierenden Klänge und sanften Vibrationen einer **Klangschalen-Massage**, die Körper und Seele in Einklang bringt. Unsere Experten begleiten Sie auf Ihrem persönlichen Weg zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit.

Im Fluss der Entspannung

- ~ Wellness Massagen
 - ~ Fußpflege
 - ~ Kosmetik
 - ~ Spezielle
Wellness Pakete
- Just for two
Kleine Auszeit
Nur für mich



Buchen Sie flexibel
Ihre Wellness Termine



Therapie- zentrum



Gelenkschmerzen, Muskelverspannungen und andere körperliche Beschwerden sind weit verbreitet und beeinträchtigen die Lebensqualität vieler Menschen. Ob durch Verletzungen, chronische Erkrankungen oder Alltagsstress – solche Beschwerden können sowohl die Beweglichkeit als auch das allgemeine Wohlbefinden stark einschränken. In unserem **Therapiezentrum** der Sonnenhof-Therme bieten wir Ihnen eine **ganzheitliche, fachgerechte Behandlung**, die individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist.

Unsere qualifizierten Therapeuten/-innen unterstützen Sie bei der **Linderung von Schmerzen** und der **Förderung Ihrer Genesung**, sowohl bei ärztlich verordneten Therapien als auch auf Eigeninitiative.

Wir setzen auf bewährte Therapiemethoden und modernste Techniken, um die besten Ergebnisse für Ihre Gesundheit zu erzielen.

Heilung durch Bewegung

Unser Therapieangebot:

- ~ Fitnessraum
- ~ Physiotherapie
 - Krankengymnastik
 - Manuelle Therapie
 - Physiotherapie im Wasser
- ~ Massagetherapie
 - Klassische Massagen
 - Manuelle Lymphdrainage
 - Sportmassagen
- ~ Physikalische Therapie
 - Elektrotherapie
 - Ultraschalltherapie
 - Wärme- und Kältetherapie



In der Kurmittelabteilung erhalten Sie Leistungen auf Rezept. Informieren Sie sich auch über ambulante Badekuren.



Kurgarten



Entdecken, entspannen, staunen: Bei unserer besonderen **Naturführung** durch den **Kurgarten** an der Sonnenhof-Therme und den **NaturThemenPark** entdecken Sie verborgene Schätze und faszinierende Details.

Bad Saulgau hat es sich als **Landeshauptstadt der Biodiversität** zur Aufgabe gemacht, den Besucher/innen und Mitbürger/innen die Natur näher zu bringen. Für Interessierte und besonders für Familien mit Kindern wurden zahlreiche Möglichkeiten geschaffen, um **Wissenswertes über Natur und Umwelt** auf anschauliche Art und Weise zu vermitteln. Die Natur spielerisch erkunden können Sie an **interaktiven Naturerlebnisstationen**. Durch Spiel- und Motorikstationen kommen aber auch die Förderung motorischer Fähigkeiten und der Spaß nicht zu kurz.



Tauchen Sie in die Natur ein

~ Kurgarten
Fünf Stationen nach Kneipp
Kneippbecken

~ NaturThemenPark
Themen- und
Erlebnisweg Wasser
Thermalwasserlehrpfad



NaturThemenPark -
Natur in Bad Saulgau



Wohnmobil- stellplatz



Für alle, die dem Alltag mit dem „**Leben im eigenen Wohnmobil**“ entfliehen und in Bad Saulgau eine Pause einlegen wollen, gibt es den **Wohnmobilstellplatz** direkt an der Therme.

Nach einem Wellnesstag in der Heilquelle der Sonnenhof-Therme können mobile Badegäste komfortabel entspannen: **53** eben angelegte, großzügige **Reisemobilstellplätze**, alle mit eigenem Stromanschluss, Abwasserentsorgung, Müllentsorgung, Waschmaschine, Trockner u.v.m.

Ein morgendlicher **Brötchenservice** macht schon das Frühstück zum Vergnügen.

Ganz nah an der Sonnenhof- Therme

- ~ Brötchenservice
- ~ E-Ladestationen
- ~ eigener Stromanschluss
- ~ Hunde erlaubt
- ~ ganzjährig geöffnet
- ~ Vergünstigter Therme-Eintritt
- ~ Reservierung ab einer Nacht



Wohnmobilstellplatz
direkt an der Therme



Restaurant



Unser Restaurant in der Sonnenhof-Therme lädt Sie ein in eine gemütlicher und einladender Atmosphäre eine vielfältige Auswahl an gesunden und leckeren Speisen und Getränken zu genießen. Ob warme oder kalte Gerichte, mit Fleisch, Fisch, vegetarisch oder vegan – hier finden Sie sicherlich etwas, das Ihre Geschmacksknospen verwöhnt. Ergänzen Sie Ihre Auszeit in unserer Sonnenhof-Therme mit einem kulinarischen Erlebnis. Egal ob vor, während oder nach dem Thermenaufenthalt. Lassen Sie sich in einem schönen Ambiente mit Blick auf das Thermalbad von unserer regionalen und internationalen Küche verwöhnen. Das Restaurant mit 120 Sitzplätzen bietet ideale Räumlichkeiten für alle Anlässe und ist rollstuhl- und behindertengerecht.

Gesund und lecker

- ~ Leichte Gerichte
- ~ Regionale Spezialitäten
- ~ Saisonale Spezialitäten
- ~ Snacks
- ~ Kaffee und Kuchen



Buchen Sie das Restaurant
für verschiedene Anlässe.



Veranstaltungen



Mit Technik zum Erfolg.



In der Sonnenhof-Therme erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm für Bewegung, Entspannung und gemeinsame Erlebnisse. Unsere Aqua-Fitness- und Aqua-Trampolin-Kurse bringen Sie ins Wasser, während Yoga und Rücken-Fit für eine bewusste Körperhaltung und Entspannung sorgen. Bei unseren Klangentspannung-Events tauchen Sie in eine Welt aus harmonischen Klängen ein, und Aqua-Zumba verspricht ein energiegeladenes Training zu mitreißender Musik. Auch für Menschen mit speziellen gesundheitlichen Bedürfnissen bieten wir passende Kurse an – zum Beispiel die bewährten Angebote der Pharma-Liga. Als Wellpass-Partner ermöglichen wir flexibles Training für alle, die regelmäßig aktiv bleiben möchten. Lassen Sie sich inspirieren, erleben Sie Bewegung neu und genießen Sie wertvolle Momente in der Sonnenhof-Therme!

Erleben Sie Bewegung neu

- ~ Aqua-Fitness-Kurse
- ~ Aqua-Zumba
- ~ Yoga
- ~ Rücken-Fit
- ~ Rheuma-Liga
- ~ Klangentspannung



Ein besonderes **Highlight** für Familien: Jeden letzten Samstag im Monat ist **Familienstag**! Kinder bis 18 Jahre genießen für nur 5 € Eintritt einen unvergesslichen Tag voller Wasservergnügen.

Genießen Sie während der **Sommerferien** pure Erholung! Bezahlen Sie für 3 Std. und bleiben Sie den ganzen Tag.

Thermal- wasser



Unser **schwefelhaltiges Thermalwasser** zeichnet sich durch seine besondere Zusammensetzung und die tiefgreifende **Wirkung auf Körper und Geist** aus.

Aus 650 Metern Tiefe gewonnen, ist es reich an wertvollen Mineralien wie Schwefel, die nachweislich **heilende Effekte** haben. Schwefel ist bekannt für seine **entzündungshemmenden** und **durchblutungsfördernden** Eigenschaften, die bei **Muskel- und Gelenkschmerzen, Rheuma** sowie **Hauterkrankungen** wie Neurodermitis und Schuppenflechte Linderung bieten.

Darüber hinaus unterstützt unser Thermalwasser die natürliche Regeneration der Haut, regt den **Zellstoffwechsel** an und stärkt die Hautbarriere. Dies führt zu einem gesunden, strahlenden Hautbild und einem allgemeinen Gefühl von Frische und Vitalität.

Nutzen Sie die **heilende Kraft unseres Thermalwassers** in sieben Innen- und Außenbecken mit Temperaturen zwischen 28 und 40 °C, abgestimmt auf Ihre individuellen Bedürfnisse.



Sonnenhof-
Therme
Bad Saulgau



Wasser mit Wirkung

Positive Effekte auf die Haut

Schwefelhaltiges Wasser reinigt die Haut und unterstützt ihre Regeneration dank antibakterieller und entzündungshemmender Eigenschaften. Es kann besonders bei Hautproblemen wie Neurodermitis oder Akne lindernd wirken und sorgt für eine bessere Durchblutung sowie glatte, geschmeidige Haut.

Unterstützung bei rheumatischen Beschwerden

Schwefelhaltiges Wasser kann bei rheumatischen Beschwerden lindernd wirken. Das warme Wasser entspannt die Muskeln, während der Schwefel Entzündungen in den Gelenken reduziert. Studien zeigen, dass Schwefelbäder Schmerzen lindern und die Beweglichkeit verbessern können.

Atemwegserkrankungen lindern

Inhalationen oder Dampfbäder mit Schwefelwasser können bei chronischer Bronchitis, Asthma oder Nasennebenhöhlenentzündungen hilfreich sein. Der Schwefel beruhigt die Schleimhäute, löst Schleim und erleichtert das Atmen.

Natürliche Schönheitspflege

Neben den therapeutischen Effekten ist schwefelhaltiges Wasser auch ein Geheimtipp für natürliche Schönheit. Es reinigt die Poren, reduziert überschüssiges Hautfett und wirkt sanft peelend. Dadurch wirkt die Haut frischer, strahlender und jugendlicher.

Die Therme im Überblick



THERMALBAD

- **Wassertiefe**
im Kaskaden- und Quellbecken 90 cm, in allen anderen Becken 1,35 m
- **Innenbecken** 35 °C
Massagedüsen, Nackenduschen, Gymnastiksprossen, Wasserbank, Hydraulik-Lift, Unterwasserscheinwerfer
- **Außenbecken** 36 °C
Massagedüsen, Nackenduschen, Unterwasserscheinwerfer, Düsenstraße
- **Schwimmerbecken**
28 °C - 30 °C - Düsen
- **Strömungskanal** 36 °C
- **Quellbecken** 40 °C
Sitzbänke
- **Kaskadenbecken** 37 °C
Wasserfälle, Sitzbänke
- **Bewegungsbecken** 34 °C
Massagedüsen, Unterwasserscheinwerfer
- **Römisches Dampfbad**
wöchentlich wechselnde Duftnote
- **Sole-Dampfbad**
- **Beheizte Wärmebänke**
- **2 Ruheräume**
- **2 Solarien**
- **Kneippbecken im Innen- und im Außenbereich**
- 3 barrierefreie Kabinen
- 2 Mutter-Kind-Kabinen
- 1 Wickel-Kabine
- **Behindertengerechte Bauweise**
mit barrierearmen Umkleidekabinen und Toiletten, am Innenbecken steht ein Hydraulik-Lift zur Verfügung.



SAUNA

- „Blockhaus“ 95 °C
- „Farbenspiel“ 70 °C
- **Finnisch** Sauna
- „Himmelsblick“ 80 °C
- Tauchbecken warm und kalt
- Kaminecke
- Zwei Ruheräume
- großer und kleiner Saunagarten
- Bistro



WELLNESS

& KOSMETIK

- **Massagen**
- **Fußpflege**
- **Kosmetik**



THERAPIE -

ZENTRUM

- **Bäder**
Stangerbad, Vier-Zellenbad, Thermalwannenbad
- **Packungen**
Fangopackung, Eispackung, Infrarotbestrahlung, Heiße Rolle, Elektromannungs-
liege usw.
- **Massagen**
Klassische Massagen, Anti-Stress-Massage, Hot-Stone-Massage, Aroma-Öl-Massage, Lomi-Lomi, Fußreflexzonenmassagen, Colonmassage, Bindegewebsmassage, Lymphdrainage, Soft-Package
- **Kryo- und Elektrot**herapie
- **Bewegungstherapie**
Einzelbewegungsbad, Bewegungsbad in Gruppen, Einzelkrankengymnastik, Manuelle Therapie, Schlingentisch, Krankengymnastik in Gruppen (auch im Wasser), Extensionsbehandlung
- **Medizinische Anwendungen nur auf Rezept**



Sonnenhof-
Therme
Bad Saulgau



Öffnungszeiten:

So – Do 8.00 bis 21.00 Uhr
Fr + Sa 8.00 bis 22.00 Uhr
Sauna ab 10 Uhr

Änderungen vorbehalten

Täglich geöffnet

Dienstag Damen  Sauna

- Jeden ersten Montag im Monat ermäßigter Eintritt für Saugauer.
- Jeden letzten Samstag im Monat Familientag.



Terminreservierung Wellness & Kosmetik

Telefon 07581 4839-20 
dispo@sonnenhof-therme.de
www.sonnenhof-therme.de/online-terme

Unsere Preise:

Badebereich	Erwachsene	Ermäßigt**
Mo-Fr 2 Std.	13,80 €	12,80 €
Mo-So 3 Std.	14,80 €* Tageseintritt	13,80 € 19,40 €
10er Karte (3 Std.)	138,00 €* Sauna einschl. Badebereich	- Erwachsene
Mo-So 3 Std.	21,60 €* Tageseintritt	20,60 € 22,60 €
10er Karte	226,00 €* Ermäßigt**	-

bei den Stundentarifen jede weitere halbe Stunde **1 Euro**

* auch als Gutschein erhältlich

** Kinder in Begleitung Erwachsener (3 bis 12 Jahre) Jugendliche (13 bis 18 Jahre), Azubis, Studierende, Schwerbehinderte ab 50 %



Sonnenhof-Therme Bad Saulgau GmbH
Am Schönen Moos 1 · 88348 Bad Saulgau
Telefon 07581/4839-0
info@sonnenhof-therme.de
www.sonnenhof-therme.de

STADT
BAD
SAULGAU

