



**DAS RESÜMEE  
WASSERLANDSCHAFT**

Das »H<sub>2</sub>O« – ist ein Paradies! Erleben Sie eine Wasserlandschaft, die nicht nur ambitionierte Schwimmer im 25-Meter-Sportbecken innen oder außen, sondern auch Erholungssuchende, dank diverser Entspannungsbecken, wie das Solebecken innen oder außen, Erlebnisbecken oder Lehrschwimmbecken, fasziniert. Den ultimativen Kick holen Sie sich auf den Erlebnisrutschen – der Steil- und Röhrenrutsche, im 60 Meter langen »Crazy River« oder auf dem Sprungturm mit 1- und 3-Meter-Brett.

**SAUNALANDSCHAFT**

In der Saunalandschaft können Sie sich in über 11 Saunen und Dampfbädern entspannen. Herausragend ist sicherlich die von renommierten Landschafts-Architekten gestaltete Außenanlage. Im einzigartigen »Garten der Sinne« mit großzügigen Wasserbetten und einem Warmwasserpool, sowie einer Meditationssauna können Sie sich erholen und Kraft tanken. Die Anlage ist außerdem weitestgehend behindertengerecht angelegt.

**DIE GRÖSSE**

Der Innenbereich umfasst etwa 3.000 qm, der Außenbereich circa 10.000 qm.

**DER EMPFANG**

Im lichtdurchfluteten Eingangsbereich werden Sie von den Mitarbeitern empfangen. Von hier gelangen Sie über den Umkleidebereich der Wasserlandschaft zur Saunalandschaft. Am Empfang können Bademäntel und Badetücher ausgeliehen werden.

#### Saunalandschaft

Sommer	Mai – September	Winter	Oktober – April
Montag	12:00 – 22:00 Uhr	Montag	12:00 – 23:00 Uhr
Dienstag – Donnerstag	9:00 – 22:00 Uhr	Dienstag – Samstag	9:00 – 23:00 Uhr
Freitag & Samstag	9:00 – 23:00 Uhr	Sonntag	9:00 – 22:00 Uhr
Sonntag	9:00 – 22:00 Uhr		

Jeden Mittwoch (außer feiertags) ist Damentag.

#### Wasserlandschaft

Montag	12:00 – 22:00 Uhr
Dienstag – Samstag	9:00 – 22:00 Uhr
Sonntag	9:00 – 21:00 Uhr

#### Sauna & Bad

	2 Stunden	4 Stunden	Tageskarte
Montag – Freitag	20,00 Euro	24,00 Euro	27,00 Euro
Samstag, Sonntag & feiertags	22,50 Euro	26,00 Euro	29,00 Euro

Im Umkleidebereich können Frauen und Männer sich gemeinsam umziehen. Das angrenzende Duschrondell teilt sich in zwei Duschbereiche (Männer/Frauen) auf.

Das Saunieren im »H2O« ist äußerst kontrast- und variationsreich. Sehr rustikale, kleine und große Finnische Saunen, mit ursprünglichem Charme, in Blockhäusern im Außenbereich, erinnern an die lange Tradition finnischer Saunakultur. Moderne Stilelemente, wie Wechsel der farblichen Beleuchtung, dezente Hintergrundmusik und filigrane Gestaltung der Räume, finden sich in den Saunen im Innenbereich. Das Aufguss-Sortiment reicht von Meditations-, Wellness- und »Gute-Nacht«-Aufgüssen bis zu klassischen finnischen Birken-Aufgüssen.

#### DIE ÖFFNUNGSZEITEN

#### DIE PREISE

#### UMKLEIDEN | DUSCHEN

#### DIE SAUNEN





**DAS »BAD DER SINNE«** Bei dem »Bad der Sinne« im Herzen der Saunalandschaft eröffnet sich dem Besucher bereits beim Betreten eine eigene kleine Wohlfühlwelt, ganz unter dem Motto: Erleben mit allen Sinnen. Im Mittelbereich entspannen sich die Besucher auf einer modern gestalteten Sitzbankanlage, um ein warmes Fußbad zu nehmen – als Einstimmung oder gelungenen Abschluss des Saunaerlebnisses.

**DAS »TECILDARIUM«** Hierbei handelt es sich um einen Wärme- und Entspannungsraum mit rundum beheizten Wänden, Bänken und einem beheizten Fußboden. Die milde Strahlungswärme wirkt wohltuend und entspannend auf den ganzen Körper – ähnlich wie bei einem Kachelofen. Lichtinszenierungen und wechselnde Düfte sind Teil eines besonderen Sinneserlebnisses und sorgen für eine angenehme Atmosphäre. Leise Entspannungsmusik und Klänge aus der Natur verleihen dem Raum eine nahezu meditative Note.

**DAS DAMPFBAD**  
40 – 55 °C | 100 % Im Dampfbad beträgt die Luftfeuchtigkeit nahezu 100 %, die Raum-Temperatur erreicht ca. 40 – 55 °C. Bei dieser milden Wärme lässt es sich herrlich entspannen – insbesondere auch dann, wenn man die finnische Trockensauna (80 – 100 °C) nicht so gut verträgt. Zusätzliche Duftessenzen regen die Sinne an und entfalten ihre befreiende Wirkung auf die Atemwege. Das Dampfbad kann – bei guter Verträglichkeit – auch als Vorbereitungsraum für eine heißere, trockene Sauna genutzt werden.

**DIE »REGENSTRASSE«** Ein Rundgang durch die »Regenstraße« wird zu einem prickelnden und erfrischenden Erlebnis für jeden, der sich bereits vorher in einem der Bäder aufgewärmt hat. Einmal aktiviert, begleiten verschiedene Arten von Regen mit unterschiedlichen Temperaturen den Gast. Dabei variiert die Lichtfarbe mit der Wassertemperatur.

**DAS »RHASSOUL«-BAD** Das »Rhassoul«-Bad ist ein Kräuter- und Naturschlammbad mit einer Kombination aus Wärmestrahlungswänden und moderner Dampfbadtechnik. Der Naturschlamm bewirkt eine natürliche und milde Säuberung (Peeling) und zaubert gleichzeitig eine schöne und sanfte Haut.

Der Abkühlbereich mit prickelndem Crush-Eisbrunnen rundet das Wohlfühl-Erlebnis ab.

DER »EISBRUNNEN«

An der Decke dieser Licht-Sauna sind farbwechselnde Kugellichter angebracht. Vier Farben wirken auf Körper und Geist. Der mit schwarzem Granit ummantelte Sauna-Ofen im Zentrum beheizt das Bad mit milden 65 °C. Auf dem Ofen ruht eine Granitkugel, die mit ätherischen Ölen angereichertes Wasser, zur milden Freisetzung der Düfte, entspringt. Leise Entspannungsmusik untermalt den angenehmen Aufenthalt für 15 bis 20 Personen.

DAS »VALO«-BAD

65 °C

Das finnische »Ruusu« bedeutet Rose. Das H2O setzt sie mit Schönheit und Vollendung gleich. Formvollendet zeigen sich liebevolle Rosenschnitzereien in den Sauna-Leuchten und Rückenlehnen. Ein mit Naturstein ummantelter, mit großen Rosenquarzen belegter Sauna-Ofen bringt nicht nur 10 – 15 Personen bei 85 °C zum Schwitzen, sondern belebt gleichzeitig das Rosenaroma im Wasser einer Edelsteinschale.

DIE »RUUSU«-SAUNA

85 °C

Die Majava-Sauna ist eine der Aufguss-Saunen und befindet sich im Innenbereich des Saunaparadieses. Hier können sich 30 – 35 Personen bei 90 °C wundervoll entspannen und neue Energie tanken.

DIE MAJAVA-SAUNA

90 °C

Das Panorama steht hier im Vordergrund. Bei 70 °C haben 20 – 25 Personen die Möglichkeit, durch eine Fensterfront den Blick ins Freie schweifen zu lassen. Ein großer Steinofen mit integriertem Feuer in der Sauna sorgt für die nötige Wärme.

DIE MEDI-SAUNA

70 °C



Im Außenbereich finden Sie ein exorbitantes Blockhaus, gebaut aus massiven »Kelo«-Holzstämmen, das zwei Saunen beherbergt.

DAS SAUNABLOCKHAUS

Teilweise von Erde umgeben, erwartet Sie die »Löyly«-Aufguss-Sauna (Löyly ist ein spezielles Sauna-Wort, das den aufsteigenden Dampf von heißen Steinen beschreibt) mit gediegenen 95 °C. Die rustikale Holzverkleidung, eine dezente Beleuchtung und spärlicher Lichteinfall durch ein Fenster, lassen Finnland näher rücken. Ein riesiger Gas-Ofen mit Saunasteinen steht mittig im u-förmigen Sitzbereich für 50 – 60 Personen.

DIE »LÖYLY«-  
AUGUSS-SAUNA

95 °C



DIE »TAKKA®«-  
SAUNA  
85 °C

Über eine massive Holztreppe erreichen Sie die »Takka®«-Sauna (Kamin-Sauna) in der 1. Etage. Hier geht es um Feuer: Im Mittelpunkt ist ein verglaster Kamin mit offenem Holzfeuer auf Natursteinen aufgebaut. Acht Fenster erhellen den Raum rustikaler Bauweise. Die Öfen unter den Liegeflächen erhitzen die Sauna mit Sitzgelegenheit für 40 – 45 Personen auf 85 °C.

DIE »KELO«-SAUNA  
80 °C

Ein weiteres Blockhaus mit riesigen Rundstämmen aus »Kelo«-Holz, begrüntem Dach und rustikaler Innenausstattung. Ein großer, eingemauerter Ofen im Zentrum mit Saunasteinen lässt die Temperaturen auf 80 °C steigen. Das möge gut und gerne 40 Personen erfreuen. Zwei Fenster sorgen für Licht und Ausblick.

DIE »KAMMI«-SAUNA  
110 °C

110 °C – hier kommt garantiert jeder ins Schwitzen. »Kammi« ist finnisch und bedeutet soviel wie »kleiner, versteckter Ort«. Fast könnte man die Sauna übersehen, da das Blockhaus mehr oder weniger komplett in die Erde eingelassen ist. Archaisches Ambiente im Inneren – sehr dunkel gehalten, Platz für maximal 8 bis 10 Personen, stirnseitig eine gemauerte Wand mit offenem Feuer im Kamin und dem Sauna-Ofen.

DER GARTEN  
DER SINNE

Auf dem 1.000 qm großem Areal werden Erlebnisse für die Sinne geboten. Zentrales Element ist die Meditations-Sauna mit Vorraum und Duschmöglichkeiten. Davor findet sich ein fast 50 qm großer beheizter Pool mit Massagedüsen. Auf einem Holzpodest gibt es Sonnenliegeplätze, unmittelbar angrenzend an die überdachten Liegemöglichkeiten.

Hinter der Sauna erschließt sich eine wunderschön gestaltete Gartenlandschaft mit saisonal blühender Bepflanzung, die angenehmen Duft verströmt. Hier finden sich





auch das Kneipptrittbecken und der stimulierende Barfußerlebnispfad. Das sanfte Plätschern der Wasserkaskaden erzeugt dabei eine wohltuende Geräuschkulisse.

Natürlich bietet auch der Außenbereich genügend Gelegenheit zur Abkühlung, zum Beispiel das gegenüberliegende Gradierwerk mit der Abkühlgrotte »Heiß und Kalt«: einen mit Holzstämmen überdachten Duschbereich mit drei Warm-Kalt-Brausen, einer Kübeldusche, einer Schwalldusche und Kneippschläuchen. Eine Dusch-Schnecke mit Kieselsteinen zur Fußmassage, eine Kübeldusche, Schwallbrausen und Kneippschläuche gibt es neben der »Kelo«-Sauna. Ein kaltes Entspannungsbecken liegt direkt an der Außengastronomie. Im Innenbereich bilden Warm-Kalt-Brausen, Schwallduschen und Kneippschläuche einen halbkreisförmigen Duschgang. Direkt daneben fordert Sie ein großes Kalt-Tauchbecken heraus.

**DAS ABKÜHLEN**

Nach der Abkühlung lockt das mit 33 °C angenehm warme Entspannungsbecken mit sprudelnden Massageliegen. Die nötige Wärme für Ihre Füße holen Sie sich in den Fußwärmebecken, die sich im Foyer des »Bad der Sinne« befinden.

**DAS WARMBECKEN**

#### DIE AUSSENANLAGE

Die Anlage gleicht einem finnischen (Sauna-)Dorf. Die Einpassung der Blockhäuser, der diversen Liege-Inseln und Sitzgelegenheiten in die hügelige und grüne Landschaft wirkt äußerst natürlich. Bäume und das Gradierwerk umrahmen die Anlage. Viele Gebäude besitzen ein begrüntes Dach.

#### DAS GRADIERWERK

Das mit Schwarzdorn-Reisig bestückte Gradierwerk ist ca. 40 Meter lang und 8 Meter hoch. Darüber rieselt mineralhaltige Sole, gewonnen aus 450 Meter Tiefe im Leinetal zwischen Harz und Solling. Die Sole bildet beim Auftreffen auf die Dornen einen Solenebel, sodass die umgebende Luft des Gradierwerks salzhaltig wird und dadurch ein meerähnliches „Mikroklima“ entsteht. Gegenüber des Gradierwerks können Sie sich auf den treppenförmigen Holzterrassen zum Genuss der Sole ausruhen.



#### RUHEMÖGLICHKEITEN

Im »Lepo-Talo« (Haus der Stille) geht es wesentlich rustikaler zu. Dieser Bereich erstreckt sich über drei Räume. Er besteht fast komplett aus Holz. Der mittige Raum besitzt einen offenen Kamin mit Holzfeuer. Verweilen Sie auf einer von etlichen Liegen, mit Auflage und Decke, und blicken Sie durch das Panoramafenster auf das Gradierwerk. Ausruhen können Sie sich auch im Ruhehaus, im Raum der Stille, im Lukusali und im ebenerdigen Ruheraum, mit Blick zur Außenanlage. Überall stehen zahlreiche Liegen zur Verfügung.

#### SPA20 | SOLARIEN

In den Beauty- und Massageräumen in der 1. Etage können Sie sich mit wohltuenden Anwendungen so richtig verwöhnen lassen. Das Angebot reicht von Teilkörper-, Ganzkörper- und Wohlfühlmassagen bis hin zu Elemente- & Aroma-Massagen. Bei dieser Massage wird ein ganzheitliches Massagekonzept individuell auf Ihren Typ, mit eigens entwickelten Ölmischungen, angepasst.



Der neue Spa-Bereich ist ein Refugium voller Wärme und entspannender Düfte. In stilvollen und modern eingerichteten Kabinen, die jeweils über eine Dusche verfügen, lässt es sich wunderbar bei einer Beauty- oder Wellness-Anwendung entspannen. Auch eine Partnerkabine steht zur Verfügung. Für eine gesunde Hautfarbe sorgen zwei Hochleistungsbräuner im Kellergeschoss des Ruhehauses.



Verschiedene Events mit außergewöhnlichen Aufgüssen zu ausgewählten Themen machen Ihren Saunagang zum besonderen Erlebnis. Lassen Sie sich überraschen (näheres hierzu erfahren Sie unter [www.h2o-badeparadies.de/besucherinfos/veranstaltungs-kalender](http://www.h2o-badeparadies.de/besucherinfos/veranstaltungs-kalender)).

**EVENTS**

Im Restaurant mit großer »Sauna-Bar« oder auf der Sonnenterrasse direkt neben dem Naturteich, können Sie aus einem breiten Angebot an Speisen wählen. Leicht Bekömmliches, Pasta sowie Fisch- und Fleischgerichte sind ebenso erhältlich, wie exotischere Wok-Gerichte. Löschen Sie Ihren Durst am Kaminrondell.

**SAUNA-GASTRONOMIE**

Die Gastronomie und auch die Anwendungen im SPA20 werden über Ihren Schlüssel abgerechnet.

**ZAHLUNGSVERKEHR**

Parken Sie kostenfrei unmittelbar vor der Anlage.

**PARKMÖGLICHKEITEN**





## PARTNER-GUTSCHEIN

### H2O, Remscheid

Beim Kauf einer Tageskarte ist die gleiche Karte für die 2. Person gratis.

- Ist nur zu zweit einlösbar
- Am Wochenende und an Feiertagen zzgl. 2,00 Euro
- Jeden Mittwoch (außer feiertags) ist Damentag.

### GUTSCHEIN

#### H2O

Hackenberger Str. 109

D-42897

Remscheid

02191 164142

Gültig bis 1.1.2023