



BAD WINDSHEIMER

Sole

THERMALWASSER UND SOLE

Unterschiede und
Wirkung

DAS FRÄNKISCHE TOTE MEER®

Wie der Salzsee
zu seinem Namen kam

FRANKEN-THERME FÜR ZUHAUSE

Pflege und Genuss
mit Sole

Gesundheit und Wohlbefinden
im Herzen Mittelfrankens

*Franken
Therme*

BAD WINDSHEIM

Wasser ist Leben

WARUM DIE TRANSPARENTE FLÜSSIGKEIT MEHR ALS NUR NASS IST

Nahezu alle Organismen und auch die Erde selbst bestehen zum größten Teil aus Wasser. Es ist Grundvoraussetzung für alles Leben auf unserem Planeten und somit existenziell für Natur und Mensch. Vor über 3,8 Milliarden Jahren entstand in den Urmeeren unserer Erde das erste Leben in Form von einzelligen Bakterien. Wasser ist Grundbaustein für Organismen, Lebensraum, Lösungsmittel und Energieträger.

Das Besondere an dieser chemischen Verbindung aus Sauerstoff und Wasserstoff: Als einzige chemische Verbindung auf der gesamten Erde kommt es in der Natur in verschiedenen Aggregatzuständen vor. Es fließt in Flüssen, formt die Erde und fällt als Regen vom Himmel. Im Winter laufen Kinder darauf Schlittschuh und Wagemutige stürzen sich auf Ski und Snowboard die Schneepisten hinunter.

Als heißer Wasserdampf transportiert es Wärme, gart Lebensmittel oder entspannt den Körper und belebt die Sinne im wohltuenden Dampfbad. Der Quell des Lebens trägt je nach Herkunft, Zusammensetzung und Verwendung viele verschiedene Namen, zum Beispiel Quellwasser, Leitungswasser, Grundwasser, Salzwasser...

Trinkbrunnen
der St. Anna Quelle
im Foyer



 Haut
10 %

 Gehirn
85 %

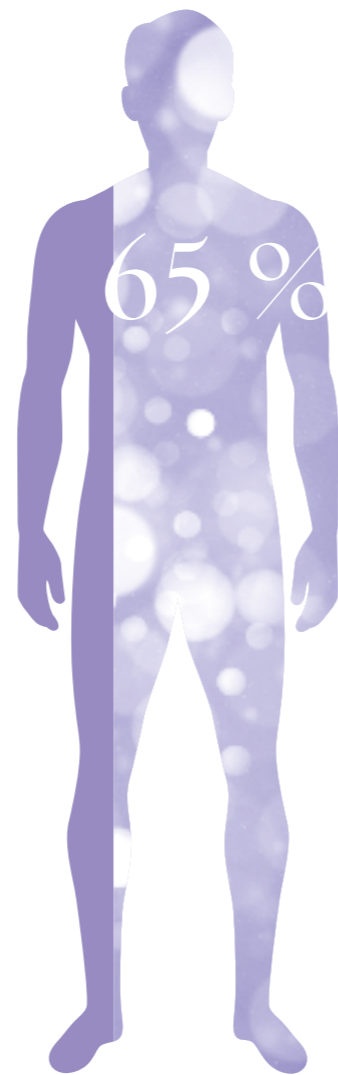
 Zähne
10 %

 Lungen
84 %

 Herz
75 %

 Milz
85 %

 Nieren
83 %



SCHON GEWUSST,...

... dass ein ausgewachsener, menschlicher Körper aus bis zu 65 % Wasser besteht? Es ist in allen Zellen, Organen und Körperflüssigkeiten das tragende Element und befindet sich in ständigem Kreislauf.

Das **Wasser** fließt durch
die Adern der **Natur** wie das Blut
bei den **Menschen**.

Otto Baumgartner-Amstad (1924 - 2022)

Heilwasser

bezeichnet eines der ältesten Naturheilmittel und zeichnet sich durch einen hohen Anteil an Mineralstoffen und Spurenelementen aus. Heilwasser muss mindestens 1 Gramm Mineralstoffe auf einen Liter enthalten, um als solches anerkannt zu werden. Die gesundheitsfördernde Wirkung der Heilwässer findet in unterschiedlichen Gebieten wie Stoffwechselproblemen oder Mineralstoffmangel Anwendung.

Thermalwasser

unterscheidet sich von normalem Quellwasser durch seine Inhaltsstoffe. Charakteristisch ist auch seine Temperatur von mindestens 20°C beim Austritt aus der Quelle. In der Franken-Therme Bad Windsheim liegt die Austrittstemperatur der Thermalsole-Quelle bei circa 29°C am Brunnenkopf. Die Thermalwässer werden auf bis zu 36°C erwärmt, bevor sie in die sechs Thermalsole-Becken und den Salzsee fließen.

Salz, weißes Gold

zwischen Muskel- und Nervenzellen beeinflusst, wird Chlorid für die Bildung von Magensäure benötigt. Diese wiederum ist für die Verdauung und die Bekämpfung schädlicher Mikroorganismen wichtig.

ÜBRIGENS: Je unbehandelter das kristalline Gold ist, desto mehr andere Mineralstoffe und Spurenelemente enthält es. Diese sind zwar nicht lebenswichtig wie Natrium und Chlorid, haben meist jedoch einen positiven Effekt auf unseren Körper und dessen Gesundheit.



Salinen dienen auch heute noch der Gewinnung von Speisesalz.

SCHON GEWUSST,..

... dass der Begriff „Salär“, was Lohn oder Gehalt bedeutet, auf die Bedeutung des Salzes im alten Rom zurückzuführen ist? Römische Beamte und Soldaten erhielten damals nämlich zu ihrem Sold außerdem eine Ration kostbares Salz.

6g

Das ist die Menge an Salz, die die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) pro Tag empfiehlt. Dies entspricht circa 1 Teelöffel voll.

DIE MENGE MACHTS

Zu wenig und zu viel Salzaufnahme hat Auswirkungen auf unseren präzise abgestimmten und komplexen Organismus. Wer zu wenig Salz konsumiert, kann unter Schwindel- und Schwächegefühle oder unter Müdigkeit leiden. Untersuchungen ergaben sogar, dass zu wenig Salz im Körper zu einer Verschlechterung des Kurzzeitgedächtnisses und der Konzentrationsfähigkeit führen kann. Dennoch sieht man in medizinischen Kreisen Zusammenhänge zwischen überdosierter Salzzufuhr und Blutdruckproblemen. Wer sich unsicher ist, inwieweit sich der individuelle Salzkonsum auf die Gesundheit auswirkt, klärt dies am besten mit seinem Arzt des Vertrauens ab.

EIN ROHSTOFF MIT GESCHICHTE

Schon vor Jahrtausenden brachte Salz großen Reichtum, belebte den Welthandel und schuf florierende Metropolen in der antiken Zeit. Bereits in den frühen Hochkulturen kam dem Salz eine besondere Bedeutung zu. Als Gewürz verfeinerte es Speisen und machte sie als Konservierungsmittel haltbar. Bei den Ägyptern spielte es in der Bestattungskultur eine wichtige Rolle für die Mumifizierung und die alten Kelten entwickelten eigene Methoden für die Gewinnung des kostbaren Minerals. Auch im Mittelalter verdiente sich so mancher Kaufmann eine goldene Nase mit dem weißen Gold.

Salz ist ein lebenswichtiger Mineralstoff für unseren Körper. Es besteht in seiner ursprünglichen, unbehandelten Form aus vielen Mineralstoffen und Spurenelementen. Eben aus denjenigen Elementen, aus denen unsere Erde aufgebaut ist, mit denen sich das Leben entwickelt hat und die in den Ozeanen unserer Erde enthalten sind. Als handelsübliches Speisesalz besteht es aus Natrium und Chlorid, die wichtige Bausteine unseres Organismus darstellen. Das wasserlösliche Mineral sorgt für eine ausgeglichene Flüssigkeits- und Nährstoffbalance innerhalb und außerhalb unserer Zellen. Während Natrium den Stoffwechsel unterstützt, den Wasserhaushalt im Körper reguliert und die Reizübertragung

Thermalwasser & Sole

HEISSE QUELLEN UND STEINSALZ AUS DEM URMEER UNTER BAD WINDSHEIM

Enthält Thermalwasser, also Quellwasser mit einer **Mindesttemperatur von 20°C am Austrittspunkt**, neben weiteren Stoffen mindestens **5,5 Gramm Natrium- und 8,5 Gramm Chloridionen pro Liter**, nennt man es **Thermalsole**.

Man kann annehmen, dass die enorme Menge an Sole, die in der Franken-Therme für die sechs Thermalsole-Becken und den Salzsee benötigt werden, tonnenweise per Lastwagen herbeigeschafft werden müssen. Doch weit gefehlt. Die heilende Bad Windsheimer Sole aus den Tiefen der Erde wird aus zwei Quellen gefördert, die sich nur rund 200 Meter von der Franken-Therme entfernt befinden. Die Thermalsole im Bewegungs-, den Außen- und dem 4-Prozent-Becken kommt aus zwei unterschiedlich tiefen Bohrungen direkt aus der Thermalsole-Quelle. Natürlich werden die Wässer vorher noch von ca. 29° auf wohlige 30 bis 36°C erwärmt, bevor die Badegäste sich darin entspannen. So wird zum einen die volle Wirkung der Sole entfaltet, zum anderen unterstützt die Wärme die Regenerationsfähigkeit des Körpers.

Die Wässer in den beiden Schweb-Becken im Hochsole-Bereich und dem einzigartigen Salzsee – auch „Fränkisches Totes Meer“ genannt – stammen hingegen alleinig oder als Mischung aus der Solimed-Quelle. Unter der Erde, in circa 200 Metern Tiefe liegt die kristalline Kraft aus Jahrmillionen in Form eines großen Salzstockes. Vor über 250 Millionen Jahren befand sich hier ein Meer. Durch Austrocknung im Laufe der Zeit ist hiervon das Steinsalz übriggeblieben. Mit Heilwasser ausgelaut gelangt es als vollgesättigte Sole direkt ins „Fränkische Tote Meer“.

SCHON GEWUSST,..

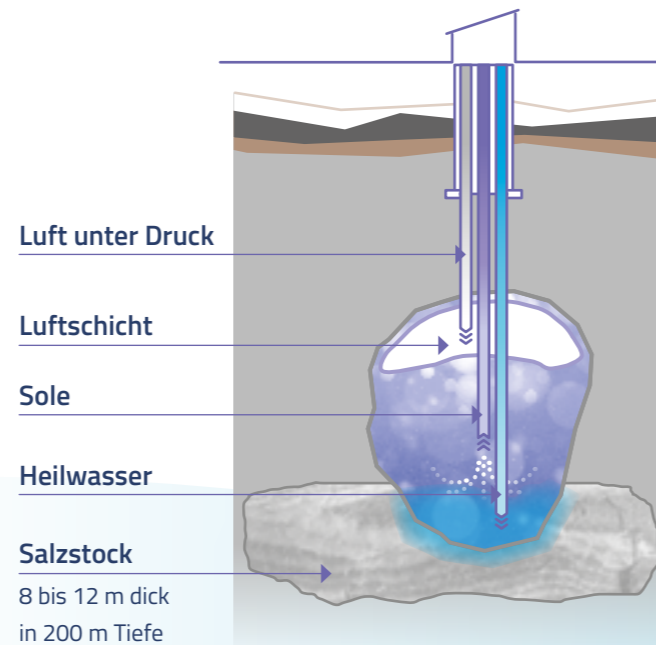
... dass der Kurort Bad Windsheim vor über 60 Jahren aufgrund seiner Heilwasserquellen zum anerkannten Heilbad ernannt wurde.

WAS IST SOLE ÜBERHAUPT?

Bei Sole handelt es sich um ein natürliches Heilmittel. Die wässrige Lösung enthält mindestens 14 Gramm gelöster Stoffe in einem Liter Wasser.

WAS VERSTEHT MAN UNTER VOLLGESÄTTIGTER SOLE?

Ist der Salzgehalt in einer Flüssigkeit so hoch, dass kein Salz mehr aufgenommen werden kann, spricht man von vollgesättigter Sole. Dieser Zustand ist im Salzsee der Franken-Therme Bad Windsheim ab einer Salzkonzentration von knapp 27% erreicht.



ZUSAMMENSETZUNG DER BAD WINDSHEIMER THERMALSOLE-QUELLE (entsprechend der Heilwasseranalyse vom 8. Juni 2006)

Kationen	mg pro l
Natrium	12.880
Kalium	528
Calcium	1.389
Magnesium	472,78

Anionen	mg pro l
Fluorid	3,6
Chlorid	20.117
Sulfat	4.446
Hydrogencarbonat	2.326

Summe der gelösten Mineralstoffe 42.762,38

Temperatur am Brunnenkopf: 29 °C

Flachfassung mit 1,5%-iger Sole: 319,5 m

Tiefenfassung mit 4%-iger Sole: 530 m

ZUSAMMENSETZUNG DER BAD WINDSHEIMER SOLIMED-QUELLE (Solebohrung 3)

Anionen	mg pro l
Fluorid	3,5
Chlorid	170.000
Sulfat	3.489
Hydrogencarbonat	293,82

Summe der gelösten Mineralstoffe 173.786,32

Salzstock: 200,9 m tief



Das Fränkische Tote Meer®

BADEVERGNÜGEN IN SO STARKER SOLE WIE SONST NIRGENDWO IN EUROPA

Der „Schatz“ der Franken-Therme ist das Salz, das direkt unter Bad Windsheim verborgen liegt. Der Salzsee wird nicht nur mit normaler Sole gespeist, sondern mit der selten vorkommenden „vollgesättigten Sole“. Mehr Salz kann das Thermalwasser hier nicht aufnehmen.

Der hohe Salzgehalt von 26,9% lässt die Badegäste im einzigartigen Salzsee der Franken-Therme förmlich auf der Wasseroberfläche schweben – schwerelos und tiefenentspannt. Dieses Phänomen kennt man sonst eigentlich nur vom berühmten Namensgeber im Nahen Osten, der seinen hohen Salzgehalt durch natürliche Gegebenheiten und klimatische Bedingungen erlangt.

Schon antike Herrscher sollen lange Reisen für ein Bad im Toten Meer mit seinem hohen Salzgehalt von bis zu 30 Prozent auf sich genommen haben. Denn viele Mythen betonten die gesundheitlichen Vorteile eines solches Bades schon damals – viele davon sind heutzutage auch medizinisch belegt. Darunter sind positive Auswirkungen auf entzündliche Hautkrankheiten. Der künstlich angelegte Salzsee in Bad Windsheim ist deutschlandweit in dieser Form einzigartig und wurde 2007 mit dem deutschen Tourismuspreis ausgezeichnet. Der Aspekt der Nachhaltigkeit spielte hier eine besonders große Rolle – schließlich werden alle Thermalsole-Becken aus den örtlichen Quellen gespeist.



SCHON GEWUSST,..

... dass man circa 45 Kilogramm Salz in die heimische Badewanne geben müsste, um einen so hohen Salzgehalt wie im Fränkischen Toten Meer® zu erreichen?

26,9%

Salzgehalt im einzigartigen Fränkischen Toten Meer®



Ihr Weg zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit

DIE SOLE-VIELFALT IN DER FRANKEN-THERME BAD WINDSHEIM

Entspannung finden, sich regenerieren und Ruhe genießen - eine Wohltat für Körper und Seele. Mit ihrer großen Vielfalt an unterschiedlichen Salzkonzentrationen im wohltemperierten Thermalwasser bietet die Franken-Therme Bad Windsheim gesundes Badevergnügen wie kaum eine andere Therme in Deutschland.

Alle sechs Thermalsole-Becken und der Salzsee sind gefüllt mit Bad Windsheimer Sole zwischen 1,5 und 26,9%. Strömungskanal, Sprudelliegen und Massagedüsen sorgen für genussvolle Abwechslung, während der aufsteigende Dampf in Kombination mit rein ätherischen Ölen im Aroma- und der feine Sprühnebel aus Bad Windsheimer Natursole im Salz-Dampfbad zum Durchatmen verhilft.

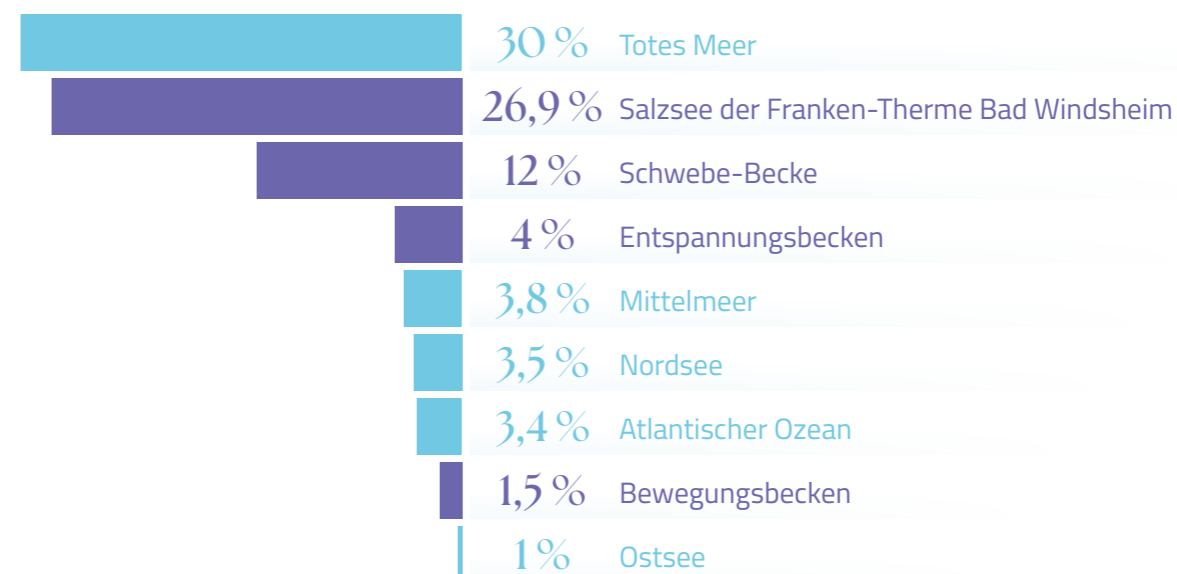
Von einem Solebad spricht man überhaupt erst ab einem Salzgehalt von 1,5%. In der Franken-Therme weisen gleich drei Becken, zwei davon befinden sich in den Außenbereichen, einen Salzgehalt von 1,5% auf. Mit dieser Salzkonzentration und einer Temperatur von rund 32°C sind diese Becken für alle Badegäste bestens geeignet.

Mit 4%-iger Sole weist das Entspannungsbecken in der Badehalle 2 der Franken-Therme eine höhere Salzkonzentration als die meisten Ozeane und Meere dieser Welt auf. Durch den leichten Auftrieb im Wasser werden die Gelenke entlastet. Es

profitieren vor allem Menschen, die außerhalb des Wassers in ihrer Bewegung eingeschränkt sind. Außerdem fördert die Wärme des Wassers die Durchblutung. Hautkrankheiten wie Neurodermitis können gelindert und Verspannungen der Muskulatur gelockert werden.

Um im Wasser „schweben“ zu können, muss der Salzgehalt des Beckens im zweistelligen Bereich liegen. In den beiden 12%-Becken der Franken-Therme erfahren die Badegäste einen so hohen Auftrieb ihres Körpers, dass sie ohne großes Mitwirken auf der Wasseroberfläche treiben können. Gäste mit Erkrankungen des Bewegungsapparates können hier besonders profitieren. Auch bei Atemwegserkrankungen wie Asthma oder Bronchitis hilft die feuchte, salzhaltige Luft. Die Atemwege werden befreit und die Leistungsfähigkeit der Lunge kann nachhaltig gesteigert werden.

Grundsätzlich lässt sich sagen: Je höher die Salzkonzentration im Thermalwasser ist, desto größer können die gesundheitlichen Benefits ausfallen.



▲ SALZGEHALT DER MEERE
▲ SALZGEHALT DER THERMALSOLE-BECKEN IN BAD WINDSHEIM



Die offene Badekur



AUCH FREIE, AMBULANTE
BADEKUR ODER VORSORGEKUR

Die Kombination aus Baden in wohltuender Sole, aktivierender Wassergymnastik und Tiefenentspannung kann im Kurort Bad Windsheim in Form einer offenen Badekur in Anspruch genommen werden. Es handelt sich hierbei um eine Vorsorgeleistung in anerkannten Kurorten mit dem Ziel der Gesundheitsvorsorge und dem Verhindern einer Verschlimmerung von bestehenden Krankheiten und Beschwerden. Offene Badekuren sind für Kassen- und Privatpatienten möglich. Die Kosten werden nach Beantragung in der Regel von den Kostenträgern übernommen.

SCHON GEWUSST,..

... dass Sie Ihren Kurantrag auch schnell und einfach online stellen können? Den vorausgefüllten Antrag übergeben Sie dann Ihrem Hausarzt, der ihn vervollständigt und beim Kostenträger einreicht.



IHR ANSPRUCH AUF EINE AMBULANTE VORSORGELEISTUNG IN BAD WINDSHEIM



Konsultation und Beratungsgespräch bei Ihrem eigenen Hausarzt



Einreichung des Antrages beim Kostenträger durch den Arzt



Prüfung des Kur-Antrages durch den Kostenträger, z.B. Ihre Krankenkasse



Bewilligung und Ausstellung der Kostenübernahmebescheinigung durch Ihren Kostenträger

Freie Wahl der Unterkunft (Zuschuss der Krankenkasse möglich)

Terminvereinbarung beim Badearzt im MVZ Bad Windsheim

Terminvereinbarung mit Ihrer Therapieeinrichtung, z.B. der Physiotherapie in der Franken-Therme



Wird Ihr Antrag abgelehnt, lohnt sich ein schriftlicher Widerspruch mit Unterstützung Ihres Arztes (Frist i.d.R. 4 Wochen)



Und sonst...

WIE SIE DIE BAD WINDSHEIMER SOLE NOCH ANWENDEN KÖNNEN

ALLES HAUTSACHE

Die warme Thermal-Sole sorgt dafür, dass die Durchblutung gefördert wird und sich das Bindegewebe der Haut dehnt. Die Sole kann bei Hautbeschwerden wie Neurodermitis oder Schuppenflechten außerdem Juckreiz lindern und entzündungshemmend wirken.

Für Patienten mit Hauterkrankungen kann auch eine **Photo-Sole-Therapie** Linderung verschaffen. Die Therapie besteht aus der Bestrahlung der Haut mit Schmalspektrum-UVB-Licht und dem Baden in salzhaltigem Wasser. Der Weg zu dieser Therapie führt über den Hautarzt.

ENDLICH DURCHATMEN

Die beim Baden in Thermalsole inhalierte feuchte, salzhaltige Luft befreit die Atemwege und kann sogar die Leistungsfähigkeit der Lunge verbessern.

Im **Gradierwerk** direkt neben der Franken-Therme gibt es einen ganz ähnlichen Effekt. Das Einatmen von zerstäubter Sole erweitert die Bronchien und löst Schleim.



PERSÖNLICHE AUSZEIT

Während eines Thermenbesuchs kann sich das Stresshormon Cortisol reduzieren. Hierdurch steigt das Wohlbefinden und die Badegäste können entspannen. Durch die warme Wassertemperatur erlebt der Körper außerdem einen Entspannungseffekt, was sich wiederum positiv auf die Schlafqualität auswirken kann.

Franken-Therme für Zuhause

PFLEGE UND GENUSS FÜR KÖRPER UND SEELE

Die mineralreiche Thermalsole der Franken-Therme kann viele positive Effekte auf die Haut der Badegäste haben. Das Beste der Bad Windsheimer Sole gibt es Dank der eigens für die Franken-Therme hergestellten Pflegeprodukte auch für zuhause.

Mit den Hautpflegeprodukten von „Finis salis“ - einer Marke der Franken-Therme Bad Windsheim - lässt sich die Haut ganz einfach verwöhnen.

In regionaler Zusammenarbeit mit diversen Partnern sind somit zahlreiche Produkte entstanden.

Die Gesichts- und Hautpflegeprodukte der Franken-Therme kommen ohne Parabene, Mineralöle und ohne Farbstoffe aus. Wohltuende und hochwertige Inhaltsstoffe sorgen für eine ganzheitliche Pflege. Verwendung finden die Produkte auch in den kosmetischen Anwendungen und Wohlfühl-Massagen im Wellness-Bereich.

Zu besonderen Anlässen wie z.B. Weihnachten werden liebevoll zusammengestellte Geschenkboxen angeboten. Diese enthalten neben Pflegeprodukten auch leckere Köstlichkeiten mit Bad Windsheimer Sole. Erhältlich sind die exklusiven Boxen dann vor Ort und im Onlineshop.



EXCLUSIVE
Geschenk-
boxen
ZU BESONDEREN
ANLÄSSEN