

Textvorlagen Therme und Sauna

Therme

Erlebnis Wasser: Bade- und Thermenwelt

Rauschende Gebirgsbäche, tiefblaue Bergseen und wilde Tobel prägen die Wasserlandschaft rund um Oberstdorf – Eindrücke, die sich in der Thermenwelt widerspiegeln.

Im Erdgeschoss öffnet sich die großzügige, lichtdurchflutete Badehalle mit insgesamt vier Becken. Große Fenster geben den Blick nach außen frei, während hochwertige Materialien das moderne Ambiente prägen und eine ruhige Atmosphäre schaffen.

Das **25-Meter-Becken** mit drei Schwimmbahnen ist der perfekte Ort, um aktiv zu bleiben und Bewegung mit Erholung zu verbinden. Ob entspanntes Bahnenziehen, gezieltes Einzeltraining oder sportliche Einheiten im Schul- und Vereinssport, hier finden sowohl Freizeitschwimmer als auch ambitionierte Sportler ideale Bedingungen. Darüber hinaus bietet das Sportbecken den passenden Rahmen für Aquafitness-Kurse oder Kinderschwimmkurse.

Im **Erlebnisbecken** findet sich eine Vielzahl an Wasserattraktionen wie Massagedüsen, Sprudelliegen und Bodensprudler. Ein Highlight ist der Wasserfall "Stuibenfall", der aus dem 1. Obergeschoss ins Becken hinabstürzt.

Das ganzjährig beheizte **Außenbecken** lädt zu entspannenden Momenten unter freiem Himmel ein. Direkt aus dem Innenbereich erreichbar, verbindet es die Innen- und Außenwelt der Therme. Massagedüsen und belebende Nackenduschen sorgen für eine vitalisierende Wassermassage und lassen den Alltag schnell vergessen.

Das **Kinderbecken** bietet ganz kleinen Wasserfans ein sicheres und fröhliches Abenteuer. Mit unterschiedlichen Wassertiefen, einer Rutsche und weiteren spaßigen Wasserattraktionen können unsere kleinen Gäste spielerisch das Wasser

erkunden. Hier entdecken Kinder die Freude am Wasser, während Eltern entspannt zusehen können.

Das **Dampfbad** unterstützt die natürliche Entgiftung des Körpers, öffnet die Poren und fördert die Durchblutung. Die hohe Luftfeuchtigkeit reinigt die Atemwege und erleichtert das Atmen.

Die tiefenwirksame Wärme der **Infrarotsauna** unterstützt die Lockerung der Muskulatur, fördert die Durchblutung und kann Verspannungen gezielt lösen. Darüber hinaus wirkt sie positiv auf die Regeneration und stärkt das Immunsystem.

Die großzügigen **Ruhebereiche** der Therme bieten den idealen Ort, um abzuschalten. Bequeme Liegen, eine entspannte Atmosphäre und der Blick in die Oberstdorfer Berge schaffen perfekte Bedingungen zum Ausruhen und Erholen.

Sauna

Wärme spüren und Ruhe finden

Fünf Saunen, davon zwei in der Panorama Lounge und drei im Saunagarten, verschiedene Aufgüsse und vier Ruheräume fördern Entspannung und schaffen innere Balance.

Die **Panoramasauna** bietet mit 80 °C die ideale Balance aus intensiver Wärme und spektakulärem Bergpanorama. Perfekt für alle, die kraftvolle Saunagänge und freie Sicht auf die Allgäuer Hochalpen genießen möchten. Die natürliche Kombination aus Stein und Holz sorgt für eine warme Atmosphäre. Sorgfältig ausgewählte Aufgüsse mit ätherischen Ölen unterstützen die Durchblutung, regen den Stoffwechsel an und verstärken das ganzheitliche Wohlfühl.

Die wohltuende Wärme und angenehme Luftfeuchtigkeit in der **Sportlersauna** sorgen für tiefe Entspannung und unterstützen die Regeneration nach einem erlebnisreichen Tag in Oberstdorf. Mit Blick auf die Skisprung-Arena und die Nebelhornbahn sowie das inszenierte Relief des berühmten Skispringers Heini Klopfer entsteht eine besondere Verbindung zur alpinen Sportwelt.

Mit 58 m² und dem eigenen Abkühlbereich "Hölltobel" ist die **Alpensauna** die größte Sauna der Therme Oberstdorf. Im heimeligen Stil einer Oberstdorfer Alphütte aus Altholz gebaut, sorgt sie für eine besonders stimmungsvolle Atmosphäre und ein intensives Schwitzerlebnis.

Bei 60 °C und einer niedrigen Luftfeuchtigkeit erinnert die **Heusauna** ganzjährig an den guten Duft schönster Sommertage. Das Aroma von echtem Oberstdorfer Heu macht die tiefe Verbundenheit zur Natur, regionalen Landwirtschaft und Tradition spürbar.

In der **Kräutersauna** erlebt man die Flora der Allgäuer Bergwelt auf eine ganz besondere Art. Da zum Aufguss Kräuter aus dem eigenen Kräutergarten der Therme verwendet werden. Der Saunameister gibt zudem wertvolle Einblicke in die lokale Kräuterwelt und ihre heilende Wirkung. So wird jeder Saunagang zu einer kleinen Reise in die Natur des Allgäus.

Ein besonderes Highlight ist der **Infinity-Pool** auf der Dachterrasse mit Blick auf den Allgäuer Hauptkamm. Abkühlbereiche mit Wasserfallduschen, Tauchbecken sowie Kneipp- und Armbecken fördern Regeneration und Wohlbefinden nach dem Saunagang.

Der Ruhebereich „Alpenglühen“ Bereich eröffnet Dir mit der großen Fensterfront Richtung Süden einen spektakulären Ausblick auf die majestätische Bergwelt. Gemütliche Liegen, Loungemöbel und Hängeliegen bieten den perfekten Platz, um zu entspannen. Der dekorative Effektkamin und die Saunabar sorgen für eine entspannte Umgebung.

Der Ruheraum „**Kraftquell**“ vereint die beruhigende Wirkung von Wasser mit der heilenden Kraft der Natur. Sanftes Plätschern, Fluss- und Waldgeräusche schaffen eine Atmosphäre, die Dich umhüllt und zur tiefen Entspannung einlädt.

Obheiter bezeichnet eine Wettersituation, bei der sich der Nebel im Tal hält, während es in oberen Lagen auf dem Berg klar und sonnig ist. Inspiriert vom diesem Allgäuer Begriff, lädt der Raum mit Südblick zum Abschalten und Durchatmen ein.

Der Duft der Zirbe, bekannt für seine beruhigende Wirkung auf Körper und Geist, trägt im Raum „**Zirbenwald**“ zu einer tiefen Entspannung bei. Der Ruheraum

kombiniert die heilende Kraft der Holzart mit einer modernen Atmosphäre und gibt den Blick nach Süden frei.

Wellnessangebot: Massagen und pflegende Anwendungen

Das vielfältige Wellnessangebot umfasst wohltuende Massagen und individuell abgestimmte Anwendungen. Zwei Behandlungsräume, darunter ein Raum für Partnermassagen, bieten Raum zum Loslassen und Durchatmen. Sanfte Wellnessmassagen mit warmen Kräuterölen fördern Gelassenheit und lösen Verspannungen, während aktivierende Sportmassagen die Muskulatur lockern und neue Kraft schenken. Ob kurze Entspannungseinheit oder intensive Regeneration – hier finden alle die passende Anwendung. So entsteht ein ganzheitliches Wellnesserlebnis, das individuell auf die Bedürfnisse der Gäste abgestimmt ist und den Aufenthalt optimal ergänzt.

Bildmaterial zur Therme finden Sie [hier](#).

Die Verwendung der Bilder ist nur im direkten Zusammenhang mit der Therme Oberstdorf und unter Angabe der Bildrechte gestattet.

Presse Kontakt:

Tourismus Oberstdorf

Stefanie Näbrig

Presse & Kommunikation

presse@oberstdorf.de

T+49 (0)8322 700-1208



Therme Oberstdorf

Lena Schach

Marketing & Vertrieb

schach@therme-oberstdorf.de

T+49 (0)8322 700-3022

