Textvorlagen Kurse & Veranstaltungen

Damensauna & Männerabend

Die Damensauna in der Therme Oberstdorf bietet Frauen jeden letzten Mittwoch im Monat einen exklusiven Rückzugsort zum Entspannen und Regenerieren. Das gesamte 2. Obergeschoss ist an diesem Tag ausschließlich für Frauen geöffnet. Sportlersauna, Panoramasauna mit Aufgüssen, Infinity-Pool und Ruheräume bieten dann den idealen Rahmen für entspannte Stunden und eine wohltuende Auszeit.

Beim Männerabend, dem äquivalent zur Damensauna, bieten wir unseren männlichen Gästen ebenfalls eine exklusive Auszeit. Ab 17 Uhr ist das gesamte 2. Obergeschoss für Männer reserviert – für entspannte Stunden und eine bewusste Auszeit vom Alltag.

Familientag
Badespaß und Sauna für Familien

Der Familientag in der Therme Oberstdorf verbindet Badespaß und Erholung für die ganze Familie. Jeden dritten Sonntag im Monat ist die Saunalandschaft bis 17 Uhr auch für Kinder in Begleitung ihrer Eltern geöffnet und macht den Thermenbesuch zu einem besonderen Erlebnis. Vergünstigte Familientarife, reduzierte Kids-Menüs, die Möglichkeit zur Seepferdchen-Abnahme sowie familienfreundliche Aktionen und kleine Überraschungen runden das Angebot ab.

Thementage „Wohlfühlmomente“

Bei den Wohlfühlmomenten entdeckt man die Therme Oberstdorf immer wieder neu. Passende Dekoration, stimmungsvolle Atmosphäre, kulinarische Highlights und thematisch abgestimmte Aufgüsse sorgen einmal im Monat für ein ganzheitlichen Erlebnis aller Sinne.

Wassergymnastik (kostenloses Mitmachangebot)

Jeden Dienstag von 10:15 bis 10:45 Uhr sorgt das gelenkschonende Training im Wasser für mehr Beweglichkeit, Kraft und Wohlbefinden. Die Übungen eignen sich für jedes Alter und Fitnesslevel und nutzen den natürlichen Widerstand des Wassers, um die Körpermitte zu stärken und die Muskulatur sanft zu aktivieren.

Aqua-Fit (kostenloses Mitmachangebot)

Das effektive Kraftausdauertraining beim Aqua-Fit stärkt die Muskulatur und bringt den Kreislauf in Schwung. Mithilfe von Aqua-Discs und dem natürlichen Wasserwiderstand werden Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit auf gelenkschonende Weise gefördert – ideal für mehr Fitness im Alltag.

Kinder-Schwimmkurse

Für Kinder ab 5 Jahren bieten die Schwimmkurse der Therme Oberstdorf einen spielerischen Einstieg in die Welt des Schwimmens– für mehr Sicherheit und Freude im Wasser. Neben den Grundlagen des Brustschwimmens werden wichtige Fähigkeiten wie Schweben, Tauchen, Springen sowie sicheres Fortbewegen im Wasser vermittelt.

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