

Umfang: 10.340 Zeichen (inkl. LZ)
1.407 Wörter
132 Zeilen

Verantwortlich:
Luise Karwofsky
(Junior Manager PR/Sales)
Tel.: +49 (0)341 7104-300
E-Mail: l.karwofsky@ltm-leipzig.de
Download Presstexte: www.leipzig.travel/presse
Download Fotos: www.leipzig.travel/fotoarchiv



PRESSE-INFORMATION

Herbstblues adé – Sechs Tipps für ein Wellnesswochenende in der Leipzig Region

Draußen prasselt der Regen, der Herbstwind fegt die Blätter von den Bäumen, es ist grau und kalt – höchste Zeit, Körper und Seele etwas Gutes zu tun! Für einen Kurzurlaub mit Erholungsfaktor muss man nicht weit reisen, denn die Leipzig Region bietet ideale Voraussetzungen, um einen Städtetrip mit Wellness zu verbinden. Stadt und Umland punkten mit kultureller Vielfalt, reizvoller Natur und abwechslungsreichen Erholungsangeboten. Hier eine Auswahl von sechs Zielen für entspannende Wellnessausflüge, die man ab Leipzig in maximal einer Stunde Fahrt erreicht.

Eintauchen und Wohlfühlen in der Sauna im See

Für Saunaliebhaber bietet sich im südlichen Leipziger Neuseenland ein ganz besonderes Highlight: Die Sauna im See, die sich wortwörtlich im Cospudener See befindet. Erbaut auf 16 Pfeilern über dem Wasser ist sie nur über einen eigens dafür angelegten Steg am Hafen Zöbiger erreichbar. Der Cospudener See zählt auch aufgrund seiner Nähe zur Stadt zu den beliebtesten Naherholungszielen Leipzigs. Am Hafen laden Restaurants und Fahrgastschiffahrt zum Verweilen und Entdecken ein.

Erholungssuchende können bei einem Besuch der Sauna im See zwischen Panoramasauna, Kräutersauna, Hafensauna und einem Tropenbad mit Soleverneblung wählen. Russisches Saunaflair kommt beim Wenikritual auf, bei dem eingeweichte Birkenruten mit einem entzündungshemmenden Birkensud aufgegossen werden. Nach dem Schwitzen geht es zum Abkühlen über einen saunaeigenen Zugang direkt ins glasklare Wasser des Cospudener Sees – und das zu jeder Jahreszeit! Ein besonderes Wellnesserlebnis ist der **Warmwasser-Badezuber** auf der Außenanlage, in dem bis zu vier Personen Platz finden. Den weitreichenden Blick auf den See gibt es gratis, die außergewöhnlichen Anwendungen wie z. B. das Hopfenbadritual bucht man extra dazu. Dabei wird dunkles Doppelbockbier ins Badewasser gegeben. Die Stoffe des Gerstensaftes wirken entschlackend und regen den

Zellstoffwechsel an. Damit auch der Geschmackssinn nicht zu kurz kommt, werden Bockbier und frisches Brot mit Knackern gereicht. Beim Kräuterbad hingegen wird dem Badewasser ein frischer Kräutersud mit ätherischen Ölen zugesetzt. Dazu gibt es einen Schmalzbrötter, Kräuterlinge und Tee. Anschließend kann man es sich eingekuschelt in den Bademantel vor dem Kamin im Ruheraum gemütlich machen und durch die großen Panoramafenster den Sonnenuntergang genießen. Verschiedene Massageangebote sowie ein kleines Restaurant runden das Angebot ab. Entspannung für Leib und Seele!

Von heiß bis kalt: Alles für das Wohlbefinden in der Meri Sauna am Kulkwitzer See

Etwa 14 Kilometer westlich von Leipzig befindet sich die Meri Sauna am Kulkwitzer See. Die maritime Wellnessoase bietet mit ihren Saunen ein Rundum-Wohlfühlpaket für Ruhe- und Erholungssuchende. Neben Kräutersauna, Sanarium und Dampfsauna im Innenbereich stehen den Gästen im Außenbereich eine Erdsauna, Eventsauna und die Maximus-Sauna zur Verfügung. Letztere ist mit dem Erlebnisofen Maximus ausgestattet, bei dem automatisch zu jeder halben Stunde ein Aufguss mit Lichteffekten erzeugt wird. Die Saunen liegen idyllisch eingebettet in einen Naturgarten mit Schwimmteich, der auch zur Abkühlung genutzt werden kann. Zudem gibt es eine Außendusche sowie verschiedene Erlebnisduschen im Innenraum. Entspannung findet man anschließend in den stilvollen Ruheräumen oder den Liegewiesen am Sandstrand im Garten.

Verschiedene gesundheitsfördernde Massagebehandlungen komplettieren das ganzheitliche Angebot der Meri Sauna. Eine Wellnessbehandlung der anderen Art ist ein Besuch der **Kältekammer**. Dabei begibt man sich für etwa drei Minuten in -85 °C. Die frostige Ganzkörpertherapie entstand Anfang der 1980er Jahre in Japan und wird u.a. bei Muskel- und Gelenkerkrankungen, Neurodermitis sowie Depression angewandt. Für das kulinarische Wohl sorgen die Restaurants Tuli und Meri, letzteres kann auch von externen Gästen genutzt werden. Beide Restaurants verfügen über eine stimmungsvolle Außenterrasse und bieten regionale Speisen unter Verfeinerung mit Kräutern aus dem saunaeigenen Garten an.

„... und ich fühl mich wohl!“ – Entspannen im HEIDE SPA Bad Düben

Unter diesem Motto begrüßt das HEIDE SPA Hotel & Resort in Bad Düben seine Gäste. Das 4-Sterne-Superior-Hotel mit seinen 98 Zimmern und Suiten wurde vom Deutschen Wellness Verband zertifiziert. Auf einer Gesamtwasserfläche von 850 Quadratmetern vereinen sich in der Badelandschaft des Spas verschiedene Innen- und Außenbecken, Whirlpools, separate Kleinkinderpools, Sprudelliegen und ein Strömungskanal.

Das Highlight des HEIDE SPA ist die großzügig angelegte Saunawelt mit Dampfbad, finnischer Sauna und Biosauna. Im Außenbereich stehen zudem eine Keloholz-Erdsauna sowie eine Keloholz-Blockhaussauna bereit. Hinzu kommt ein weitläufiger Wellness-, Beauty- und Therapiebereich mit zahlreichen Verwöhnarrangements für Gesicht und Körper

sowie dem eigens entwickelten Wellness-Konzept und **Signature-Treatment „Siusili“**. Dabei werden über 1.500 Jahre alte slawische Bräuche und Rituale zum Leben erweckt und in die Wohlfühlwendungen integriert. Auch der heimische Heidehonig findet bei „Siusili“-Behandlungen, -Speisen und in einer eigens entwickelten Pflegeserie Verwendung. Ebenso wird im HEIDE SPA mit Naturmoor kuriert. Testen kann man die besonderen Angebote beispielsweise bei der Buchung der „Freundinnen-Wellnesstage“, einem Rundum-Wohlfühlpaket für ein entspanntes Wochenende. Die verschiedenen gastronomischen Einrichtungen des Resorts setzen auf regionale Küche.

Unmittelbar an das Hotel schließt sich der Garten der Sinne an. Die weitläufige Grünanlage mit zahlreichen interaktiven Stationen spricht verschiedene Sinnesorgane an und lädt zum Ausprobieren ein. Über den Kur-Stadt-Weg ist die historische Altstadt mit aufwändig sanierten kleinen Geschäften, Restaurants und Cafés schnell erreicht. Am Fuße der mittelalterlichen Burg Düben kann man im Naturparkhaus spannende Ausstellungen zur Stadt und der angrenzenden Dübener Heide erleben.

Erholen und Toben im RIFF-RESORT Bad Lausick

Nach etwa einer halben Stunde Zugfahrt ab Leipzig erreicht man das Kur- und Freizeitbad RIFF in Bad Lausick. Seit der Entdeckung des Bad Lausicker Heilwassers im Jahr 1820 hat sich die Stadt zu einem beliebten Kurort entwickelt. Das als familienfreundlich klassifizierte 3-Sterne-Resort bietet neben einem weitläufigen Spaßbadbereich auch vielseitige Wellnessangebote für Körper und Geist. Klassische Massagen, hochwertige Kosmetikbehandlungen und duftende Unterwassermassagebäder in der Whirlwanne ermöglichen eine Auszeit vom Alltag.

Ein besonderes Highlight im RIFF Resort ist das **Rasulbad**. Das orientalische Pflegeritual verbindet Heilschlammbehandlung mit Massage, Peeling und Dampfbad. Die Anwendung findet in einem Kräuterdunstraum, dem Rasul, statt. Die Kräuterdämpfe in Kombination mit dem Schlammpeeling sorgen für eine bessere Durchblutung der Haut und regen den Stoffwechsel an. Seit Oktober 2020 kann man zusätzlich auch eine Lymphdrainage im RIFF buchen. Die Entstauungstherapie für das Lymphgewebe trägt dazu bei, Schmerzen zu lindern und die Atemwege zu stärken. Wer seinen Liebsten etwas Gutes tun möchte, kann aus den speziellen (Geschenk-)Angeboten für Mutter-Tochter-Behandlungen wählen oder ein Wellnesswochenende mit Freundinnen buchen.

An die großzügige Sauna- und Wellnesslandschaft schließt sich in unmittelbarer Nähe der Kurpark mit einem Netz an Kurterrainwegen an. Ausgehend vom Park ermöglichen verschiedene Touren ein kontrolliertes Training für Herz und Kreislauf. Der Kurpark im englischen Stil beeindruckt durch seinen großen und alten Baumbestand. Mittelpunkt des Parks ist die Freilichtbühne, die aufgrund ihrer außergewöhnlichen Form den Namen „Schmetterling“ erhielt. Viele Veranstaltungen von Lesungen über Kabarets und Vorträge bis

hin zu thematischen Naturspaziergängen zu jeder Jahreszeit finden im Rahmen des Gesundheitsangebots des Kurortes statt.

Mit allen Sinnen im Saunadorf Platsch Oschatz

Etwa 60 Kilometer von Leipzig entfernt lädt das Saunadorf Platsch in Oschatz zum ausgiebigen Dampfbaden ein. Nach zweijährigen Umbauarbeiten stehen Besuchern seit 2020 mehrere Saunen im Innen- und Außenbereich zur Verfügung. Ein besonderes Highlight: die **Tuli®-Sauna** mit Kaminfeuer und einer Temperatur von ca. 120 °C. Die trockene Saunaluft und das knisternde Feuer sorgen für eine ganz besondere Wohlfühlatmosphäre. Die Gäste können außerdem zwischen Salzkristall-Sauna, Kräutersauna, Ruusu-Sauna und milder Biosauna wählen. Idyllisch eingebettet in eine naturnahe Gartenanlage befinden sich die Außensaunen in an die finnischen Originale angelehnten Holzhütten. Im Nachgang kann man sich im großen Saunagarten mit beheiztem Soleschwimmbekken, Tauchbekken, Ruhehaus und Liegebereich entspannen. Der neue **Fußreflexzonenpfad „Via Sensus“** garantiert Wellness für die FüÙe: Unterschiedlich geformte Keramiksteine, die die FüÙe stimulieren und das Wohlbefinden des gesamten Organismus fördern, kommen dabei zum Einsatz. Für das leibliche Wohl ist im Gastronomiebereich gesorgt, der auch für externe Gäste nutzbar ist.

Neben dem Saunadorf ist die Innenstadt Oschatz mit zahlreichen Bauwerken aus dem Mittelalter und der Renaissance einen Besuch wert. Vom nahegelegenen Bahnhof gelangt man mit der historischen Schmalspurbahn „Wilder Robert“ entlang der geschichtsträchtigen Sächsischen Dampfbahnroute nach Mügeln. Thematische Herbst- und Adventsfahrten sorgen für besondere Erlebnisse.

Das Außergewöhnliche erleben: Schwerelos Entspannen in Torgau

Lust, mal etwas ganz Besonderes auszuprobieren? Das Aquavita Sport- und Freizeitbad in Torgau bietet neben einer attraktiven Saunalandschaft einen echten Geheimtipp für Experimentierfreudige. Beim Schwebebaden, dem sogenannten **Floating**, kann man Hektik und Stress des Alltags entfliehen und sich einfach treiben lassen. In einem abgedunkelten Becken ohne ablenkende Reize von außen finden bis zu zwei Personen Platz. Der hohe Salzgehalt im Wasser führt zu einem Gefühl der Schwerelosigkeit und trägt zur Entspannung zahlreicher Muskelgruppen bei.

Wer die Leipzig Region besuchen möchte, kann bei der Leipzig Tourismus und Marketing GmbH u.a. das Reiseangebot „Wellness Kurzurlaub in Leipzig“ buchen. Weitere Informationen: www.leipzig.travel/reiseangebote