



## Das Salz des Lebens vielseitig einsetzbar

(Mynewsdesk) Salz, auch als weißer Schatz bezeichnet, ist Grundlage allen Lebens. Die kleinen Kristalle, welche früher wertvoller als Gold waren, sind als Mineralstoff für den menschlichen Körper unentbehrlich.

Ein gewisses Maß an Salz, welches unser Körper nicht selbst bilden kann, benötigen wir unter anderem für einen funktionierenden Stoffwechsel, zum Knochenaufbau und zur Regulation unseres Flüssigkeits- und Mineralhaushalts.

Doch nicht nur die Nahrungsaufnahme von Salz ist für unsere Gesundheit wichtig ? schon seit Jahrhunderten ist bekannt, dass eine salzhaltige Luft auch von außen für die Gesundheit förderlich ist. Bei einem Spaziergang an der Saline oder an frischer Meeresluft - die wohltuende Wirkung für die Atemwege ist schnell zu spüren.

Die VitaSol Therme in Bad Salzuflen bietet ihren Gästen hierfür eine verglaste Soleinhalation mit echtem Miniatur-Gradierwerk. Von hier aus blickt der Gast in die gesamte ThermenLandschaft, so dass das Inhalieren zum Wohlfühlerlebnis wird. Am kleinen Gradierwerk tropft die natürliche Sole des Gustav-Horstmann-Sprudels über Schwarzdornreisig, an dem sich bestimmte Inhaltsstoffe der Sole, wie zum Beispiel Kalk, absetzen, so dass hochkonzentrierte Sole durch schnelle Verdunstung an die Luft abgegeben wird. Dabei werden die natürlichen Mineralien freigesetzt. Bei angenehmen 33-35°C können dann die sogenannten Aerosole in Form eines angenehmen Sprühnebels eingeatmet und somit der Selbstreinigungsmechanismus der Atemwege unterstützt werden. Gerade in der Erkältungszeit ist die Soleinhalation eine wahre Wohltat.

Im Zusammenspiel mit Wärme wirkt sich die Thermalsole insgesamt positiv auf den gesamten Organismus aus. Die sieben Thermalsolebecken der VitaSol Therme werden mit dem Wasser aus der tiefsten, salzhaltigsten und wärmsten Quelle von Bad Salzuflen gespeist. So kann bei 3-prozentigem Solegehalt und bei bis zu 38 °C der wohltuende Effekt der Thermalsole genossen werden. Ein Bad in der Thermalsole regt den Stoffwechsel an, entschlackt und verbessert die Durchblutung. Erhöht man den Solegehalt sogar noch auf 12 %, wie im Soleintensivbecken der Vitasol Therme, erlebt man nicht nur ein Gefühl der Schwerelosigkeit, sondern ist auch nach kurzer Zeit tiefenentspannt. Für eine reizreduzierte Umgebung und entspannende Atmosphäre sorgt zudem eine beruhigende Unterwassermusik. Dass das Baden in warmen Thermalwasser Körper und Geist gleichermaßen entspannt und nachweislich Stress reduziert, bewiesen das Landeskrankenhaus St. Pölten und die Medizinische Universität Graz in einer gemeinsam veröffentlichten Studie.

Auch beim Saunabesuch wird darf das wertvolle Salz nicht fehlen: Ein Saunagang, beispielsweise in der 90°C warmen Salzauna der VitaSol Therme, stärkt das Immunsystem. Ein anschließender Salzabrieb belebt und pflegt die Haut durch ein sanftes natürliches Peeling und fördert zusätzlich die Durchblutung. Wenn das Salz dann noch mit ätherischen Ölen angereichert ist, wirkt das Peeling je nach Duftrichtung von belebend bis beruhigend.

Ob im Thermalwasser, beim Salzpeeling oder in der Soleinhalation, es gibt viele Wege, den positiven Effekt des Salzes zu genießen. Das Mineral, welches über die Jahrhunderte nicht an Reiz und Faszination verloren hat, bietet so viele innere und äußere Anwendungsmöglichkeiten, dass die Verwendung auch in Zukunft die Wellness- und Gesundheitslandschaft bereichern wird.

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/62uptd>

Permanenter Link zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/gesundheit/das-salz-des-lebens-vielseitig-einsetzbar-87630>

=== Soleinhalation mit Thermenblick (Bild) ===

Shortlink:

<http://shortpr.com/gcon3p>

Permanenter Link:

<http://www.themenportal.de/bilder/soleinhalation-mit-thermenblick>

## Pressekontakt

VitaSol Therme GmbH

Frau Corinna Will  
Extersche Str. 42  
32108 Bad Salzuflen

[c.will@vitasol.de](mailto:c.will@vitasol.de)

## Firmenkontakt

VitaSol Therme GmbH

Frau Corinna Will  
Extersche Str. 42  
32108 Bad Salzuflen

[vitasol.de](http://vitasol.de)  
[c.will@vitasol.de](mailto:c.will@vitasol.de)

Die Philosophie der VitaSol Therme basiert auf den vier Bausteinen einer optimalen Erholung: Bewegung, wechselwarme Anwendungen, körperliche Erholung und mentale Erholung. So erwartet den Gast in der ThermenLandschaft eine Vielfalt ganz besonderer Sole-Attraktionen. Besonderes Wohlfühlfeeling bietet das Intensivsolebecken mit 12-prozentiger Sole. Bei entspannender Unterwasserwassermusik verfliegt der Alltagsstress ganz von selbst. Außerdem darf in der neuartigen Soleinhalation samt Miniatur-Gradierwerk, dem Glas-Dampfbad sowie der großen Sole-Regenwolke entspannt werden.

Neben dem umfangreichen Fitness- und Wellnessangebot lockt der weitläufige SaunaPark mit finnischen Saunen. Auch kulinarisch wird man verwöhnt. Die leichte Küche im KochWerk sorgt für ein erfrischendes Geschmackserlebnis.