

# Wellness - Portrait

**Meeresstrand, Mittelgebirge, Wälder, Wiesen, Heide-, Moor- und Flusslandschaften: Niedersachsen ist ein Naturparadies von beeindruckender Vielfalt. Von der Nordseeküste über den Teutoburger Wald und das Weserbergland bis hinauf zu den Höhenzügen im Harz hat Niedersachsen ganz unterschiedliche Landschaftszonen zu bieten. Darunter auch zwei Nationalparks - Wattenmeer und Harz - sowie das Biosphärenreservat Elbtalaue.**

## **Niedersachsen ist gesund...**

Der Naturreichtum beschert Niedersachsen nicht nur viele Ausflügler und Urlauber, sondern birgt zugleich viele heilende Bodenschätze. Aufbereitet für zahlreiche Gesundheits- und Wellnessangebote, bieten Heilbäder und Kurorte ideale Voraussetzungen zum Ausspannen, gesund werden und sich verwöhnen lassen. Mineral- und Moorheilbäder, Seebäder, heilklimatische Kurorte und Kneipp-Kurorte bieten ein umfassendes Vorsorge- und Rehabilitationsprogramm - natürlich unter dem wachsamen Auge des gut geschulten und erfahrenen Fachpersonals. In 110 Heilbädern, Kur- und Erholungsorten finden Therapie- wie Erholungssuchende ihr ganz individuelles Gesundheitsprogramm. Dem einen dient die Sole als Gesundbrunnen, dem anderen tut die heilende Seeluft wohl. Ein spezielles Heilklima herrscht auch im unterirdischen Heilstollen in Bad Grund. Die verschiedenen Behandlungsmethoden mit natürlichem Moor wirken bei vielen Beschwerden lindernd und wohltuend. Angeboten werden Therapien verschiedenster Art: Kompaktkuren, ambulante Vorsorge- und Rehabilitationsleistungen, Pauschalkuren für Selbstzahler, Mutter-Kind-Maßnahmen und vieles mehr. Die Heilbäder mit ihren Freizeitanlagen haben mittlerweile einen lebendigen Erlebnis- und Wellness-Charakter. Trotzdem sind hier therapeutische Kompetenz und eine moderne Ausstattung obligatorisch. Die Behandlungen sind auf eine dauerhafte und nachhaltige Wirkung angelegt - das Wohlbefinden der Besucher steht dabei stets im Mittelpunkt. Tradition und Moderne harmonisieren optimal miteinander. Kein Wunder, dass sich viele Heilbäder längst zu attraktiven Zielen für aktive und gesundheitsbewusste Urlauber entwickelt haben.

In allen Heilbädern Niedersachsens haben sich die Anbieter von Unterkünften auf die Bedürfnisse der Besucher eingestellt. Ob kleine, familiäre Pension oder luxuriöses Sterne-Hotel, die Betreuung der Gäste kann überall individuell auf das Therapieziel angepasst werden

## **Niedersachsen ist Wellness-Land...**

Niedersachsen bietet viel für Körper und Geist. Ausgefallene, hochwertige Angebote garantieren einen Verwöhnurlaub der besonderen Art: Ayurveda, Shiatsu, Lomi Lomi Nui als indische, japanische und hawaiianische Massagen, Thalasso-Therapie, Hamam, Kneipp-Wassertreten, Algen-Bäder, ein ostfriesisches Teebad mit duftender Milchmolke sowie Gesichtsbearbeitungen und leichte Aktivitäten in der Natur- die Palette der Wellnessangebote in Niedersachsen wächst und wächst.

Knapp 60 Wellness-Gastgeber sind über das Wellness-Portal auf [www.reiseland-niedersachsen.de](http://www.reiseland-niedersachsen.de) zu erreichen, außerdem 17 Thermen und Day Spas,

sowie Anbieter von Medical Wellness. Dazu gibt es zahlreiche komplette Wellness-Angebote und jede Menge weiterführende Informationen zum Thema Wellness.

## **Ausgezeichnete Heilbäder**

Die niedersächsischen Orte locken mit zum Teil einmaligen Angeboten wie zum Beispiel Bad Münster mit sieben verschiedenen Heilquellen, Bad Grund als einziger Ort mit Heilstollen-Kurbetrieb in Niedersachsen oder das bade:haus Norderney als das größte Thalassohaus Europas.

Für einige gab es sogar schon Auszeichnungen: Bad Pyrmont, Bad Harzburg, Langeoog und Bad Zwischenahn kamen 2008 bei einer Untersuchung des Europäischen Tourismus Instituts (ETI) über die Heilqualität unter die ersten fünf Plätze in Deutschland.

## **Zertifizierte Wellnessbetriebe**

Der Heilbäderverband Niedersachsen zertifiziert und prüft die Vergabe von "(Medical) Wellness Stars" in Niedersachsen. Mit diesem umfangreichen Bewertungssystem können Hotels, Kliniken, Sanatorien, Gesundheits- und Reha-Zentren, Thermen oder Wellness-Einrichtungen von unabhängiger Stelle geprüft werden. Je nach Qualität und Angebotsumfang gibt es zwischen drei und fünf Sterne. Ursprünglich stammen die Wellness Stars aus Baden-Württemberg und sind ein geprüftes Qualitäts-Gütesiegel, das Transparenz über die fachliche und gesundheitstouristische Kompetenz der ausgezeichneten Einrichtungen gibt. Bereits zwölf niedersächsische Einrichtungen konnten mit den Wellness Stars ausgezeichnet werden: die Bentheimer Mineraltherme in Bad Bentheim, die Hufeland Therme in Bad Pyrmont, Wellness am Meer in Bad Zwischenahn, die Landgrafentherme in Bad Nenndorf, das Hotel Papst auf Juist, das Steigenberger Hotel and Spa in Bad Pyrmont, das Strandhotel Georgshöhe auf Norderney, das BadeWerk Neuharlingsiel, die Jode-Sole Therme in Bad Bevensen, das carpesol in Bad Rothenfelde, die Moor-Therme in Bad Bederkesa und das Ocean Wave in Norden-Norddeich. Weitere werden folgen.