

# SILBER-THERME

# aktuell

Angebote Wissenswertes Veranstaltungen Gewinnspiel

## DAS GÄSTE-MAGAZIN



## Natürlich zu Fuß Wandern im Kurort Warmbad

### Liebe Gäste,

zum Start in die Sommersaison begrüßen wir Sie herzlich mit unserer neuen Ausgabe der „Silber-Therme aktuell“. Unser Gästemagazin soll Ihnen zugleich Ratgeber und Wegweiser während des Aufenthaltes bei uns sein und Sie mit allen wichtigen Informationen versorgen. In der neuen Ausgabe informieren wir Sie u. a. über unsere Sommeraktion, wie Sie eine Trinkkur durchführen können und was der bunte Kultursommer im Kurpark Warmbad für Sie zu bieten hat.

Mit einem herzlichen „Glück Auf“ grüßt Sie das Team der Kur- und Gesundheitszentrum Warmbad Wolkenstein GmbH



### Terrainkurweg 6: Großer Brandring Wegelänge: 4,5 km

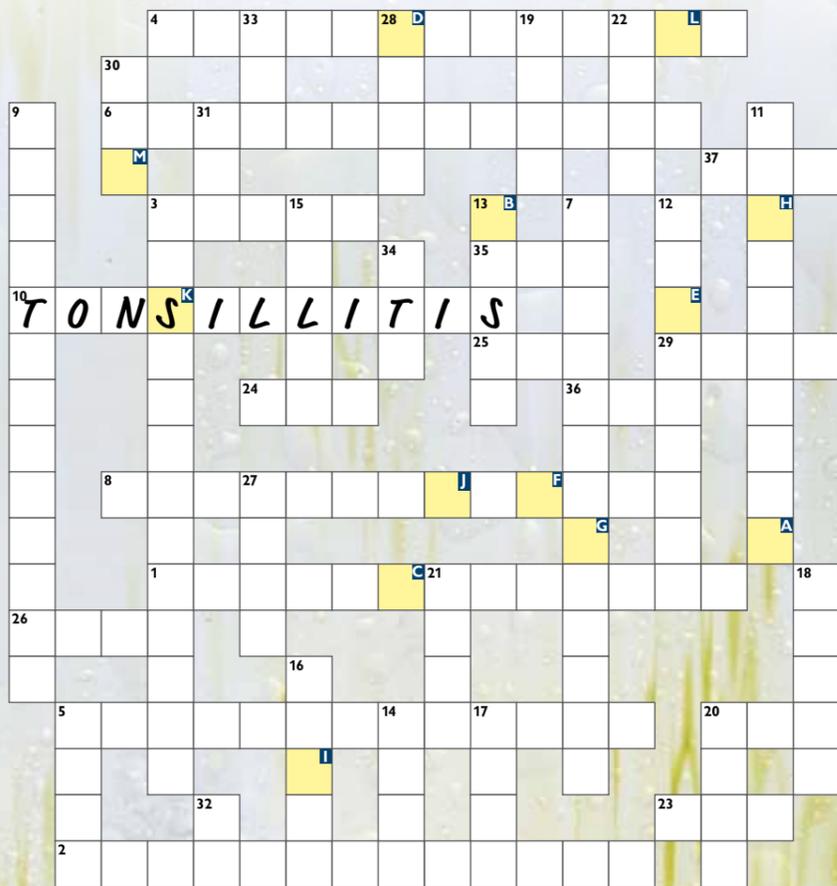
Überwiegend in den dichten Erzgebirgswald eingebettet, bahnt sich der große Brandring seinen Weg teilweise auch über die Wiesen und Fluren der Gegend.

Er nimmt seinen Ursprung unter den Linden der Lindenallee und führt ortsauwärts in nördliche Richtung hin zum Brandwaldgebiet, das seinen Namen noch aus Zeiten trägt, in denen Köhlereien hier ansässig waren. Hier lohnt es sich den Blick schweifen zu lassen um die malerische Landschaft zu bestaunen.

Einen idealen Aussichtspunkt ins schöne Tal der Zschopau nach Floßplatz mit dem Bahnhof Warmbad erhält der geübte Wanderfreund durch einen Abstecher linkerhand zum Aussichtsplateau am Kellerlochfelsen.

Die Länge und der gebirgige Wegverlauf machen die Route durchschnittlich belastbaren Wanderern empfehlenswert.

- Waagrecht:**
- 1 techn. Beruf
  - 2 Hersteller
  - 3 ängstlich zaudern
  - 4 Weinbauer
  - 5 Insekt
  - 6 Schwammerl
  - 8 Ambulanz, Klimomobil
  - 10 Krankheit
  - 20 Abk.: Bundesgerichtshof
  - 23 Bergbauprodukt
  - 24 Abk.: Bergwerk
  - 25 Abk.: Europäische Verteidigungsgemeinschaft
  - 26 Mensch aus fernem Land
  - 29 lat.: Teil
  - 35 Universum
  - 36 Abk.: Bundeslehranstalt
  - 37 TV-Sportkürzel: Nordirland
- Senkrecht:**
- 3 Aufeinandertreffen, Kollision
  - 5 Kw.: Nationalsozialist
  - 7 Steward
  - 9 Figurspiel hinter Licht
  - 11 exot. Frucht des chin. Strahlengriffels
  - 12 frz.: Handelsgesellschaft
  - 13 Feldtier, Haustier, Nagetier, Tier Mz.
  - 14 krampfartige Schmerzanfälle
  - 15 drängend/dringend/hastig/unaufschiebbar/wichtig
  - 16 Zug
  - 17 frz.: Schule
  - 18 Laubbaum
  - 19 Kochgeschirr
  - 20 engl.: Vogel
  - 21 kurzfristig hell leuchtender Stern
  - 22 Eskimohütte
  - 27 engl.: dieses
  - 28 Währung: Südafrika
  - 30 Olympiakürzel: Ukraine
  - 31 Abk.: per procura, Handlungsvollmacht
  - 32 Olympiakürzel: Türkei
  - 33 taufirsch
  - 34 lat.: usw.



Einsendeschluss: 15.9.2014

Bitte senden Sie eine Postkarte/E-Mail oder ein Fax mit dem richtigen Lösungswort unter dem **Kenntwort Rätsel – Silber-Therme aktuell** an:

**Kur- und Gesundheitszentrum Warmbad Wolkenstein GmbH**  
Am Kurpark 3, 09429 Wolkenstein OT Warmbad  
Fax: 037369 151-17 oder E-Mail: info@warmbad.de

Der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt und erscheint in der Ausgabe September 2014 „Silber-Therme aktuell“.

**Zu gewinnen gibt es: den Wellness-Tag „Der Einsteiger“**

Der Gewinner der letzten Ausgabe „Silber-Therme aktuell“ mit dem Lösungswort „Entspannung“ ist:  
**Silvio Hielscher aus Thermalbad Wiesenbad**  
Herzlichen Glückwunsch!

LÖSUNGSWORT  
A B C D E F G H I J K L M

## Informationen:

Kur- und Gesundheitszentrum  
Warmbad Wolkenstein GmbH  
Am Kurpark 3  
09429 Wolkenstein OT Warmbad  
Tel. 037369 151-15 · Fax 037369 151-17  
info@warmbad.de  
www.warmbad.de

IMPRESSUM  
Herausgeber: Kur- und Gesundheitszentrum Warmbad Wolkenstein GmbH  
Layout: BUR Werbeagentur GmbH  
Fotos: Kur- und Gesundheitszentrum Warmbad Wolkenstein GmbH, BUR Werbeagentur GmbH

## Silber-Therme Warmbad



Schließtage der Silber-Therme:  
23. - 27. Juni, 24./31. Dezember

**SUPER-SOMMER-PREISE bis 31.8.2014**

Fotos: Katrin Albrecht

**BERGSTADT WOLKENSTEIN**  
Staatlich anerkannter Erholungsort



jeden 1. Sonntag im Monat:  
Schlossführungen 10.30 Uhr / 14.30 Uhr

**www.stadt-wolkenstein.de**  
Museum und Gästebüro im Schloss Wolkenstein · Tel. 037369 87123  
mit Ausstellung „Land der Amethyste“

wandern,  
entdecken,  
erholen



# aktuelle ANGEBOTE *Greifen Sie zu!*

SILBER-THERME *aktuell*  
DAS GÄSTE-MAGAZIN



## Der Einsteiger

- ganztägiger Thermen- und Saunabesuch
- **1 Ganzkörperpflegepackung** nach Wahl auf der Klangwellenliege und danach ein Getränk
- **1 Aromaöl-Rückenmassage**
- 1 Nutzung des Salinariums oder der Collagen-Lichttherapie

Preis: **39,00 €**

**JETZT BUCHEN** unter Tel. 037369 151-50 oder im Online-Shop unter [www.warmbad.de](http://www.warmbad.de)



## So schmeckt der Sommer

### Wrap mit Lachs und Dill-Pesto

Arbeitszeit: 35 Min.  
Schwierigkeitsgrad: einfach  
Brennwert pro Pers.: 485 kcal

**Dill-Pesto:**  
Dill waschen und abtrocknen, fein schneiden und mit Meerrettich, Honig, Senf und Öl verrühren.

Lachsfilet abspülen, trocken tupfen und von jeder Seite 2 min anbraten. Salzen und in der Pfanne auf der ausgeschalteten Herdplatte stehen lassen. Crème fraîche und Senf verrühren und mit Salz abschmecken. Die Tortillafladen dünn damit bestreichen. Die Gurke schälen, das Fruchtfleisch in dünnen langen Streifen abschälen und auf die Fladen legen. Den Lachs mit einer Gabel zerpfücken und auf den Gurkenstreifen verteilen. Mit Dill-Pesto beträufeln. Die Fladen aufrollen, in der Mitte durchschneiden und die unteren Hälften mit einer Papierserviette umwickeln. Sofort servieren, da die Gurke den Wrap schnell durchweicht.



#### Zutatenliste für 3 Stück

- Für das Dill-Pesto:
- 1 Bund Dill
  - 1 EL Sahnemeerrettich (Glas)
  - 2 EL flüssiger Honig
  - 2 EL mittelscharfer Senf
  - 2 EL neutrales Öl
- Für die Füllung:
- 2 Lachsfilet (etwa 250 g)
  - 2 TL Öl zum Braten
  - Meersalz
  - 100 g Crème fraîche
  - 2 EL süßer Senf
  - 3 Soft-Tortilla-Wraps (Ø 24 cm)
  - 1/2 Salatgurke

**1.6. bis 31.8.**

**SUPER SOMMER PREISE**

in der **Silber-Therme Warmbad bei Wolkenstein an der B101**

ganztägig: **Therme 9,50 €**  
**Sauna (inkl. Therme) 11,50 €**

*Wir freuen uns auf Sie!*

## Thermalheilwasser-Trinkkur

Sanft die Gesundheit fördern



In unserem Trinkpavillon können Sie seit 1998 das „staatlich anerkannte Heilwasser“ nutzen.

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.00 - 18.00 Uhr  
Sa/So 10.00 - 17.00 Uhr

Trinkkuren gehören zu den ältesten Gesundheitsanwendungen der Menschheit. Bereits bei den Römern wurde der Gebrauch von Heilwasser ärztlich verordnet. Auch hier in Warmbad sprudelt die Quelle seit über 600 Jahren. Sie wurde im 14. Jahrhundert bei Schürfungen nach Silbererz entdeckt und seither für Heilbehandlungen genutzt. Natürliches Thermalheilwasser entsteht durch die langsame Versickerung von Oberflächenwasser durch verschiedene Gesteinsschichten, wo es sich langsam erwärmt, reinigt, filtert und mit Mineralstoffen und Spurenelementen anreichert. Der Quellaustritt erfolgt nicht aus einer einzigen Gesteinsspalte. Vielmehr handelt es sich um 29 einzeln austretenden Quelläden, die hier zusammenfließen.



**Anwendung einer Trinkkur:**  
Bei einer Trinkkur wird das Heilwasser über einen längeren Zeitraum zu therapeutischen Zwecken getrunken. Wer regelmäßig solch eine Kur durchführt, kann einem Mineralstoffmangel vorbeugen, oder ein (vorhandenes) Defizit ausgleichen. Nutzen Sie das Warmbader Heilwasser beispielsweise zur unterstützenden Behandlung bei Osteoporose oder chronischen Nieren- und Harnwegserkrankungen. Über den Tag verteilt sollten Sie dann etwa 1,5 l trinken. Außerdem eignet sich das Warmbader Heilwasser zur Kariesprophylaxe. Hierbei sollten Sie am Tag etwa 0,4 bis 0,5 l zu sich nehmen. Das Heilwasser sollte jeden Tag zum gleichen Zeitpunkt getrunken werden.

**Fördern Sie Ihre Gesundheit ganz sanft mit einer Trinkkur!**  
Die Spurenelemente und Mineralstoffe sind in gelöster Form enthalten und können somit besonders gut vom Körper aufgenommen werden. Das natürliche Heilmittel aktiviert den Stoffwechsel, reguliert den Flüssigkeitshaushalt und gewährleistet den Abtransport der Stoffwechselprodukte aus unserem Körper. Somit stärkt und reinigt eine Trinkkur auf ganz natürliche Art und Weise den Körper.

**Ionenbilanz**

	Massenkonzentration mg/l	Äquivalentkonzentration Mmol/l	Äquival.-Anteil %
Natrium Na <sup>+</sup>	70,2	3,054	65,246
Kalium K <sup>+</sup>	3,8	0,098	2,098
Magnesium Mg <sup>2+</sup>	3,6	0,297	6,347
Calcium Ca <sup>2+</sup>	24,0	1,198	25,590
Eisen Fe <sup>2+</sup>	<0,001		
Mangan Mn <sup>2+</sup>	<0,001		
Ammonium NH <sub>4</sub> <sup>+</sup>	<0,001		
<b>Summe</b>	<b>102,0</b>	<b>4,68</b>	<b>100,0</b>
Fluorid F <sup>-</sup>	3,9	0,205	4,172
Chlorid Cl <sup>-</sup>	38,3	1,080	21,957
Sulfat SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup>	28,7	0,598	12,145
Nitrit NO <sub>2</sub> <sup>-</sup>	<0,005		
Nitrat NO <sub>3</sub> <sup>-</sup>	21,8	0,352	7,146
Hydrogencarbonat HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup>	164,0	2,686	54,596
<b>Summe</b>	<b>257,0</b>	<b>4,92</b>	<b>100,0</b>

< ... nicht quantitativ bestimmbar, unterhalb der zugehörigen Bestimmungsgrenze

## Kurparksaison 2014 KURORT WARBAD

### KURPARKFEST AM 14./15. JUNI **Eintritt FREI**

im Kurpark Warmbad zusammen mit Thermalbad Wiesenbad

Wir laden Sie recht herzlich zu unseren Kulturveranstaltungen auf dem Konzertplatz ein! Beginn ist jeweils sonntags 15.00 Uhr (außer Sonderveranstaltungen).

- 22. Juni „Die Musikkorps aus Olbernhau“ spielen auf
- 27. Juli Stimmungsvoller Nachmittag mit den „Original Eibländer Musikanten“
- 29. Juni **Musiksommer mit der ERZGEBIRGISCHEN PHILHARMONIE**, Beginn: 15 Uhr, Tageskasse: 12,00 €
- 3. Aug. Blasmusikkonzert mit den **Herolder Blasmusikanten**
- 6. Juli Blasmusikkonzert mit dem **Sächsischen Polizeiorchester**
- 10. Aug. „De Schal(l)is aus Großbolbersdorf“ spielen auf
- 13. Juli „Musik ist unser Leben“ mit den **Berglandmusikanten aus Olbernhau**
- 17. Aug. Erzgebirgsmusikanten mit „De Hutzenbossen“
- 20. Juli **Sommerkonzert mit RUDY GIOVANNINI**, Beginn: 14.00 Uhr, Vorverkauf: 10,00 €, ab 07.07. 13,00 €
- 24. Aug. Buntes Unterhaltungsprogramm mit der **Bergkapelle Thum**
- 31. Aug. Blasmusikkonzert mit den **Original Muldentaler Musikanten**



07. Sept. **12. Open Air der Volksmusik mit VINCENT & FERNANDO**, Beginn: 14.00 Uhr, Vorverkauf: 10,00 €, ab 25.08. 13,00 €

*Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!*  
Änderungen vorbehalten!