

# SILBER-THERME *aktuell*

Angebote · Wissenswertes · Veranstaltungen · Gewinnspiel

## DAS GÄSTE-MAGAZIN



## Natürlich zu Fuß Herbstwanderung rund um die Bergstadt Wolkenstein

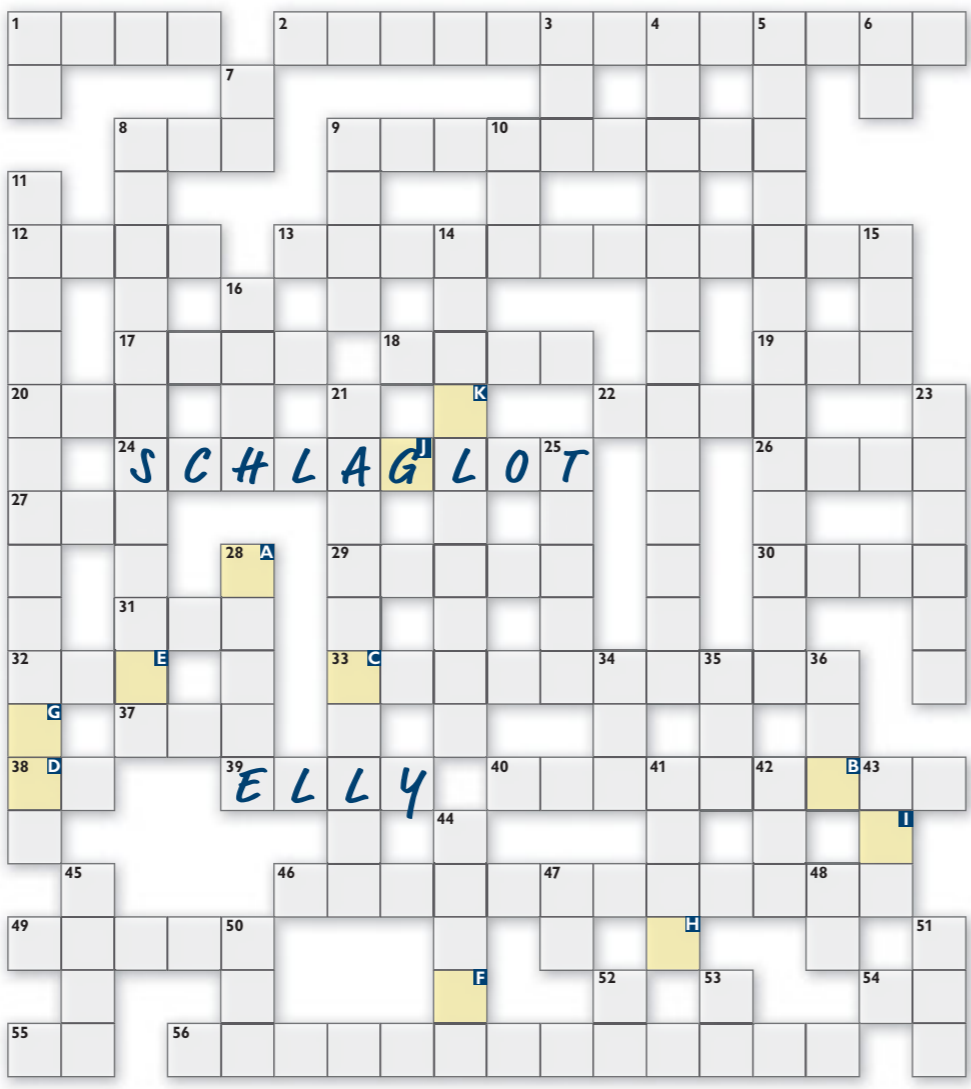
Heidelbachtal-Ziegenfelsen  
Wegelänge: 7 km

Am Marktplatz der Bergstadt Wolkenstein (im Rathaustunnel) beginnend, führt die Route hinunter ins Zschopautal. Nach Überqueren der mächtigen Steinbogenbrücke unterhalb der Wolkensteiner Schweiz und eines Bahnüberganges verläuft der Weg zur B101, die an der Mündung des Heidelbaches rasch wieder verlassen werden kann. Wir folgen dem Heidelbach aufwärts bis zu den Fischteichen, wo wir links abbiegen. Am Waldrand ist bereits die Stadt Wolkenstein auf dem gegenüberliegenden Berghang erkennbar. Nach einem Abstecher zum Aussichtspunkt Ziegenfelsen durchqueren wir wieder das Zschopautal und steigen direkt am Schlossberg hinauf ins Stadtzentrum Wolkenstein. Eine entsprechende Wanderroutenkarte ist im Museum & Gästebüro Schloss Wolkenstein und im Kur- und Gästeservice Warmbad erhältlich.



**Liebe Gäste,**  
bald schon beginnt die „Goldene Jahreszeit“. Eine Zeit kaum fassbarer Schönheit und Vielfalt. Die Tage werden kürzer, die Abende kühler und länger, somit ein guter Grund wieder einmal die Silber-Therme mit all ihren Angeboten zu genießen. Starten Sie mit uns in die Saunazeit, erleben Sie unsere vielfältigen Saunatypen und feiern mit uns am 3. Oktober ab 18.00 Uhr das Saunafest.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.  
Mit einem herzlichen „Glück Auf“ grüßt Sie das Team der Kur- und Gesundheitszentrum Warmbad Wolkenstein GmbH

- Waagrecht:**
- röm. Gott d. Liebe/Liebesgott/Figur in Orpheus....
  - med. Vorsorgemaßnahme
  - österreich. Komponist (Hans) +1987
  - paniertes Geflügel
  - alger. Stadt, Hafen am Mittelmeer
  - Jukebox
  - lat. männl. Vorname
  - Zitterpappel
  - knapp
  - dt. Stadt, Bad an d. Lahn/ dt. Fluss z. Lahn 371 km
  - männl. Vorname
  - Hartlot
  - Gesetzbuch
  - engl.: sitzen
  - Tracht
  - frz.-schweiz. Autor (Claude) \*1868 +1931
  - engl. Musikerin/Violine (Vanessa Nicholson) \*1978
  - Grottenmolch
  - Lohnersatz bei Ausstand
  - engl.: Ei
  - sudan. Stadt
  - weibl. Vorname
  - nw-engl. Stadt/Lancashire
  - Informationsmappe, Prospekt
  - hinduistische Göttin, Gattin v. Schiwa
  - jap. Hohlmaß
  - norddt.: Eule
  - Markt
- Senkrecht:**
- Abk.: Auswärtiges Amt
  - ugs.: Beinteil, Teil v. Fuß, Fußglied
  - Menstruation
  - hohe militär. Rangstufe, in Deutschland bis 1945
  - kurzer Moment, Augenblick
  - Kfz-Kz.: Döbeln
  - tiefe Sprechweise
  - gr. Pflanze
  - kroat. Insel (Veglia) in d. Adria
  - Hautfleck
  - dt. Berg/Thüringer Wald
  - germ. Kriegsgott (auch Tiwas, Ziu)
  - unter Drogenwirkung
  - lebensnotwendige Mineralstoffe
  - dehnen
  - Bantu
  - Obst
  - Schlange im Dschungelbuch
  - Tier
  - Wasserfahrzeug
  - Musikal v. Lloyd Webber
  - frz.: Tanzveranst., Ball
  - Klavierjazz, Musikart Kw.
  - Zerlegung
  - feines Gewebe, Verbandstoff
  - nepal.-ind. Berg/Himalaja 8.463 m, Godwin-Austen
  - engl.: oder
  - Abschiedsgruß, lebe wohl
  - engl.: nicht
  - Fremdwortteil: bei, daneben
  - Ermahnung



24 SCHLAGLOT

28 A

29

30

31

32 E

33 C

34

35

36

37 G

38 D

39 ELLY

40

41

42

43 B

44

45

46

47

48

49

50

51 H

52

53

54

55

56

LÖSUNGSWORT  
A B C D E F G H I J K

Zu gewinnen gibt es: eine Fußreflexzonenmassage in der Physiotherapie der Silber-Therme

**Einsendeschluss: 15. Januar 2016**

Bitte senden Sie eine Postkarte/E-Mail oder ein Fax mit dem richtigen Lösungswort unter dem **Kennwort 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 Februar 2016 „Silber-Therme aktuell“.

Der Gewinner der letzten Ausgabe „Silber-Therme aktuell“ mit dem Lösungswort „HEILBEHANDLUNG“ ist: Frau Petra Tröger aus Chemnitz

# Silber-Therme Warmbad

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



*Tolle Wellness- und Gesundheitsangebote*

Schließtag der Silber-Therme: 24./31. Dezember




Staatlich anerkannter Erholungsort

Museum & Gästebüro Schloss Wolkenstein  
Schloßplatz 1 · 09429 Wolkenstein  
Tel. 037369 87123 · info@stadt-wolkenstein.de  
www.stadt-wolkenstein.de



wandern  
entdecken  
erholen

- jeden 1. Sonntag im Monat: **Schlossführungen** 10.30 Uhr / 14.30 Uhr
- 18. Oktober **Tag des traditionellen Handwerks**
- 28. bis 29. November **Schwibbogenfest mit Weihnachtsmarkt**
- 13. Dezember **Leuchtender Advent in Kirche und Schloss**





### Weihnachtswertkartenaktion im November und Dezember!

- 50 €-Wertkarte 5 % Bonus
- 150 €-Wertkarte 10 % Bonus
- 250 €-Wertkarte 15 % Bonus

Bitte beachten Sie, dass Pauschalangebote, Leistungen der Physiotherapie, des Thermenrestaurants und Sondertarife (z. B. Feierabendtarif) nicht mit der Geldwertkarte bezahlt werden können.



## Physiotherapie

### Fußreflexzonenmassage

*Raus aus den Wanderschuhen - tun Sie Ihren Füßen etwas Gutes!*



Bei dieser Anwendung werden die am Fuß befindlichen Reflexzonen der Organe und Körperpartien durch spezielle Grifftechniken bearbeitet. Somit ist es möglich, das Selbstheilungsbestreben des Organismus zu unterstützen und zu aktivieren. Die Behandlung kann zudem zur allgemeinen Regeneration und Förderung des seelischen und körperlichen Wohlbefindens eingesetzt werden.



**In dieser Ausgabe können Sie eine Fußreflexzonenmassage gewinnen. Viel Glück!**

**Preis: 23,00 € | Dauer: 30 min**  
**Terminvereinbarungen unter: 037369 151-40**  
Wir beraten Sie gern. Ihr Team der Physiotherapie

## Saunazeit

### Saunatypen und ihre Besonderheiten

Schon in der Steinzeit kannte man die reinigende und heilende Wirkung von Steinschwitzbädern, damals kaum mehr als grabene Erdhöhlen mit erhitzten Steinen. Der Mensch von heute genießt den Vorteil, viele Arten von Saunen nutzen zu können. Die wohl bekannteste und verbreitetste Variante ist die **finnische Sauna**. Der Raum aus Holz wird von einem Steinofen beheizt und befindet sich üblicherweise in einem Blockhaus. Holzbänke bieten dabei Sitz- und Liegemöglichkeiten. Bei einer Luftfeuchtigkeit von etwa 10 Prozent und Temperaturen bis zu 95°C wird hier entspannt und geschwitzt.



Ein Erlebnis der ganz besonderen Art ist der Aufguss. Hier wird die Luftfeuchtigkeit kurzfristig mit Wasser und wohlduftenden ätherischen Ölen erhöht.

Dagegen arbeitet die kreislaufscho-nende **Aromasauna** mit einer Niedrigtemperatur von etwa 65°C, die Luftfeuchtigkeit beträgt hier ca. 40 Prozent. Sie ist bekannt für ihre hautpflegende und gesundheitsfördernde Wirkung. Die Farblichter verleihen der Aromasauna nicht nur einen persönlichen Touch, sondern sind für ihre revitalisierende und beruhigende Kraft bekannt. Die entspannende Wirkung wird durch die richtige Musik noch gesteigert.



Vorbild einer anderen Saunavariante ist das **Dampfbad**. Hier liegt die Luftfeuchtigkeit über 80 Prozent, die Temperatur zwischen 40 und 50°C. Der Dampf befeuchtet und befreit die Atemwege. In unserer Saunalandschaft im erzbirgischen Ambiente erwarten Sie noch drei weitere Saunen – bestimmt ist für Sie das Richtige dabei.

## Vor 120 Jahren...

### Das Warmbader Thermalheilwasser

... wurde im Kurort Warmbad erstmalig das Warmbader Thermalheilwasser als „Warmbader Sprudel“ für Haustrinkkuren abgefüllt. Bereits im 17. Jahrhundert hatte Warmbad das Braurecht erlangt und brachte das mit Quellwasser gebraute Bier als „Medizinaltrunk“ in den Handel. Nachdem der Kurort lange als Bergarbeiterkurzentrum fungierte und schon immer zum Erholen einlud, begann im Jahr 1998 der Bau eines neuen Kurmittelhauses, der Silber-Therme Warmbad. Schon vorher entstand im Herzen des Kurortes, mit Anlage des neuen Kurparks, der Trinkpavillon. Seit 1998 kann dort das staatlich anerkannte Heilwasser getrunken werden. Zusätzlich wird das Warmbader Thermalwasser zu Heilzwecken in der Physiotherapie, sowie in den Becken der Silber-Therme eingesetzt.

Seit dem 3. März 2000 ist es somit erstmals in der Geschichte Warmbads möglich, dass jeder Bürger die wohltuende Wirkung des Thermalheilwassers erleben kann. Im März diesen Jahres feierten wir mit einer großen Festwoche das 15-jährige Bestehen der Silber-Therme Warmbad mit zahlreichen Überraschungen und Rabattaktionen. Dieses Jubiläum bietet dabei nicht nur die Gelegenheit zurück zu blicken, sondern auch einen Blick nach vorn zu wagen. Ob wir allerdings je wieder Bier brauen, steht noch in den Sternen. Unsere Priorität liegt vorerst in der Schaffung neuer Ruhe-zonen. So wird im kommenden Jahr an die Therme ein neuer Ruhebereich angebaut und somit allen Gästen mehr Raum für Erholung und Ruhe geboten.



Des Weiteren wird es bald die Möglichkeit geben, auch im Foyer der Silber-Therme das wohltuende Thermalheilwasser zu trinken. Hier entsteht ein Trinkbrunnen, welcher allen zur Verfügung steht und das Thermalwasser bei jedem Besuch probiert werden darf.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

## Erzgebirgisch genießen

### Buttermilchgetzen

- Zutaten**  
für 4 Personen
- 1,5 kg Kartoffeln
  - 250 ml Buttermilch
  - Salz
  - Butter oder ausgelassener Speck
  - Beerenkompott

1 kg rohe, geschälte Kartoffeln reiben und etwas ausdrücken. 500 g gekochte, geschälte und abgekühlte Kartoffeln reiben oder zerquetschen, mit einer kräftigen Prise Salz und reichlich 250 ml Buttermilch zu einem dickflüssigen Brei vermengen.

Entweder in 3 E L guter Butter oder in ausgelassenem Speck die Masse fingerdick und rund in einer Eisen- (Getzen-) pfanne ausbacken; dazu Beerenkompott reichen.



Weitere Rezepte unter:  
[www.erzgebirge-genießen.de](http://www.erzgebirge-genießen.de)

*Guten Appetit!*

## Saunafest



**Tipp**

**am 3. Oktober 2015**  
ab 18.00 – 24.00 Uhr

- Hüttensauna: stündl. Aufgussattraktionen
- Finnsauna: Aufgüsse mit Birkenquasten
- Aromasauna: Fichtlbad
- Mühlensauna: erzgebirgische Heusauna
- Livemusik
- Grillen im Sauna-Außenbereich, uriges Beisammensein am Lagerfeuer, Salatbuffet
- ab 21 Uhr Nacktbaden im Thermen-Bereich

(es gilt der reguläre Eintrittspreis)