



Wieder richtig durchatmen können. Totes-See-Salzgrotte

Totes-See-Salzgrotte

Eintrittspreise

Erwachsene und Kinder (ab 8. Lj.)	11,00 €
Kind (bis voll. 7. Lj.) + 1 Erwachsener	11,00 €
jedes weitere Kind (bis voll. 7. Lj.)	5,00 €

Anwendungszeit:

45 Minuten, täglich – zur vollen Stunde
Montag bis Freitag ab 9 Uhr
Samstag, Sonntag, Feiertage ab 10 Uhr
Spezielle Zeiten für Kindergruppen erfahren Sie bitte an der Kasse.

Unser Tipp: Wenn Sie die gesundheitsfördernde Wirkung der Totes-See-Salzgrotte öfter nutzen wollen, empfehlen wir Ihnen den Kauf einer Wertkarte. Damit können Sie bis zu 20 Prozent gegenüber dem Normalpreis sparen. Mehr dazu an der Kasse.

Terminvereinbarung

Für einen Salzgrottenbesuch sollte eine Terminvereinbarung unter der Telefonnummer 09445 2009-15 erfolgen.

Zur Info

Die Totes-See-Salzgrotte kann unabhängig von einem Bade-/Saunaaufenthalt aufgesucht werden. Der Aufenthalt in der Totes-See-Salzgrotte erfolgt in Freizeitkleidung.

Gesundheit ist das wertvollste Geschenk!

Ob zum Geburtstag, zu Weihnachten, Ostern, Pfingsten oder zu welchem Anlass auch immer, mit einem Gutschein der Limes-Therme kommen Sie immer gut an.

Auf unserer Website www.limes-therme.de und in unserem Online-Shop <https://shop.limes-therme.de> finden Sie 100 Geschenkkarten für Ihre Lieben. Da ist für jeden etwas dabei. Und das Beste daran – Sie können ihren Gutschein auch bequem zuhause ausdrucken. Gerne erhalten Sie auch Gutscheine bei uns an der Kasse, auch als Wertgutschein.

Stand: 04/2025 | Irrtümer und Änderungen vorbehalten.
Titelbild: 123RF © wvita



Limes-Therme
Am Brunnenforum 1, 93333 Bad Gögging
Telefon: 09445 2009-0
info@limes-therme.de
www.limes-therme.de

Eigenbetrieb des Zweckverbandes Bad Gögging
Körperschaft des öffentlichen Rechts



IHRE GESUNDHEITSTHERME



Das Tote Meer

Der Salzgehalt des Toten Meeres liegt zwischen 29 % und 33 %. Die Zusammensetzung des Salzes unterscheidet sich erheblich von anderen Meersalzen. Der Gehalt an Natriumchlorid ist sehr viel geringer als bei anderen Salzen, dafür sind andere Mineralstoffe und Spurenelemente sehr viel höher vorhanden. Mit über 40 % enthält es ungewöhnlich viel Magnesium. Auch der Anteil von Kalzium, Kalium und Brom ist sehr hoch und ist deshalb zur äußeren Anwendung sehr gut geeignet. Ein Grund, weshalb in der Limes-Therme auch Wellnessbäder mit Totes Meer Salz angeboten werden. Bei Schuppenflechte, Neurodermitis und anderen Hauterkrankungen sollte man es ausprobieren. Auch Gelenk- und Muskelerkrankungen können durch ein Bad mit diesem Salz gelindert werden. Die spezielle salzhaltige und ionisierte Luft am Toten Meer kann Atemwegserkrankungen lindern.

Die Totes-Meer-Salzgrotte

In unserer Totes-Meer-Salzgrotte mit echten Salzziegelwänden können Sie bei beruhigender Musik, angenehmer Beleuchtung und im Ambiente einer „echten Grotte“ 45 Minuten ausruhen und angereicherte Salzlufteinatmen. Diese Luft kann zur Linderung akuter und chronischer Atembeschwerden beitragen.

„Gesünder werden ohne Rezept“

Die reine, ionisierte Salzlufteinatmung in der Totes-Meer-Salzgrotte kann zur Verbesserung der Gesundheit führen. Bei vielen Beschwerden hat sich die Totes-Meer-Salzgrotte bewährt, u.a.:

- **Lungen- und Bronchialkrankheiten:**
Alle Erkrankungen der Luftwege, alle typischen Lungen- und Bronchialerkrankungen, Bronchialasthma
- **Schwäche des Immunsystems / Infektanfälligkeit:**
Infekte der oberen Atemwege, Nasennebenhöhleninfekte, Erkältungskrankheiten, Schnupfen, Ohrenbeschwerden
- **Hauterkrankungen:**
Hautunreinheiten, trockene Haut, Akne, Ekzeme, Neurodermitis, Schuppenflechte (Psoriasis)
- **Allergien:**
Pollenallergie, Heuschnupfen
- **Rheumatische Beschwerden**
- **Innere Organbeschwerden:**
Leber-, Galle- und Nierenbeschwerden
- **Beschwerden im Verdauungssystem:**
Magen-Darm-Störung, Magen- / Zwölffingerdarmgeschwür, Magenschleimhaut- und Dickdarmentzündung, Crohn'sche Krankheit
- **Herz- und Gefäßkrankheiten:**
Kreislaufunausgeglichenheit, Bluthochdruck
- **Neurosen und neurotische Zustände:**
Neurosen, welche durch chronische Krankheiten und Ermüdung entstanden sind, psychosomatische Störungen, Depressionen, Erschöpfung, Nervosität, Burn-out-Syndrom
- **Stress, Erschöpfungszustände**
- **Schlafstörungen**
- **Konzentrationsschwäche**

Hinweis: Bei Schilddrüsenproblemen sollten Sie vorher Ihren Arzt fragen, insbesondere, wenn eine Behandlungsserie gewünscht ist.



Die positive Wirkung von negativen Ionen

Elektrizität und hochenergetische Wellen sorgen für ein Übermaß an positiven Ionen. Die elektrische Balance der Luft ist dadurch gestört. Zuviel positive Ionen führen zu einem Ungleichgewicht in der Luft. Es kann zu Müdigkeit, Konzentrationsmangel, Migräne, Schlaflosigkeit, Angstzuständen, Atemproblemen und Immunschwäche führen. Dies hat u. a. damit zu tun, dass unser ganzes Nervensystem mehr negative Ionen in der Atemluft benötigt, um reibungslos zu funktionieren. Deshalb ist die Salzlufteinatmung in der „Totes-Meer-Salzgrotte“ auch mit negativen Ionen aufgeladen.

Atemwegsbeschwerden können damit gelindert werden!

Ebenfalls hervorragend bewährt hat sich Totes Meer Salz bei der inneren Anwendung. Atemwegsbeschwerden können damit deutlich gelindert werden. Deshalb setzen wir in der Limes-Therme ausschließlich auf Salz aus dem Toten Meer in unserer Salzgrotte. Und die Erfolge bei Jung und Alt geben uns recht.



Gesundheit, die auch noch Spaß macht: 20 % der Besucher in der Salzgrotte sind Kinder

Kinder mit Atemwegsbeschwerden sind häufig zu Gast in der Totes-Meer-Salzgrotte. Während sie die ionisierte Salzlufteinatmen können sie spielen, Salzburgen bauen oder tun, was ihnen Spaß macht. Diese besondere Luft konnte in vielen Fällen schon dazu beitragen, dass auf eine Behandlung mit Medikamenten verzichtet werden konnte. Für Kinder sind spezielle Aufenthaltszeiten vorgesehen, damit das Spielen in der Grotte für sie zum Erlebnis wird und andere Gäste nicht gestört werden.