



JANUAR 2019  
DAS MONATLICHE  
NACHRICHTENBLATT



## LIEBE GÄSTE,

das monatliche Journal informiert Sie über aktuelle Angebote, Aktivitäten und besondere Highlights. Sie finden außerdem auch kleinere Beiträge und Geschichten rund um die Soletherme. Das Team freut sich, Sie zu verwöhnen und steht Ihnen gerne zur Verfügung.

## NEUJAHRSWÜNSCHE

Ein frohes neues Jahr, Erfolg und Glück geben wir Ihnen mit Freuden zurück. Bleiben Sie weiterhin treue Kunden, mit uns in Zufriedenheit verbunden.

Dann mag das neue Jahr nur kommen, und es bleibt Ihnen unbenommen, unsere Angebote zu studieren und uns weiter auszuprobieren. Mögen Sie an die guten Zeiten mit Freude denken, aus den schlechten lernen, im heute leben und das Morgen willkommen heißen.



## NEUES VON DER BAUSTELLE

Der Übergang vom Innenbecken zum Therapiebecken ist fertiggestellt. Sie können wieder bequem zwischen den Wasserflächen wechseln. Die Fliesenleger beginnen jetzt mit ihren Arbeiten in den Außenbecken. Voraussichtlich sind diese Ende März/ Anfang April fertiggestellt, sodass Sie wieder unter freiem Himmel schwimmen können.

## ÜBERRASCHUNG!

Am 01.01. lohnt sich das frühe Aufstehen!

Die ersten 150 Gäste bekommen einen 2 für 1 Kino Gutschein für das Cineplex Lippstadt.



## AB JETZT GESUND

Die guten Vorsätze für das neue Jahr können bei uns wahr gemacht werden...  
Es gibt noch freie Plätze in unseren Kursen.

Informationen erhalten Sie an der Kasse unter 02921/ 5014600.



## HERBST / WINTER

Erste Hilfe Behandlung

- 2 - phasentiefe Reinigung mit Hy-Öl
- Sugar Oil Peeling
- reichhaltige Ampulle
- Gesichtsmassage
- Cellulosemaske
- Abschlusspflege

Nach dieser Behandlung wird Ihre Haut wieder aus allen Poren strahlen.  
**30 Minuten - 45 Euro.** Jetzt Termin vereinbaren!



Neu bei uns

## AQUAFIT KURSE FÜR SCHWANGERE

Im Januar starten unsere **Aquafit Kurse für Schwangere**. Das Solewasser sorgt für tiefe Entspannung und eine wohltuende Entlastung der Knochen und Gelenke. Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen oder Wassereinlagerungen können gelindert werden. Ganz nebenbei lernt man andere werdende Mütter kennen, während man die Muskulatur trainiert und die Kondition verbessert.



## AKTUELLE VERANSTALTUNGEN

Mitternachtsschwimmen:  
04.01.19 | 21.30 Uhr bis 00.30 Uhr

Jetzt vormerken

**Mitternachtsschwimmen**  
01.02.19 | 21.30 Uhr bis 0.30 Uhr

Unser Rezept für Sie:

## Gehacktes-Auflauf (Zutaten für 8 Personen)

### Zutaten und Zubereitung:

Von 3 Pfd. Gehacktes kleine Frikadellen braten und in eine Auflaufform legen.  
3 Pck. Buttergemüse und 1 große Dose Pilze (alles auf die Frikadellen geben)  
2 Becher Sahne erwärmen, 300 g Kräuterkäse darin auflösen und über die Frikadellen schütten.

1 Std. bei 180 Grad im Backofen überbacken.



## IHRE MEINUNG IST UNS WICHTIG!

Haben Sie Anregungen und Wünsche? Wir freuen uns über Ihre Rückmeldung.

Soletherme Bad Sassendorf • Gartenstr. 26 • 59505 Bad Sassendorf • T: 02921-501-4600 • F: 02921-501-4646  
soletherme@badsassendorf.de • www.soletherme-badsassendorf.de