

Samstag, 24. Juni

ILLUMINATION

Am Samstagabend sind Sie herzlich eingeladen, den Gradierbau mit zunehmender Dunkelheit in besonderem Licht zu bewundern. Genießen Sie in stimmungsvoller Atmosphäre ein Picknick am eindrucksvoll beleuchteten Gradierbau.

🕒 ab 21.00 Uhr 📍 Gradierbau I

NACHTKNEIPPEN

Kneipen Sie im illuminierten Kneippbecken.

🕒 ab 21.30 Uhr 📍 Gradierbau I

Der Eintritt zu Gradierbau, Inhalatorium & Keltenpavillon sowie alle Programmpunkte sind kostenfrei.

Kur- und Servicebetrieb /
Tourist Information

In den Kolonnaden 1
61231 Bad Nauheim
Tel.: (06032) 92992-0
Fax: (06032) 92992-7

Öffnungszeiten

Tourist Information:
Montag bis Freitag:
10.00 bis 18.00 Uhr
Samstag, Sonntag,
& Feiertage:
11.00 bis 16.00 Uhr



BAD NAUHEIM
Die Gesundheitsstadt

GRADIERBAUTAGE 2017
24. BIS 25. JUNI



Mit Illumination des Gradierbaus
am Samstag ab 21.00 Uhr



Eine erfrischende Meeresbrise...

...können Sie bei einem Aufenthalt am Gradierbau genießen. Diese „Meeresbrise“ entsteht durch das Herabrieseln der Sole an den Gradierbauwänden, wobei ein Teil des Wassers verdunstet. Dabei wird die Luft mit feinen Salzkristallen angereichert. Die Aerosole gelangen auch in die feinsten Verästelungen der Bronchien und sorgen für eine Linderung bei Asthma, Allergien oder Erkältungen.

Die Illumination, als Auftaktveranstaltung, lädt zu einem entspannten Abend mit stimmungsvoller Musik ein. Bringen Sie Ihre Picknickdecke sowie ausreichend Proviant mit und genießen Sie das Lichtspektakel.

Der Sonntag bietet ein umfangreiches Programm: Dr. Alexander Jakob erläutert am Morgen in seinem Vortrag die heilenden Effekte der herabrieselnden Sole. Im Anschluss können Sie mittels verschiedener Atemtechniken Ihre Gesundheit vorantreiben. Salzsieden wie die Kelten, Spiele, Wassereperimente für Groß und Klein, Führungen, Besteigungen des Gradierbaus und vieles mehr erwarten Sie ebenfalls.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Ihr Team des Kur- und Servicebetriebes und der
Bad Nauheim Stadtmarketing und Tourismus GmbH**



Sonntag, 25. Juni

Wassereperimente & Salzverkostung

Diplom Biologe Daniel Rietdorf lässt Wasser sprudeln und Salz probieren. An spannenden Experimentierstationen erfahren Jung und Alt mehr über die Themen Sole, Salz und Wasser.

🕒 11.00 – 17.00 Uhr 📍 Gradierbau I

Spiel & Spaß am Gradierbau für Kinder

🕒 11.00 – 17.00 Uhr 📍 Wiese an der Stadtbücherei

Vortrag „Medizinische Bedeutung der Gradierbauten“

Dr. Alexander Jakob informiert über die medizinische Bedeutung der Gradierbauten bei Erkrankung der Atemwege. Die Zuhörer werden in der anschließenden Diskussion zum Dialog eingeladen und können Fragen stellen.

🕒 11.00 Uhr 📍 Kleiner Konzertsaal, Trinkkuranlage

Besteigung des Gradierbau I

Die Besteigung des Gradierbaus ist alle 15 Minuten möglich.

🕒 12.00 – 13.00 Uhr, 15.00 – 16.30 Uhr 📍 Gradierbau I

Atemgymnastik

Lernen Sie mit Petra Kühn (Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg/Bad Salzhausen e.V.) mittels verschiedener Techniken die einzelnen Atemräume zu spüren. Eine gesunde Herz-Kreislauf- und Lungentherapie.

🕒 12.00 Uhr 📍 Liegewiese am Gradierbau I

Führung „Kathedralen der Salzgewinnung“

Welchen Weg nahm das salzhaltige Wasser in der ehemaligen „Salzfabrik“? Wie wurde es auf die Gradiertbauten befördert? Und wie wurde die gradierte Sole schließlich zu Salz?

🕒 14.00 – 15.30 Uhr 📍 Gradierbau I

Das kleine Kneipp 1x1

Lernen Sie mehr über Kneipps ganzheitliches Präventionskonzept mit seinen 5 Säulen.

🕒 14.00 – 16.00 Uhr 📍 Kneippbecken am Gradierbau I

Yoga

Yoga als natürliche Gesundheitsquelle – für jedermann und jederfrau in Alltagskleidung. Sie können Yoga kennenlernen oder vertiefen. In dieser Übungspraxis der satyaseva Akademie dürfen Körper und Geist erfahren sowie gleichermaßen Kraft und Entspannung gespürt werden.

🕒 15.00 – 16.00 Uhr 📍 Liegewiese am Gradierbau I

Demonstration des keltischen Salzsiedens

Erfahren Sie anhand eines elektrischen Siedeofen-Nachbaus mehr über die Techniken des keltischen Salzsiedens.

🕒 15.00 – 17.00 Uhr 📍 Keltenpavillon am Gradierbau I

Lesung im Inhalatorium

Spannende Kurzgeschichten erwarten Sie in einzigartiger Atmosphäre.

🕒 15.30, 16.00, 16.30 Uhr 📍 Inhalatorium, Gradierbau I