

Winterzeit ist Badezeit: die schönsten Wellnessbäder zum Entspannen

Die Temperaturen sinken und der Winter klopft an die Tür. Eine perfekte Zeit, die Badewanne mit warmem Wasser zu befüllen und seinen Körper mit Wellness zu verwöhnen. Für alle Frostbeulen hat der Wellnessreise-Veranstalter beauty24 (<http://www.beauty24.de>) jetzt die beliebtesten Wellnessbäder zusammengestellt.

Berlin, 18. November 2014. Winterzeit ist Zeit für Wellness. Die Tage werden immer kürzer und unser Körper verliert durch die wenigen Sonnenstunden an Energie. Wer sehnt sich in dieser Zeit nicht nach einem warmen Wellnessbad, das zu körperlichem und seelischem Wohlbefinden beiträgt. Wellnesshotels bieten dafür die unterschiedlichsten Bäder von Algenbad bis Moorbad an. Aber auch zu Hause kann der Körper im warmen Badewasser entspannen und zur Ruhe kommen. Der Wellnessreise-Veranstalter beauty24 zeigt die bekanntesten Wellnessbäder mit den unterschiedlichsten Wirkungen.

Algenbad

Wie ein Kurzurlaub am Meer: Der maritime Duft der Algen in Verbindung mit dem warmen Wasser ist ein ganz besonderes Baderlebnis. Die Inhaltsstoffe wie Chrom, Jod, Vitamine und Mineralien werden von der Haut aufgenommen, regen den Stoffwechsel an und straffen die Haut. Nach dem Bad fühlt sich der Körper erfrischt und gepflegt.

Aromaölbäd

Entspannung für Körper und Seele: Durch die Zugabe von ätherischen Ölen wirkt das Bad entschlackend, entgiftend und beruhigend. Das Öl führt zu einer sanften Pflege der Haut und lässt sie geschmeidig aussehen. Zur Auswahl stehen häufig Aromen wie Lemongras, Lavendel oder Orangenblüte.

Blütenbad

Der Frühling lässt grüßen: Der angenehme Blütenduft führt zu einem ganzheitlichen Wohlbefinden von Körper und Geist. Für das bekannte Rosenblütenbad werden am häufigsten Meersalz, Olivenöl und frische Rosenblätter miteinander kombiniert. Wenn der Körper aufgewühlt oder aufgeregt ist, hilft ein solches beruhigendes Verwöhnbad.

Cleopatrabad

Wie im alten Ägypten: Die Haut wird zu Beginn mit einer Mischung aus Milch, Honig und Öl eingerieben und anschließend in einem wohltuenden Bad sanft abgewaschen. Durch diese Anwendung wird der natürliche Schutzmantel der Haut wieder aufgebaut. Das Resultat ist eine zarte und gesunde Haut.

Heubad

Das Heubad zählt zu den Wärmeanwendungen und ist daher kein klassisches Wasserbad. Im ersten Schritt wird das Heu befeuchtet und auf ca. 40 Grad erwärmt. Anschließend wird der ganze Körper ca. 20-30 Minuten mit dem erwärmten Heu bedeckt. Während der Anwendung öffnen sich die Poren und die Haut wird von angesammeltem Schmutz gereinigt. Die Durchblutung wird angeregt, Entzündungen gehemmt und das Bindegewebe gestärkt. Die gute Nachricht für Allergiker: Die Feuchtigkeit bindet die im Heu enthaltenen Blütenpollen und verhindert so das Auftreten lästiger Allergie-Symptome.

Kohlensäurebad

Mehr als Sprudel: Die Grundlage des Bades ist kohlensäurehaltiges Wasser. Es kommt entweder aus natürlichen Quellen oder wird aus normalem Leitungswasser unter Zugabe von CO₂, hergestellt. Das Bad empfiehlt sich vor allem für Menschen mit Durchblutungsstörungen oder Bluthochdruck, da das CO₂-haltige Badewasser die Durchblutung fördert und das Nervensystem beruhigt.

Kräuterbad

Kratzende Häse und laufende Nasen sind im Winter keine Seltenheit. Ein warmes Kräuterbad ist da genau die richtige Entscheidung. Verschiedene Kräuter haben dabei auch die unterschiedlichsten Eigenschaften. Lavendel ist sehr intensiv und wirkt beruhigend sowie entzündungshemmend. Salbei ist ebenfalls entzündungshemmend, aber ist dabei auch noch antibakteriell. Genau das richtige, um den Krankheitserregern den Kampf anzusagen. Hinzu kommt, dass Kräuterbäder schmerzhafte Muskelverspannungen lösen und die Beweglichkeit der Gelenke, z.B. bei Rheuma, erhöhen.

Mandelölbad

Wer es lieber duftneutral mag, der sollte sich für ein Mandelölbad entscheiden. Mandelöl ist ein vielseitig einsetzbares Öl und die Basis diverser Kosmetika. Es beugt nicht nur dem Feuchtigkeitsverlust vor, sondern schenkt der Haut gleichzeitig Vitamine.

Meerwasserbad

Wer kennt sie nicht, die Hügellandschaft auf Po und Oberschenkel? Dem Meerwasserbad wird nachgesagt ein wahres Wundermittel gegen Cellulite zu sein. Es entschlackt nicht nur den Körper, sondern versorgt ihn mit wichtigen Mineralien und Spurenelementen. Der Stoffwechsel wird angeregt und das Gewebe verstärkt.

Moorbad

Das klassische Naturheilmittel: Moorbäder sind vor allem für die lang anhaltende Wärmewirkung auf den Körper und die Organe bekannt. Das Badetorf wird auf eine Temperatur um die 40 Grad erwärmt, damit die gewünschte Wirkung erzielt wird. Dazu zählen das Spenden von Feuchtigkeit und das Entlasten von Muskeln und Gelenken. Für die etwas Älteren hat das Moorbad noch einen Pluspunkt: Die Inhaltsstoffe des Badetorfs glätten die Haut und lindern somit kleine Fältchen.

Über beauty24 – Deutschlands Nr. 1 für Wellness im Netz mit dem Trusted Shops Gütesiegel

beauty24 ist einer der größten Veranstalter und Mittler für exklusive und qualitativ hochwertige Beauty- und Wellnessreisen in Deutschland, mit einem weltweiten Wellnessreise-Angebot aus 8.000 Wohlfühlprogrammen in über 650 Hotels, DaySpas und Thermen. Seit Februar 2014 ist beauty24 mit dem Trusted Shops Gütesiegel als sicherer Online-Shop ausgezeichnet. Wellnessurlaub ist für beauty24 ein essentieller Bestandteil eines gesunden Lebensstils. Daher setzt sich das Unternehmen mit seinem Angebot schon seit Jahren für ein gesundes und nachhaltiges Leben ein. beauty24 Wellnessreisen sind über beauty24.de, im TV und über den Direktverkauf erhältlich. Die Wellness-Berater stehen ihren Kunden von 9–19 Uhr über die kostenlose Wellnessreise-Hotline 0800/2400044 oder per E-Mail unter service@beauty24.de als Ratgeber zur Verfügung. Durch ein konstantes Qualitätsmanagement wird eine hohe Kundenzufriedenheit gewährleistet. Das Unternehmen wurde im Jahr 2000 gegründet.

Pressekontakt:

markengold PR GmbH, Manja Buschewski
Münzstr. 18, 10178 Berlin, Tel. (030) 219 159 60
www.markengold.de | beauty24@markengold.de