

Salz und Sole – positive Wirkung und gesundheitliche Aspekte:

Einen Aufenthalt in den Salzgrotten empfinden auch gesunde Menschen als erholsam und total entspannend. Es stärkt die Abwehrkräfte, weckt die Lebensgeister und macht gute Laune. Darüber hinaus trägt der regelmäßige Aufenthalt in reiner, allergenfreier Salzluft nach Meinung vieler Betroffener maßgeblich zur Linderung einer Vielzahl von Krankheiten und Beschwerden bei und begünstigt den Heilungsprozess bei:

Allergien
Heuschnupfen
Asthma, Bronchitis
Chronischem Schnupfen
Nebenhöhlenentzündungen

Hauterkrankungen wie Akne,
Schuppenflechte, Neurodermitis

Burn Out Syndrom/
Erschöpfungszuständen
Schlafstörungen, Unruhe, Stress

Herz- und Gefäßkrankheiten
Bluthochdruck

Gegenanzeigen:

Nebenwirkungen sind nicht bekannt.
Bei Schilddrüsenüberfunktion bitte
den Arzt fragen.



Haller Salzgrotten

Tief durchatmen und entspannen in heilsamem
Mikroklima – der Gesundheit zuliebe.

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 9.45–19.45 Uhr
Samstag/Sonntag 10.45–18.45 Uhr

Aufenthaltsdauer: 45 Min.

Einlass erstmals um 9.45/10.45 Uhr,
dann jeweils 15 Min. vor jeder vollen
Stunde – nur nach Voranmeldung!

Terminvereinbarung und Eintritts-
karten (5.- € für Hotelgäste) über
die Rezeption,
Weilertor 14, Schwäbisch Hall

Telefon 0791-75 87 -0



HOTEL 
HOHENLOHE

Haller Salzgrotten

– eine Schatzkammer der ganz besonderen Art

Mit 60 Tonnen reinem Natursalz, verteilt auf rund 120 m², beherbergen die Haller Salzgrotten einen wahren Schatz an wertvollen Mineralstoffen, der nur auf seine Entdeckung wartet. Sowohl hinsichtlich ihrer Raumkapazitäten, als auch in puncto Qualitätsstandards gehören die Salzgrotten im Solebad sicher zu den größten und modernsten ihrer Art in ganz Deutschland.

Besonderer Wert wurde auf eine entspannende Wohlfühlatmosphäre, einen eigenen, kindgerechten Bereich für die kleinen Besucher, auf Umweltverträglichkeit und hochwertige Ausstattung gelegt.

Einzigartig aber ist vor allem die Kombination aus Totem-Meer-Salz, reinem, etwa 250 Mio. Jahre altem Kristall- bzw. „Himalaya“-Salz, Bochneris-Salz und Haller Sole, die in ihrem ausgeklügelten Zusammenwirken ein optimales, gesundheitsförderndes Mikroklima erzeugen.



Ausstattung und Ambiente



Entspannende Musik begrüßt den Besucher, der die höhlenartig gestalteten Räume betritt. Wände und Decken sind ins warme Licht der Salzlampen getaucht. Es herrschen angenehme Temperaturen um 22 °C–24 °C, die Luftfeuchtigkeit liegt bei ca. 45 Prozent.

Der Boden ist vollständig von Totem- Meer-Salz und Bochneris-Salz bedeckt, an den Wänden sind grob gehauene Steinblöcke aus „Himalaya-Salz“ aufeinandergeschichtet. Mittendrin das beruhigende Plätschern des mit Haller Sole gefüllten Brunnens, während in den Nischen beleuchtete Steinbrunnen und kleine, mit Schwarzdornreisig verfüllte Gradierwerke zur Erhöhung der Salzkonzentration beitragen.

Spielerisch vorbeugen und therapieren in der Familiengrotte!

Gerade Kinder leiden oft unter Asthma und Hautproblemen. Um auch den Kleinen zu helfen, wurde die Gemeinschaftsgrotte (18 Plätze) um eine separate Familiengrotte (8 Plätze) mit Spielecke, Salzkasten und einem „Salzschloss“ ergänzt.

So funktioniert es:

Bei einer konstanten Luftfeuchtigkeit von ca. 45 % reichert sich die Luft in den Salzgrotten mit Ionen an, die über die Haut und die Atmung aufgenommen werden.

Die positive, wohltuende Wirkung dieser bakterienfreien, ionisierten Salzlufte in Kombination mit sanften Licht- und Klangeffekten führt schon nach kurzer Zeit zu einer Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und lindert bei regelmäßiger Wiederholung nachweislich eine Vielzahl von Beschwerden.

Mit jedem Atemzug inhaliert der Besucher wertvolle Mineralstoffe und kann sich auf komfortablen Liegestühlen, in eine warme Decke gehüllt, 45 Minuten lang total entspannen und regenerieren. Auch vorbeugend, zur Steigerung der Abwehrkräfte zu empfehlen!

Die Salzgrotten können entweder in normaler Straßenkleidung, auch mit Straßenschuhen oder in trockener! Badekleidung betreten werden (Plastiküberschuhe werden ausgehändigt).



**Salz & Sole –
da liegt was Gutes in der Luft!**

**Natürliche Energiequelle für
innere Balance und Lebenskraft**

Haller Salzgrotten

Das „Himalayasalz“ ist ein reines Kristallsalz, entstanden durch die Austrocknung eines Ur-Meeres vor Millionen von Jahren. Es stammt aus 400 bis 600 m tiefen Salzminen in Pakistan, die an den Ausläufern des Himalayagebirges liegen. Neben vielen wichtigen Mineralstoffen hat es eine stark antibakterielle Wirkung, die unterstützend bei der Heilung insbesondere von Atemwegserkrankungen wirkt.

Das Salzgranulat des Toten Meeres – das eigentlich ein See ist – stammt aus Jordanien. Sein Salzgehalt von ca. 28% ist etwa 8–9 mal höher als der im Atlantik und 40 mal höher als der in der Ostsee. Besondere therapeutische Erfolge werden bei der Linderung von Hauterkrankungen erzielt. Auch der Anteil an Mineralstoffen ist ausgesprochen hoch. Dazu gehören zum Beispiel:

- Magnesium gegen Stress, für einen stabilen Organismus
- Kalzium für die Knochen
- Kalium für die Durchblutung
- Natrium für den Wasserhaushalt
- Jod für die Schilddrüse
- Eisen für Widerstandsfähigkeit
- Brom für das Nervensystem
- Selen gegen Hautalterung