

(Änderungen vorbehalten - Salvo modifiche)

## > Öffnungszeiten . Orari 30.09.2023 - 05.05.2024

	Hallenbad Piscina coperta	Sauna
Montag - Freitag Lunedì - Venerdì	ore 15.00 - 21.30 Uhr	ore 15.00 - 21.30 Uhr
Dienstag / Martedì	Ruhetag Giorno di riposo	Ruhetag Giorno di riposo
Samstag / Sabato	ore 10.00 - 21.30 Uhr	ore 12.00 - 21.30 Uhr
Sonntag / Domenica	ore 10.00 - 20.30 Uhr	ore 12.00 - 20.30 Uhr
Feiertage und Schulferien* (auch Dienstag geöffnet)	ore 10.00 - 21.30 Uhr	ore 12.00 - 21.30 Uhr
Giorni festivi e ferie scolastiche* (aperto anche martedì)	Sonntag/Domenica: 10.00 - 20.30 Uhr	Sonntag/Domenica 12.00 - 20.30 Uhr

\* Laut Landesschulamt Südtirol/secondo il calendario scolastico provinciale

## Ermäßigungen mit Wertkarte / Riduzioni con carta valore

Tageskarte / Ingresso giornaliero	auf / su 50,00 € = 5 %	auf / su 100,00 € = 10 %
2 Std. Karte Bad / biglietto a 2 ore piscine	auf / su 50,00 € = 20 %	auf / su 100,00 € = 30 %
2,5 Std. Karte Bad + Sauna / biglietto a 2,5 ore piscine + Sauna	auf / su 50,00 € = 20 %	auf / su 100,00 € = 30 %

## Sonstiges / Altro

Handtuch/Asciugamano	5,00 €	+ Kaution/Cauzione
Bademantel/Accappatoio	6,80 €	+ Kaution/Cauzione



Mit der Naturns Card bieten wir 15 % Ermäßigung auf die angeführten Tageskartenpreise Bäder und 10 % auf Sauna, erhältlich an der Kasse. Reduzierungen sind nicht kumulierbar, ausgenommen Wertkarten.

Con la nuova Naturns Card offriamo 15 % di riduzione su tutti gli ingressi giornalieri alle piscine e 10 % alla sauna. Disponibile presso la cassa. Riduzioni non si possono accumulare, salvo carte valore.

## Damensauna Sauna riservata alle donne

jeden Donnerstag/ogni giovedì ore 15.00 - 18.00 Uhr

Während der Schulferien (laut Landesschulamt Südtirol) und an Feiertagen gemischte Sauna!

Durante le ferie scolastiche (secondo il calendario scolastico provinciale) e giorni festivi sauna mista!

## Info & Events Fitness & Fun



### Veranstaltungen für Ihre Gesundheit

#### > GESUND UND FIT DURCH SCHWIMMEN

Schwimmen stärkt Gesundheit und Wohlbefinden und bringt Sie so richtig in Schwung. Man verbrennt Kalorien und in der Gruppe macht es auch noch richtig Spaß!

Jeden Donnerstag von 19.30 - 20.30 Uhr  
Die Teilnahme ist kostenlos.

#### > AQUAFITNESS FÜR JUNG UND ALT

Dabei werden verschiedene Übungen zu rhythmischer Musik gemacht. Das Training im Wasser macht nicht nur Spaß - es ist eines der effektivsten Ganzkörper-Trainings überhaupt. Acquafitness eignet sich für Jung und Alt um in Bewegung zu kommen und dabei auch abzunehmen. Das Training in einer netten Gruppe motiviert und macht Spaß und Freude.

Jeden Montag & Mittwoch ab 20.00 Uhr mit unseren Aquafitnesstrainern Andrea und Alex. Die Teilnahme ist kostenlos.

#### > SCHWIMMKURS

Ob Kind oder Erwachsener, jeder sollte die Möglichkeit nutzen Schwimmen zu lernen. Wir bieten im Erlebnisbad Naturns in Zusammenarbeit mit der Sektion Schwimmen neben Trainingseinheiten auch Schwimmkurse für Erwachsene an. Je nach Nachfrage werden die Termine mit den Teilnehmern abgestimmt.

#### > RHEUMA-WASSERGYMNASTIK

In Zusammenarbeit mit der Rheuma-Liga Südtirol bieten wir gelenkschonende Bewegung im Thermalwasser an.

Jeden Mittwoch von 19.00 - 20.10 Uhr  
10 Einheiten zum Preis von 70,00 €  
Maximal 10 Teilnehmer,  
Anmeldung erforderlich:  
<https://www.rheumaliga.it>

### Corsi per la Sua salute

#### > SANO E ALLENATO CON IL NUOTO

Nuotare rafforza la salute e il benessere e dà nuova carica. Brucia calorie e stare in gruppo è anche molto divertente!

Ogni giovedì dalle ore 19.30 alle 20.30  
La partecipazione è gratuita.

#### > ACQUAFITNESS PER GIOVANI E ANZIANI

Comprende diversi esercizi a ritmo di musica. L'allenamento in acqua non è soltanto divertente, ma è anche uno degli allenamenti funzionali più efficaci in assoluto.

L'acqua fitness è rivolto a tutti, giovani e anziani, dona una flessibilità nei movimenti e favorisce il dimagrimento. L'allenamento in un bel gruppo ha un effetto motivante ed è divertente e piacevole. Ogni lunedì e mercoledì dalle ore 20.00 con i trainer di Acquafitness Andrea e Alex. La partecipazione è gratuita.

#### > CORSO DI NUOTO

Tutti, bambini e adulti dovrebbero avvalersi della possibilità di imparare a nuotare. In collaborazione con la sezione nuoto, offriamo nell'Acquavventura di Naturno allenamenti e corsi di nuoto per adulti.

A seconda della richiesta, le date sono concordate con i partecipanti.

#### > GINNASTICA IN ACQUA PER I REUMATISMI

In collaborazione con l'associazione malati reumatici Alto Adige, proponiamo una ginnastica in acqua termale che facilita le articolazioni.

Ogni mercoledì dalle ore 19.00 alle 20.10  
10 unità al prezzo di 70,00 €  
Massimo 10 partecipanti,  
iscrizione obbligatoria:  
<https://www.rheumaliga.it>



Bilder: Fotografo, Shutterstock, Silvan Gortler, Grafik: Schmittbauer, Creative Studio | Grafik & Druck: Filmprakt

## Naturns Dorf / Naturno centro



info@erlebnisbad.it | www.erlebnisbad.it | T +39 0473 668 036 | Feldgasse . Via dei Campi 5



## Restaurant/Ristorante Pizzeria Erlebnisbad Acquavventura

Ausgewählte Spezialitäten und kulinarische Genüsse...  
Molte specialità e ricercatezza nella selezione e nei sapori  
Öffnungszeiten/Orari d'apertura:  
Mo/lun - Fr/ven ore 15.00 - 23.00 Uhr  
Schulferien/ferie scolastiche - Feiertage/giorni festivi -  
Sa/sab - So/dom ore 10.00 - 23.00 Uhr  
Di/mar - Ruhetag/giorno di riposo  
(außer Schulferien/tranne ferie scolastiche)  
Prenotazioni/Reservierungen: Tel. 0473 868 003

Family

Fun

Sauna

Therme



Preise Winter  
prezzi inverno  
2023/24  
30/09 - 05/05

Erlebnistherme Naturns Termeavventura Naturno

[erlebnisbad.it](http://erlebnisbad.it) [acquavventura.com](http://acquavventura.com)



# Therme Naturns Terme Naturno

Eintauchen.  
Erfrischen.  
Erholen.

Sanft in wohltemperiertes, wirkungsvoll mineralisiertes Thermalwasser eintauchen und die Aktivitäten des Tages in pure Entspannung verwandeln. Wasser, die Quelle des Lebens, ist für die Gesundheit unabdingbar und für unser Wohlbefinden präventiv wie therapeutisch von großer Bedeutung. Es sind die mineralischen Bestandteile, kombiniert mit der angenehmen Temperatur, die das Thermalwasser Naturns so effizient für die Gesundheitsstabilisierung und das persönliche Wohlbefinden machen.

In einer Tiefe von ca. 200 m, am Fuße des Sonnenbergs unterhalb von Schloss Juval, steigt das Thermalwasser Naturns mit 17 Grad empor. Aufgrund seiner Temperatur wird das Thermalwasser für Kaltanwendungen, z. B. in unserem Kältebecken nach einem Saunaaufenthalt verwendet, oder es wird auf eine wohlige Temperatur von über 36° erwärmt. In zwei Whirlpools im Hallenbad lässt das Thermalwasser genussvoll die Muskulatur entspannen und garantiert eine schnellere Erholung, besonders nach sportlicher Aktivität. Einatmen lässt sich das Thermalwasser an unserem Indoor-Wasserfall und unter zerstäubenden Palmenblättern im Whirlpool. Es reinigt die Atemwege, mindert allergische Symptome und stärkt das Immunsystem. So generiert das Thermalwasser Naturns einen gesundheitsfördernden Mehrwert für den Körper, die Muskeln und die Atemwege und verbessert langfristig den Gesundheitszustand – wohltuend, regenerierend und angenehm Stress abbauend!

Immergersi.  
Rinfrescarsi.  
Rigenerarsi.

Immergiti dolcemente nell'acqua termale ben temperata ed efficacemente mineralizzata e trasforma le attività della giornata in puro relax. L'acqua, fonte di vita, è essenziale per la salute ed è indispensabile per il nostro benessere, sia preventivo che terapeutico. L'acqua termale di Naturno si differenzia dall'acqua di sorgente convenzionale per la sua temperatura e soprattutto per la sua composizione. Sono i componenti minerali combinati con la piacevole temperatura che rendono l'acqua termale di Naturno così efficace per la stabilizzazione della salute e il benessere personale.

A circa 200 m di profondità, ai piedi del Monte Sole sotto Castel Juval, l'acqua termale di Naturno sgorga a 17 gradi. A causa della sua temperatura, l'acqua termale viene utilizzata per applicazioni a bassa temperatura, ad esempio nella nostra vasca fredda dopo una sessione in sauna, o viene riscaldata a una temperatura confortevole a più di 36°. In due vasche idromassaggio nella piscina coperta, l'acqua termale rilassa piacevolmente la muscolatura e garantisce un recupero più rapido, soprattutto dopo l'attività sportiva. L'acqua termale può essere inalata nella nostra cascata coperta e sotto le foglie di palma nebulizzanti nella vasca idromassaggio. Pulisce le vie respiratorie, riduce i sintomi allergici e rafforza il sistema immunitario. Così l'acqua termale di Naturno genera un valore aggiunto per la salute del corpo, dei muscoli e delle vie respiratorie e migliora a lungo termine lo stato di salute – benefico, rigenerante e piacevole per diminuire lo stress!



- 1 Eingang / ingresso
- 2 Umkleide / spogliatoio
- 3 Erlebnisbecken / vasca avventura
- 4 51m Rutsche / scivolo da 51 m
- 5 Strömungskanal / canale rapide
- 6 Wasserschleier / velo d'acqua
- 7 Bodensprudel / idromassaggio
- 8 Unterwasser Massageliegen / lettini da massaggio in acqua
- 9 Sprudelbank / panchina idromassaggio
- 10 Nackenduschen / docce cervicali

- 11 Unterwasser Massagen / massaggi in acqua
- 12 THERMAL Erlebnisdusche doccia TERMALE
- 13 THERMAL Whirlpool idromassaggio TERMALE
- 14 THERMAL Wasserfall & -Palme cascata & Palma TERMALE
- 15 Solepool / vasca salina
- 16 Kinderbecken / piscina per bambini
- 17 Sportbecken / piscina sportiva
- 18 Wasserkanonen / cannoncini ad acqua

- 19 Wasserpflanz / fungo d'acqua
- 20 75m Rutsche / scivolo da 75 m
- 21 Finnische Sauna / sauna finlandese
- 22 Bio Sauna / sauna bio
- 23 Dampfbad / bagno turco
- 24 THERMAL Kältebecken Vasca fredda TERMALE

- 25 Ruheraum / area relax
- 26 Restaurant Pizzeria / ristorante pizzeria
- 27 Bistro / bistro
- 28 Bistro Terrasse / terrazza bistro
- 29 Chill area / zona relax

» Preise . Prezzi 30.09.2023 - 05.05.2024

## Hallenbad / Piscina coperta

		Erwachsene: Adulti: ab/da 18 Jahre/ anni	Kinder: Bambini: 3 - 13 Jahre/anni	Jug. - Stu. - Sen.: gio. - stu. - anz.: 14 - 17 J./anni - 25 J./ anni - ab/da 65 J./anni
Tageskarte	Mo-Fr/lun-ven	15,30 €	7,80 €	12,70 €
Ingresso giornaliero	Sa/So/Feiertage sab/dom/festivi	16,90 €	8,60 €	14,10 €
Abendkarte ab 18.00 Uhr	Mo-Fr/lun-ven	12,00 €	5,90 €	8,40 €
Ingresso serale dalle ore 18.00	Sa/So/Feiertage sab/dom/festivi	13,20 €	6,50 €	9,20 €
gr. Familientageskarte/ giornaliero grande per famiglie	Mo-Fr/lun-ven		33,90 €	
Eltern + Kinder bis 17 Jahre genitori + figli fino 17 anni	Sa/So/Feiertage sab/dom/festivi		37,40 €	
kl. Familientageskarte/ giornaliero piccolo per famiglie	Mo-Fr/lun-ven		23,40 €	
1 Elternteil + Kinder bis 17 Jahre 1 genitore + figli fino 17 anni	Sa/So/Feiertage sab/dom/festivi		25,80 €	
Saisonkarte / Carta stagionale		261,00 €	211,00 €	234,00 €
Jahreskarte / Carta annuale		356,00 €	230,00 €	292,00 €
Jahreskarte Abend / Carta annuale serale		293,00 €	187,00 €	239,00 €
Jahreskarte Familie / Carta annuale per famiglie			495,00 €	

## Sauna inkl. Bad / Sauna incl. Piscina

		Erwachsene: Adulti: ab/da 18 Jahre/ anni	Kinder: Bambini: 3 - 13 Jahre/anni	Jug. - Stu. - Sen.: gio. - stu. - anz.: 14 - 17 J./anni - 25 J./ anni - ab/da 65 J./anni
Tageskarte	Mo-Fr/lun-ven	19,10 €	12,40 €	15,80 €
Ingresso giornaliero	Sa/So/Feiertage sab/dom/festivi	21,10 €	13,70 €	17,30 €
Abendkarte ab 18.45 Uhr	Mo-Fr/lun-ven	15,30 €	10,00 €	12,60 €
Ingresso serale dalle ore 18.45	Sa/So/Feiertage sab/dom/festivi	16,90 €	11,00 €	13,90 €
Saisonkarte / Carta stagionale			436,00 €	
Jahreskarte / Carta annuale			548,00 €	