

Dem Meer  
so nah.

## Therme allgemein

Die OstseeTherme Usedom liegt zentral in den Kaiserbädern Ahlbeck • Heringsdorf • Bansin. Seit ihrer Eröffnung im März 1996 wurde die Therme bereits von über 3,5 Millionen Gästen besucht.

Die OstseeTherme Usedom ist mit ihrer Bade- & Saunawelt, dem Kurmittelhaus und dem Sport- & Gesundheitsstudio, bis auf wenige Tage, ganzjährig für Sie geöffnet.



## Heringsdorfer Jodsole

Aus 408 m Tiefe gefördert, ist die Heringsdorfer Jodsole eines der ortsgebundenen Heilmittel in den Seeheilbädern Ahlbeck, Heringsdorf und Bansin. Sie wird in der OstseeTherme Usedom therapeutisch genutzt bei Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates, Erkrankungen der Atemwege und der Haut, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, allgemeinen Schwächezuständen, gynäkologischen Erkrankungen sowie bei Erkrankungen im Kindesalter. Sie wird angewandt in Form von Solebädern, Einzel- und Raum-inhalation sowie als Trinksole. Weiterhin ist die Heringsdorfer Jodsole dem Wasser in dreien unserer Badebecken beigemischt. Außerdem können Sie bei uns mehrmals täglich Saunaaufgüsse mit Heringsdorfer Jodsole genießen – einmalig auf Usedom!

## Öffnungszeiten

### Bade- & Saunawelt

Mo–Sa 10:00–21:00 Uhr | So 10:00–20:00 Uhr

### Sport- & Gesundheitsstudio

Mo–Fr 08:00–20:00 Uhr | Sa 10:00–17:00 Uhr

### Kurmittelhaus

Mo–Fr 08:00–19:00 Uhr

Behandlung außerhalb dieser Zeiten nach Vereinb.  
Anmeldung unter Tel. 038378 27314

## Kontakt

OstseeTherme Usedom | Lindenstr. 60 | 17419 Seebad Ahlbeck

☎ 038378 273-0 | ✉ info@ostseetherme-usedom.de

📘 www.facebook.com/OstseeTherme-Usedom



## Aussichtsturm



Der Aussichtsturm der OstseeTherme Usedom ist eine markante Stahlkonstruktion und das Erkennungszeichen der Therme. Die 20 Meter über dem Meeresspiegel liegende Aussichtsplattform erreichen Sie ganz in Ruhe mit dem Fahrstuhl. Sie können den Turm bis zur Spitze auch sportlich über 171 Treppenstufen erklimmen.

Von dort bietet sich ein herrliches Panorama der Ostseeküste. Sie erkennen die Promenade mit der prächtigen Bäderarchitektur, die ins Meer ragenden Seebrücken genau so, wie die Wellenbrecher im benachbarten Swinemünde.

Blick vom Aussichtsturm der OstseeTherme Usedom



WWW.OSTSEETHERME-USEDOM.DE

## Preise\*

Badewelt	Erwachsene	Kinder	Familien
2 Stunden	11,50 €	8,50 €	-
3 Stunden	13,00 €	10,00 €	35,50 €
Tag	15,00 €	12,00 €	41,50 €

Saunawelt (inkl. Badewelt)	Erwachsene	Kinder
3 Stunden	15,00 €	12,50 €
Tag	18,00 €	15,00 €

### Definitionen:

- Kind: von 1 m bis 17 Jahre | Kleinkind: bis 1 m pauschal 2,50 €
- Familie: 4 Personen, davon max. 2 Erw., jedes weitere Kind 5,50 €
- Gruppenpreise erhalten Sie gern bei uns auf Anfrage
- Geburtstagskinder haben an ihrem Geburtstag freien Eintritt (Vorlage Ausweis)
- Verleih von Handtüchern und Bademänteln für je 6,00 €
- Parkplatz für Thermengäste pauschal 1,50 € (Entwertung an der Thermenkasse)

	Jahres- vertrag	Halbjahres- vertrag	Monats- karte	Tages- karte
	<b>monatlicher Beitrag</b>			
Studionutzung normal	38,00 €	49,00 €	55,00 €	
ermäßigt <sup>1</sup>	29,00 €	38,00 €		
inkl. Badewelt	54,00 €	71,00 €	77,00 €	
inkl. Bade- & Saunawelt	61,00 €	82,00 €	88,00 €	21,50 €

<sup>1</sup> Ermäßigung für Studenten, Schüler, Azubis gegen Vorlage des entsprechenden Nachweises.

### Hinweise:

- Bei Vertragsabschluss wird eine einmalige Aufnahmegebühr von 29,00 € erhoben (Bearbeitungsgebühr, Mitgliedsausweis).
- Die Nutzung des Studios durch Minderjährige ist nur mit Erlaubnis eines Erziehungsberechtigten möglich. Bitte erkundigen Sie sich bei unseren Studiomitarbeitern.

\* Die OstseeTherme Usedom ist eine Einrichtung der Gemeinde Heringsdorf und wird aus der Kurabgabe finanziert. Aus diesem Grund gelten alle Preise nur in Zusammenhang mit einer gültigen UsedomCard. Die Kurabgabe können Sie in unserem Haus entrichten.

Stand: August 2023 | Änderungen vorbehalten. | Fotos: © Bäderverband M-V/Holger Mertens; © Mandy Knuth – fotografieren.de; © Isabell Stahnke



## Saunawelt

Schwitzen in geselliger Runde ...  
das geht in der Saunawelt

Freuen Sie sich auf genussvolle Stunden bei einem abwechslungsreichen Aufgussprogramm! Egal, ob Sie es lieber wohlig warm oder ganz heiß mögen, wir erfüllen Ihre Saunaträume.

Bei uns finden Sie neben einer Biosauna, einer 80 Grad Sauna auch zwei Blocksaunen sowie zwei Infrarot-Wärmekabinen. Zur Abkühlung dienen das Außenbecken, ein Tauchbecken sowie Schlauch- und Eimerduschen. Entdecken Sie nach dem Saunagang unseren schönen Saunagarten oder entspannen Sie in der großzügigen Ruhezone.

Von Oktober bis April findet an jedem ersten Freitag des Monats die Mitternachtssauna statt.  
Von 21:00–24:00 Uhr erwarten Sie:

- eine Nacht in entspannender Atmosphäre
- Spezialaufgüsse mit Überraschungen
- FKK Baden in der Therme
- Buffet mit kulinarischen Köstlichkeiten

## Badewelt

Einmal zu Arielle und Neptun werden ...  
die Badewelt macht's möglich

Einen Tag voller Spaß und Entspannung - unabhängig von Wind und Wetter - erleben Sie in unserer Badewelt. Hier kommt jedes Familienmitglied auf seine Kosten: Unsere kleinen Gäste können sich im Wassergarten, beim Rutschen oder auf dem Piraten-Spieldeck vergnügen. Die Großen genießen die wohltuende Wirkung des Sole-Wassers oder entspannen bei einer Unterwassermassage auf den Luftsprudelliegen. Einen kleinen Snack für zwischendurch gibt es in unserem Thermen-Bistro.

**Gutscheine:** Überraschen Sie ihre Lieben doch mit einem Wertgutschein – die Summe können Sie frei wählen. Die Gutscheine sind für das gesamte Angebot der Therme gültig.

## Orientierungsplan

### Saunawelt

- 4 Saunen mit unterschiedlichen Temperaturen
- Aufgüsse mit Heringsdorfer Jodsole
- Saunagarten
- beheiztes Außenbecken
- Tauchbecken
- Eisbrunnen
- Infrarotwärmekabinen
- Ruhebereich

### Badewelt

- Solewarmbecken
- Sprudelliegen
- Massagedüsen
- Dampfsaunen
- beheiztes Außenbecken mit Solewasser
- Liegebereich auf der Galerie
- Solarium

### ... und für unsere kleinen Gäste

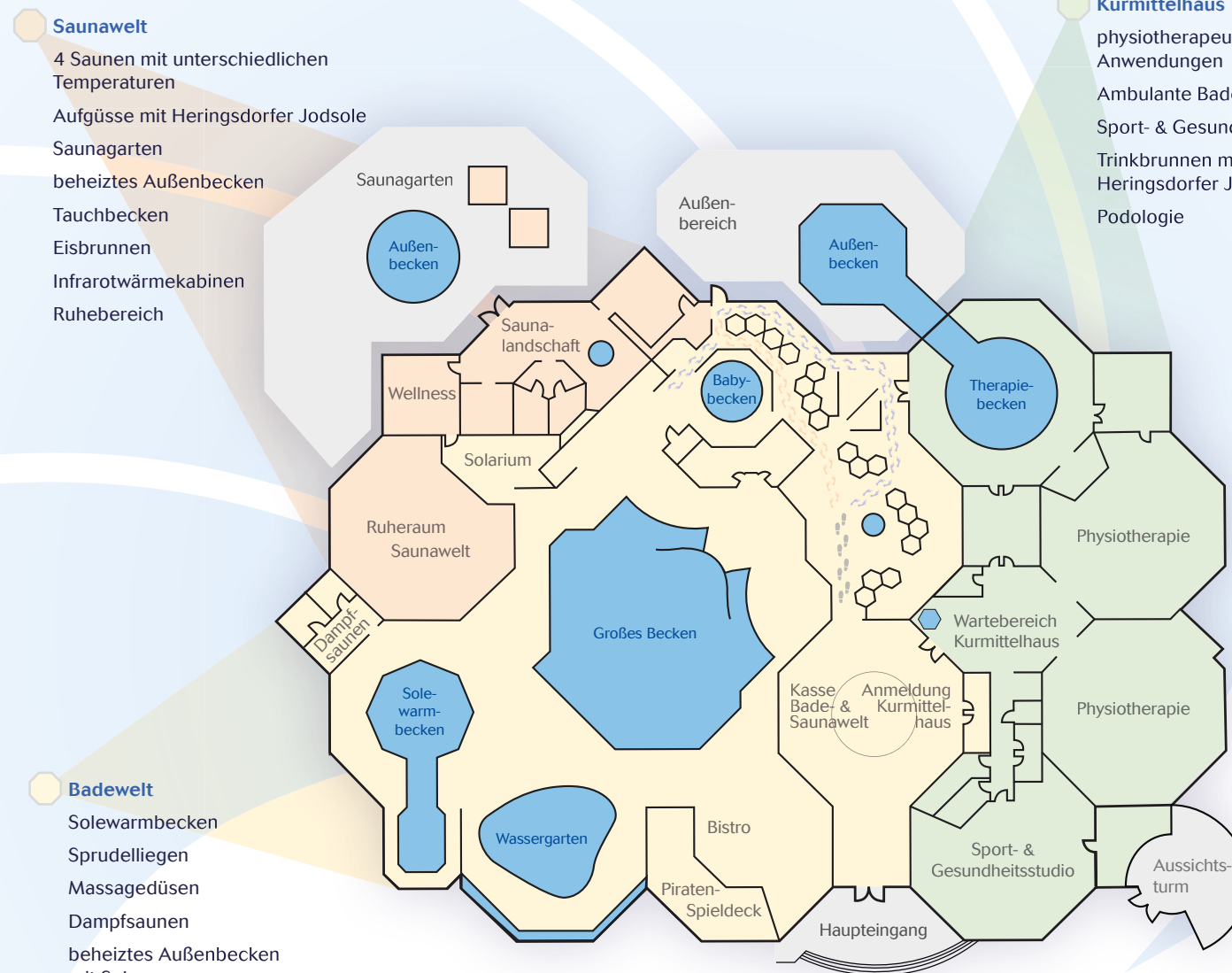
- Wassergarten mit Wasserfall
- Rutsche
- Babybecken
- Wasserspiele
- Piraten-Spieldeck

### Barrierefreiheit:

Aufgrund der baulichen Gegebenheiten ist die OstseeTherme Usedom leider nicht komplett barrierefrei. Gern geben wir Ihnen telefonisch oder per E-Mail weitere Auskünfte, sodass Sie im Vorfeld einschätzen können, ob wir Ihre Bedürfnisse erfüllen.

### Kurmittelhaus

- physiotherapeutische Anwendungen
- Ambulante Badekuren
- Sport- & Gesundheitsstudio
- Trinkbrunnen mit Heringsdorfer Jodsole
- Podologie



## Kurmittelhaus

In unserem Kurmittelhaus steht Ihnen ein umfangreiches Angebot physiotherapeutischer Anwendungen zur Verfügung. Angefangen bei der Krankengymnastik, Moor-, Meerwasser- und Solebädern über Massagen, Einzel- und Gruppentherapien (manuelle Therapie, Bewegungstherapien im Wasser, Atem- und Entspannungstherapie) bis hin zur manuellen Lymphdrainage. In physiotherapeutischen Fragen sind Sie hier an der richtigen Adresse!

Im Rahmen ambulanter Badekuren, die in unserem Kurmittelhaus durchgeführt werden, arbeiten wir mit den örtlichen Badeärzten zusammen.

### Ahlbeck

- Dr. med. C. Netzer | Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Lindenstraße 75 | Telefon 038378 28402

### Heringsdorf

- Dipl.-Med. H. Weihs | Facharzt für Allgemeinmedizin,  
Chirotherapie | Schulstraße 1 | Telefon 038378 2530

Die Kooperation mit der Podologin Petra Peters erweitert unser Angebot rund um das Thema Fußgesundheit. Die Terminvergabe erfolgt telefonisch: 0171 5848332

## Wellness

Unsere Wohlfühl-Angebote entführen Sie in eine Welt der Entspannung und Ruhe. Genießen Sie erholsame Momente bei einer klassischen Massage oder verbringen Sie einen ganzen Tag in unserem Haus und lassen Sie es sich richtig gut gehen.

## Sport- & Gesundheitsstudio

Im Sport- & Gesundheitsstudio dreht sich alles um die gesunde Art von Fitness. Wir bieten unseren Mitgliedern und Gästen eine professionelle Trainingsbetreuung mit umfassender Fitnessanalyse und individueller Trainingsplanerstellung sowie ein umfangreiches Kursangebot. Attraktive Pakete bieten die Möglichkeit, das Training mit einem Aufenthalt in unserer Bade- & Saunawelt zu kombinieren.

Unseren **Kursplan** finden Sie online.  
Scannen Sie den QR-Code, um direkt auf den aktuellen Plan zu gelangen:

