

**H2O** *Saunawelt*



## *Wärme . Ruhe . Düfte . Farben . Klänge . Zeit*

Willkommen in der H2O Saunawelt. Eine einzigartige Oase der Ruhe und des Wohlbefindens. Eine Insel der Entspannung im hektischen Alltag. Zur Ruhe kommen, zu sich selber finden, Körper und Seele in Einklang bringen – genießen Sie die einzigartige Saunalandschaft und unseren wunderschönen Saunagarten im nordischen Stil.

Auf über 5.000 Quadratmetern finden Sie insgesamt 11 verschiedene Saunen mit Temperaturen von 45°C bis 100°C. Aufgüsse mit ätherischen Ölen und verschiedenen Duftstoffen sorgen für ein intensives Erlebnis. In unseren Ruheräumen mit Wärmeliegen (39°C) finden Sie die nötige Entspannung zwischen den Saunagängen. Meditative Musik und farbige Lichteffekte sorgen dafür, dass alle Sinne angesprochen werden.

Oder legen Sie sich in einen unserer Whirlpools und schließen Sie die Augen. Vergessen Sie den Stress und finden Sie echte Entspannung bei einer wohltuenden Massage. Lassen Sie sich von unserem Angebot an Speisen und Getränken verwöhnen oder relaxen Sie in gemütlichen Loungesesseln vor unserem großen Kamin. Und plötzlich werden Sie merken: Der Alltag ist ganz weit weg!

## *Erleben Sie die Vielfalt*

Die moderne skandinavische Saunalandschaft bietet Anregung für alle Sinne. Mit Licht, Farben, Düften und Geräuschen haben wir aus dem Erholungsklassiker Schwitzen und Abkühlen einen Ort der Entschleunigung gemacht. Hier haben Sie eine Übersicht über unsere verschiedenen Sauna- bzw. Schwitzräume.

**Terra-Sauna (75°C – 90°C):** Erleben Sie die Elemente Feuer, Wasser, Erde und Luft sowie eine Komposition aus Düften, Wärme, und Licht in einer einmaligen Konzept-Sauna.

**Dampfbad (45°C):** Im Dampfbad können Sie befreit durchatmen.

**Bärenhütte (60°C):** Wechselnde Farben und fruchtige Aromen sorgen für maximale Entspannung.

**Heusauna (85°C):** Abwechselnde Düfte und ein entspannter Blick in den wunderschönen Saunagarten erwarten Sie.

**Luonto – Ruhesauna (90°C):** Die Sauna ist ein Ort der Stille und bietet die Möglichkeit dem hektischen Alltag zu entfliehen, abzuschalten und zu innerer Ruhe zu gelangen. Meditative Aufgüsse werden zu einer Reise in eine Welt der Träume!

**Saari-Sauna (100°C):** Unsere große Aufgussauna mit Blick in den Saunagarten und stündlich wechselnden Themenaufgüssen.

**Blockhaus-Sauna (100°C):** Der herrliche Panoramablick und die wechselnden Aufgüsse sorgen für die perfekte Wohlfühlumgebung.

**Löylysauna (80°C):** Leise Entspannungsmusik und frische Düfte erwarten Sie.

**Vaikutus (80°C):** Der Showroom mit spektakulären Aufgüssen und Schauspiel. Freuen Sie sich auf ein inszeniertes Erlebnis und verspüren Sie große Emotionen.

**Suola (75°C):** Die Salzsauna besteht aus handgearbeiteten Salzbrocken aus Pakistan sowie einem Gradierwerk.

**Vesitorni (65°C):** Genießen Sie einzigartige Landschaften und lassen Sie sich vom Element Wasser verzaubern.

**Lumi kide – Schneeraum (-12°C | -15°C):** Fühlen Sie die Wohltat: Tiefe Atemzüge erfrischen die Lungen, die kalte Luft kühlt den Körper von Kopf bis Fuß.

## Wohlfühl-Lounge

Unsere Wohlfühl-Lounge ist ein besonderer Ruhebereich mit 15 Liegen, die halbtags von 10.00 bis 16.00 Uhr (Sa., So. und am Feiertag von 09.00 bis 16.00 Uhr) bzw. ab 16.30 Uhr bis 23.00 Uhr oder ganztags gebucht werden können. Wir bieten Ihnen zur Erfrischung Mineralwasser und Obst. Dieser Service kostet halbtags 14 € und ganztags 20 €. Buchungen und Informationen unter 05221 922-257 oder [www.h2o-herford.de/liegenbuchung](http://www.h2o-herford.de/liegenbuchung).



## *Darf's etwas mehr sein?*

Im Mittelpunkt Ihres Besuchs in der H2O Saunawelt stehen für uns Ihre individuellen Wünsche und Ihre persönliche Definition von Erholung, Entspannung und Erlebnis. Daher bietet das H2O ein breites Angebot zum Wohlfühlen, Relaxen und Entspannen. Dazu zählen neben unseren Saunen auch die folgenden Angebote:

- Nordischer Saunagarten mit über 1.500 m<sup>2</sup> Fläche
- Wärmeliegen mit meditativer Musik
- 2 Whirlpools (Innenbereich & Saunagarten)
- Großer Außenpool
- Gastronomiebereich mit gemütlicher Atmosphäre
- Kaminecke zum Verweilen
- Ruheraum im finnischen Landhausstil
- Erlebnisduschen im Innen- und Außenbereich
- Wellnessangebote im H2O Refugium
- Sauna-Lounge mit SKY Sportprogramm
- Events



## *Innovation und Inspiration*

Saunieren hat eine jahrtausendealte Tradition und diese finden Sie auch in vielen traditionellen Saunaritualen im H2O Herford. Dennoch haben wir es uns zum Ziel gesetzt, Tradition und Innovation auf entspannende Weise zu verbinden.

Dies zeigt sich in der H2O Saunawelt vor allem durch immer wieder neue und spektakuläre Saunakonzepte, die Ihnen ein vielfältiges und immer wieder neues Saunaerlebnis ermöglichen.

Die Terra-Sauna bietet Ihnen beispielsweise eine weltweit einmalige Kombination aus Düften und audiovisuellen Eindrücken bei einer Reise um die Welt. In vier Etappen (mit jeweils langsam steigenden Temperaturen) können Sie die Elemente Erde, Feuer, Wasser und Luft hautnah spüren – eine einmalige Erfahrung.

Die Vesitorni bringt Ihnen das Element Wasser auf eine ganz neue Art und Weise näher. Der atemberaubende Blick auf das riesige Filmpanorama bietet naturnahe und lebensechte Impressionen. Der Mittelpunkt der Vesitorni ist ein mit Wasser gefüllter Steinbrunnen, der im Einklang mit den einmaligen Panoramabildern eine Symphonie der Entschleunigung, der Entspannung und des Wohlfühlens bildet.



Egal für welche Sauna Sie sich auch entscheiden, eines ist sicher: Die Kombination aus Tradition und Innovation wird Sie begeistern!

## Eintrittspreise

Erwachsene Ermäßigt

|                      |          |             |
|----------------------|----------|-------------|
| Tageskarte Sauna/Bad | 36,00 €  | 31,80 € *   |
| Tageskarte Kinder    |          | 28,60 €     |
| 6er-Karte Sauna/Bad  | 190,50 € | 162,00 € ** |
| 12er-Karte Sauna/Bad | 350,00 € | 305,00 € ** |

### Familien-Tarif (Sauna/Bad)

|                           |         |         |
|---------------------------|---------|---------|
| 2 Erwachsene und 1 Kind   | 86,50 € |         |
| 2 Erwachsene und 2 Kinder | 99,00 € |         |
| 3., 4. und 5. Kind je     |         | 21,10 € |

### Abend-Tarif (Sauna/Bad, Mo. bis Do. ab 18 Uhr)

|  |          |             |
|--|----------|-------------|
| 4 Stunden                                | 29,60 €  | 24,30 € **  |
| 12er-Karte 4 Stunden                     | 302,00 € | 254,00 € ** |
| Nachzahlgebühr bei<br>Zeitüberschreitung | 4,00 €   | 4,00 € **   |

### Leihartikel

|               |        |
|---------------|--------|
| Bademantel    | 8,00 € |
| Badetuch      | 4,00 € |
| Badeschlappen | 4,00 € |

Bei Verlust der Leihartikel fallen folgende Kosten an:  
Bademantel 40,00 €, Badetuch 15,00 €, Badeschlappen 10,00 €.

Weitere Preise entnehmen Sie bitte dem Aushang an der Kasse sowie unserer Internetseite [www.h2o-herford.de](http://www.h2o-herford.de).

- \* Schüler, Studenten, Auszubildende mit Schülerschein, FSJler, Bundesfreiwillige, Bedienstete der Bundeswehr und Schwerbehinderte (ab 50% M.d.E.) (nur gegen Ausweis, die Begleitperson muss mind. 16 Jahre alt sein)
- \*\* Kinder bis einschl. 15 Jahre, Schüler, Studenten, Auszubildende mit Schülerschein, FSJler, Bundesfreiwillige, Bedienstete der Bundeswehr und Schwerbehinderte (ab 50% M.d.E.) (nur gegen Ausweis, die Begleitperson muss mind. 16 Jahre alt sein)
- Dienstag ist Damensauna!
- Bei Eintritt in die Sauna ist das Freizeitbad inklusive
- Bei Verlust des Zutrittsmediums: 10,00 € Gebühr
- Beim Kauf einer Mehrfachkarte: 10,00 € Pfand auf das Zutrittsmedium
- Mehrfachkarten und Gutscheine haben 5 Jahre Gültigkeit
- Kinder gelten bis einschl. 15 Jahre, Kinder unter 4 Jahren haben freien Eintritt
- Jungen unter 1 Jahr sind zur Damensauna willkommen
- Bitte beachten Sie, dass bei einer Gruppe der Hauskredit aller dazugehörigen Medien vor dem Verlassen des Hauses beglichen sein muss

## Lageplan





- ① Vorreinigungsduschen
- ② WC
- ③ Whirlpool
- ④ Tauchbecken
- ⑤ Abkühl duschen
- ⑥ Gastronomie
- ⑦ Gastronomie / Sportsbar
- ⑧ Refugium 1. OG
- ⑨ Refugium-Lounge
- ⑩ Wohlfühl-Lounge  
(optional buchbar)
- ⑪ Lumi kide -12°C | -15°C



## H2O Freizeitbad



- |    |                         |   |                           |
|----|-------------------------|---|---------------------------|
| 12 | Außenpool               | 25  | Heusauna 85°C             |
| 13 | Livingroom 1            | 26  | Lölylsauna 80°C           |
| 14 | Livingroom 2            | 27  | Vaikutus 80°C             |
| 15 | Umkleiden               | 28  | Terra-Sauna 75°C bis 90°C |
| 16 | Finnisches Ruhehaus     | 29  | Bärenhütte 60°C           |
| 17 | Wärmeliegenhaus         | 30  | Blockhaus-Sauna 100°C     |
| 18 | Ruhebereich 1. OG       | 31  | Vesitorni 65°C            |
| 19 | Durchgang Freizeitbad   | 32  | Brunnenplatz              |
| 20 | Dampfbad 45°C           |   |                           |
| 22 | Suola 75°C              |   |                           |
| 23 | Luonto – Ruhesauna 90°C |  | Sammelplätze              |
| 24 | Saari-Sauna 100°C       |  | Raucherzone               |

## Anreise und Kontaktinformationen

**Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:** Ab Bahnhof Herford mit der Buslinie 433 bis zur Haltestelle „H2O/Stadion“ oder von der Haltestelle „Alter Markt“ mit der Buslinie S3 bis zur Haltestelle „H2O/Stadion“.

**Mit dem PKW:** Parkplätze stehen direkt am H2O Herford ausreichend sowie kostenfrei für Sie zur Verfügung.

**Mit dem Wohnmobil:** Das H2O Herford bietet 22 komfortable Wohnmobilstellplätze. Die Stellplatznutzung kostet pro angebrochene Stunde je 2 €, das Tagesmaximum (24 Stunden) liegt bei 8 €. Die Parktickets können nach dem Besuch des H2Os für den jeweiligen Tag an der Kasse entwertet werden.

### Sie möchten stets auf dem Laufenden sein?

Dann registrieren Sie sich für den aktuellen und kostenlosen Newsletter unter [www.h2o-herford.de](http://www.h2o-herford.de) oder werden Sie Fan auf Facebook: [www.facebook.com/h2oherford](http://www.facebook.com/h2oherford).

## Öffnungszeiten

Montag bis Freitag: 10.00 – 23.00 Uhr

Samstag, Sonntag und Feiertag: 9.00 – 23.00 Uhr

**Bitte beachten Sie: Dienstag ist Damensauna!**

*Während der Winterferien entfällt die Damensauna und es findet gemischte Sauna statt.*

An Heiligabend, am 1. Weihnachtstag sowie an Silvester bleibt das H2O geschlossen.

Der Deutsche Sauna-Bund hat die H2O Saunawelt mit dem



**Qualitätssiegel SaunaPremium** ausgezeichnet!

**H2O Herford**, Wiesestraße 90, 32052 Herford

Info-Hotline: 05221 922-257

[info@h2o-herford.de](mailto:info@h2o-herford.de), [www.h2o-herford.de](http://www.h2o-herford.de)

 [h2o\\_herford](https://www.instagram.com/h2o_herford)  [facebook.com/h2oherford](https://www.facebook.com/h2oherford)



H2O Herford: Ein Freizeitangebot der Stadtwerke Herford GmbH

