Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 86 (2008)
Heft: 1-2

Artikel: Ein heisser Reisetipp am Bodensee
Autor: Zahner, Karin
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-722039

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

BILDER: STADTWERKE KONSTANZ GMBH

Bad mit Weitblick: Dank der transparenten Architektur fühlt man sich in der Konstanzer Bodensee-Therme fast wie am Meer.

Ein heisser Reisetipp am Bodensee

Konstanz ist um eine Attraktion reicher: die neue Bodensee-Therme. Diese überzeugt sowohl mit extravaganter Architektur als auch mit einem vielseitigen Angebot. Ausserdem ist sie auch für Behinderte absolut problemlos zugänglich.

VON KARIN ZAHNER

Die im Juli 2007 neu eröffnete Konstanzer Therme, die etwas ausserhalb des Stadtkerns liegt, hat einiges zu bieten: Sie liegt direkt am Ufer des Bodensees, ist eingebettet in die sanft ansteigende Landschaft und gewährt ihren Gästen einen wunderbaren Blick auf den grössten See Deutschlands, aber auch auf die Vorarlberger und die Schweizer Berge. Kein Wunder, hat die auffällige Wellnessoase bereits im ersten vollen Betriebsmonat 45 000 Besucherinnen und Besucher angelockt.

Die Therme mit zwei Gebäudeflügeln und der 78 Meter breiten und annähernd neun Meter hohen Glasfassade besticht jedoch nicht nur durch fantastische Aussicht, sondern vor allem mit einer extravaganten Architektur, die das Leitmotiv «Schiffe und Wasser» perfekt umsetzt. So weist der Westflügel mit Saunabereich, Restaurant und Panorama-Sonnendeck wie ein Schiffsbug Richtung See, und die Badenden trennt dadurch lediglich eine riesige Glasfront vom natürlichen Gewässer. Das Wasser der Thermallandschaft und das Blau des Bodensees scheinen ineinander zu verfliessen, und wer sich auf dem Liegestuhl im Innern ausruht und die Seele baumeln lässt, wähnt sich fast schon an den Gestaden eines Meeres.

Das sinnliche Erlebnis wird durch die zarten blasen- und kreisförmigen Zeichnungen, die der deutsche Künstler Willi

Siber auf die Glasfront gezaubert hat, unterstützt. Auch die aussergewöhnlichen Lichtelemente von Markus Brenner tragen dazu bei, dass die Alltagshektik bald vergessen geht. So verwandeln sich etwa dank speziell installierter Lichtkörper beim Duschen die Wassertropfen in Tausende kleiner, glänzender Prismen.

Die Besuchenden baden in reinem Mineral-Thermalwasser, das aus einer Quelle rund 300 Meter nordöstlich der Therme am sogenannten «Hörnle» stammt, die in 660 Meter Tiefe entspringt. Es handelt sich dabei um stark mineralisiertes, fluoridhaltiges Natrium-Hydrogenkarbonat-Thermalwasser. Im 300 Quadratmeter grossen Aussenbecken ist das Wasser 34 Grad warm, und man kann sich hier die Muskeln auf Sprudelliegen, an Nackenduschen und Massagedüsen weichkneten lassen.

Eine Therme ohne Zugangsprobleme

Doch nicht nur die Muskeln profitieren vom warmen Wasser, sondern der gesamte Körper. Denn Thermalbaden fördert die Durchblutung und die Beweglichkeit, regt den Kreislauf an, lindert rheumatische Erkrankungen und steigert das allgemeine Wohlbefinden. Es erhöht zudem die Beweglichkeit und schont die Gelenke. Auch wenn der Aufenthalt im warmen Wasser noch so wohltuend ist: Länger als zwanzig Minuten sollten Sie darin nicht verweilen. Zudem sollten Sie sich nach dem Baden eine Pause gönnen, bevor Sie erneut ins Wasser steigen.

Damit die Therme allen offensteht, wurde sie hindernisfrei gebaut. Es stehen eigene Umkleidekabinen und Duschen für Behinderte zur Verfügung sowie zusätzliche Rollstühle. Ausserdem ermöglichen es geräumige Fahrstühle allen Gästen, in die verschiedenen Stockwerke zu gelangen. Am Thermalbecken ist eine spezielle Hebevorrichtung vorhanden, und selbst die Saunen können von Rollstuhlfahrern benutzt werden, da die Eingänge breiter als sonst üblich gestaltet wurden.

Im Saunabereich, im Westflügel der Therme, finden alle das Passende. Eine klassische Sauna (95 °C), eine Aroma-Sauna (85 °C), ein Sanarium (60 °C) und ein Dampfbad (45 °C) laden zum Entspannen ein. Wem die klassische Sauna zu trocken und vor allem auch zu heiss ist, der sollte das Sanarium testen. Dabei handelt es sich um eine Saunavariante mit einer Luftfeuchtigkeit von 40 bis 55 Prozent. Ideal also für Saunaneulinge. Nach dem Saunagang und einer Abkühlung im Tauchbecken können Sie sich in den verschiedenen Ruheräumen bei entspannender Musik erholen. Im Sommer kann man sich nach dem Saunieren auch auf dem Panoramadeck ausruhen und den Blick über den See schweifen lassen.

Eindrückliche Architektur: Die Therme Konstanz erfreut sowohl die Augen als auch den ganzen Körper.

Wer genug vom Schwitzen und Baden hat, dem sei ein Abstecher nach Konstanz empfohlen. Unmittelbar vor der Therme fährt denn auch alle 15 Minuten ein Bus in Richtung Bahnhof. Die grösste Stadt am Bodensee lockt mit einem Rundgang durch die schöne Altstadt, die grösstenteils seit dem Mittelalter unverändert geblieben ist. Ihre Vergangenheit als bedeutende Handelsstadt manifestiert sich beispielsweise im Konzilgebäude, das auch als Bischofssitz grosse Bedeutung erlangte. Denn bei der einzigen Papstwahl auf deutschem Boden versammelten sich zwischen 1414 und 1418 die Kirchenvertreter im Konstanzer Münster und im Handelshaus am See, um ihr neues Oberhaupt zu wählen.

Wenige Schritte von der Bischofskirche entfernt beginnt nördlich der Stadtteil, der auch während der Hochsaison ruhig und geheimnisvoll bleibt: die Niederburg. Sie ist der älteste Stadtteil von Konstanz. In ihren engen und verwinkelten Gassen lässt sich das städtische Leben bis ins Mittelalter zurückverfolgen. Denn da finden sich die ältesten Häuser der Stadt, hier wohnten einst die Hörigen des Bischofs, die Handwerker und Kaufleute.

Zentrum einer schönen Gegend

Doch nicht nur die Konstanzer Altstadt ist sehenswert, sondern die ganze Umgebung. Die fantastische Lage der Stadt an Bodensee und Rhein, ihre Nachbarschaft zur Schweiz und zu Österreich macht Konstanz zum idealen Ferienziel und Ausgangspunkt für Ausflüge in die Umgebung. So liegen beispielsweise Überlingen und Meersburg nur einen Katzensprung von Konstanz entfernt. Beide Städte verfügen über eine sehenswerte Altstadt, aber auch ihre Thermen sind einen Besuch wert. In Meersburg gibts neben dem Thermalbad auch eine finnische Sauna, ein Dampfbad und einen türkischen Hamam sowie zwei Pfahlbausaunen, die direkt am Bodensee liegen. Wer will, kann sich dort nach dem Schwitzen mit einem Sprung direkt in den See abkühlen. ■

ANREISE ZUR BODENSEE-THERME:

Die Therme ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln einfach zu erreichen: Die Buslinie 5 hält direkt vor dem Eingang, und Gäste, die vom anderen Seeufer aus mit der Fähre oder dem Katamaran anreisen, können günstige Kombitickets zum Umsteigen in den Bus nutzen. Vom Konstanzer Hafen aus erreicht man die Therme, der ein Bootsanleger unmittelbar vorgelagert ist, auch mit dem Ausflugsschiff Möwe, das tagsüber zu jeder halben Stunde ablegt. Autofahrern steht bei der Therme ein Parkdeck zur Verfügung.

Infos, Preise, Kombitickets:
Telefon 0049 7531 363 070,
www.bodensee-therme-konstanz.de

Die Therme ist täglich von 9 bis 22 Uhr geöffnet. Tageskarte Thermalbad: 10 Euro (ca. CHF 17.–). Therme und Sauna 19 Euro (ca. CHF 32.–). Triokarte für je einen Tag in den Thermen in Meersburg, Überlingen und Konstanz: 24.90 Euro (ca. CHF 42.–). Triokarte Therme und Sauna: 45 Euro (ca. CHF 77.–).