



Öffnungszeiten

Montag	Ruhetag
Dienstag – Freitag	10:00 - 18:00 Uhr
Samstag (Oktober – Mai)	11:00 - 15:00 Uhr

An Sonn- und Feiertagen geschlossen.

Nach Absprache bieten wir Ihnen gerne Termine außerhalb der Öffnungszeiten an. Abweichende Öffnungszeiten aufgrund von Veranstaltungen und in den Sommermonaten entnehmen Sie bitte unserer Internetseite, Facebook oder dem Aushang im Salzhuus.

Gerne stellen wir Ihnen Geschenkgutscheine aus.

Preise

Salzraum mit Gradierwerk	45 Minuten
Einzelkarte Erwachsene	14,00 €
10er Karte Erwachsene	126,00 €
5er Karte Erwachsene	63,00 €

Salzaero (Inhalationsraum)	20 Minuten
Einzelkarte Erwachsene	10,00 €
10er Karte Erwachsene	90,00 €
5er Karte Erwachsene	45,00 €

Kindersitzung im Salzini	20 Minuten
1 Elternteil + 1 Kind (bis 6 Jahre)	13,00 €
1 Elternteil + 1 Kind (7 – 11 Jahre)	16,00 €
10er Karten	
1 Elternteil + 1 Kind (bis 6 Jahre)	117,00 €
1 Elternteil + 1 Kind (7 – 11 Jahre)	144,00 €

Salzarium kompletten Raum mieten	
Max. 8 Personen	99,00 €



Anfahrtbeschreibung

Das Salzhuus befindet sich auf dem Gelände der Firma Hagebau/Hass&Hatje in Rellingen. Es sind genügend Parkplätze direkt am Salzhuus für Sie vorhanden.

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln Bushaltestelle „Klinikum Pinneberg“ der Linien 185, 195, 295 und 395.

Salzhuus Shop

Wir bieten Ihnen eine Auswahl an Natur- und Gewürzsalzen, Badesalze, stimmungsvolle Salzlampen und weitere Produkte an. Außerdem führen wir Vitalkaraffen und Gläser von Nature's Design.



Salzhuus Iris Sahling
Eichenstraße 28 | 25462 Rellingen

Telefon 04101 – 80 55 66 0
info@salzhuus.de

www.salzhuus.de



Wir sind zertifiziertes Mitglied im Bundesverband der Natursalzwelten e.V.



*Herzlich
willkommen
im Salzhuus*

Genießen Sie eine frische Brise
und Mee(h)r in Rellingen zur
Erholung und Entspannung.

www.salzhuus.de





Hier finden Sie einige wichtige Informationen für Ihren Besuch im Salzhaus

Sie besuchen uns in bequemer Kleidung. Die Räume werden aus hygienischen Gründen ohne Schuhe betreten. Bitte bringen Sie sich warme Socken (helle Farbe) mit. Sie liegen im Salzarium auf bequemen Liegen und werden in eine warme Decke gehüllt. In der trockenen Salzlufte entspannen Sie bei Temperaturen um 22°C.

Bei uns können Sie das ganze Jahr salzhaltige Luft atmen. Eine Wohltat für Ihre Atemwege und die Haut.

Wir bitten um Terminvereinbarung für die Sitzungen, damit es für Sie nicht zu Wartezeiten kommt. Bitte kommen Sie rechtzeitig (10 Minuten vor Beginn), da die Sitzungen pünktlich beginnen.

Aus Rücksichtnahme auf andere Gäste, insbesondere auf die mit Allergien, bitten wir Sie auf intensive Düfte, wie Zigarettenrauch, Parfüm, Haarspray und Kosmetika zu verzichten.

Hinweise:

Nicht zu empfehlen ist ein Besuch der Salzräume bei akuten und ansteckenden Infekten, Fieber, Schilddrüsenüberfunktion, respiratorischer Globalinsuffizienz, bei schwerer obstruktiver Bronchitis, fortgeschrittenem Lungenemphysem, schwerer Herzinsuffizienz, nach einem frischen Myokardinfekt, schweren psychiatrischen Störungen, Klaustrophobie sowie bei Mukoviszidose.

Bei Fragen sprechen Sie bitte vor dem Besuch mit Ihrem Arzt oder Heilpraktiker. Ein Besuch ist dann nur mit ärztlichem Attest möglich. Bitte beachten Sie, dass ein Besuch in unseren Salzräumen keine Heilbehandlung darstellt.

Salzarium

Salzarium

Erleben Sie bei uns Momente der Ruhe und Entspannung als kleine Auszeit vom Alltag inmitten von 12 Tonnen Kristall-Salz aus Pakistan an den Wänden und auf dem Fußboden.

Modernste Sole-Vernebler aus der Medizintechnik erzeugen reine, ionisierte Salzlufte. Die Solelösung wird in kleinste Partikel zerstäubt, so dass ein feiner, trockener Nebel entsteht, den Sie bei jedem Atemzug einatmen.

Durch die Beleuchtung der Wände und des Bodens entsteht eine ganz besondere Atmosphäre. Außerdem genießen Sie während Ihres Aufenthalts ruhige Musik und sanfte Lichteffekte zur optimalen Entspannung.

Ihre Auszeit vom Alltag beginnt immer zur vollen Stunde und dauert 45 Minuten.

Unsere Räume sind ausschließlich mit ökologischen Baumaterialien und modernster Filtertechnik erstellt worden. Die Ultraschallvernebler unterliegen der strengen Kontrolle des Medizinproduktegesetzes und sind für Inhalationstherapien zugelassen.

Salzaero & Salzini

Inhalationsraum (Salzaero) / Kinderraum (Salzini)

Dieser Raum kann bei akuter Erkältung und Heiserkeit für Intensivanwendungen (Dauer 20 Minuten) genutzt werden. Für eine kurze Auszeit in der Mittagspause ist der Raum auch für Berufstätige sehr gut geeignet.

Ihre Inhalation beginnt immer 15 Min. vor und 15 Min. nach der vollen Stunde und dauert 20 Minuten.

Außerdem kann der Raum nach Absprache für Kindersitzungen genutzt werden. Auf einem Teilbereich des Bodens ist Salzgranulat aufgebracht, so dass die Kleinen in der Salzlufte spielen können.

Erholung – Entspannung – Regeneration

- Klangschalenkonzerte – Genießen Sie eine ganz besondere Entspannungszeit.
- Entspannungskurse (z.B. Progressive Muskelentspannung nach Jacobson) – Lernen Sie eine einfache Entspannungstechnik kennen, die Sie gut in Ihren Alltag integrieren können.
- Yoga – Nehmen Sie ihren Atem ganz bewusst wahr.
- Aromaölmassagen nach der Raindrop Technique® – ein Genuss für alle Sinne!
- Natursole-Fußbad – Gönnen Sie Ihren Füßen eine kleine Auszeit.

Die aktuellen Termine entnehmen Sie bitte unserer Internetseite oder erfragen diese bei uns.

