

## Entspannung pur: Auszeit für einen Tag



### Mama-Pauschale

Einen kleinen Tapetenwechsel für Zwischendurch bietet die mittlerweile zum Klassiker gewordene „Mama-Pauschale“. Die Mama-Pauschale ist das Verwöhnprogramm für Zwischendurch und umfasst neben dem Eintritt in die Justus-von-Liebig-Therme mit Solebad, Salzgrotte und Saunalandschaft auch eine wohltuende Aromamassage und ein Solarium-Gutschein. Besonders beliebt ist die „Mama-Pauschale“ als Geschenk. Sie kostet 29,- Euro und ist ganzjährig buchbar.

### Natürlich schön

Einen Rundumwohlfühltag sollte man mit einem Glas Prosecco starten. Genau so startet auch der Schönheitstag in Bad Salzhausen. Nach diesem gelungenen Start warten die geschulten Hände der Therapeuten und Kosmetikerinnen der Justus-von-Liebig-Therme auf ihren Einsatz. Kräuterstempelmassage, Gesichtsbearbeitung, Make-up und Maniküre – entspannt und top-gestylt geht es im Anschluss in eine der vielen kulturellen Abendveranstaltungen, beispielsweise ‚nidda erlesen‘ oder ‚Theater am Park‘. Diese Pauschale gibt es für 165,- Euro.

Urlaub für einen Tag, die berühmte kurze Auszeit vom Alltag – warum nicht endlich einmal die Vorsätze für das neue Jahr in die Tat umsetzen? Man muss keine große Anreise in Kauf nehmen, wenn man die Sehnsucht nach Entspannung, Wohlfühlen und Verwöhnenlassen in die Tat umsetzen möchte.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Justus-von-Liebig-Therme bieten mit neuen und auch bekannten

Pauschalangeboten eine „Auszeit für einen Tag“ an.

Die Justus-von-Liebig-Therme hat die perfekten Mittel gegen Stress und Hektik: ein Solebad mit einer Wassertemperatur von 32 Grad, die neue Salzgrotte, eine Saunalandschaft mit vielen verschiedenen Saunatypen, Massage- und Wellness-Angebote.

In zwei Pauschalangeboten gibt es aus den Angeboten sozusagen ein „Best-of“ aus Bad Salzhausen.



## Yoga-Kurse in Bad Salzhausen

Yoga hat auf viele Menschen eine beruhigende, ausgleichende Wirkung und kann somit den Folgeerscheinungen von Stress entgegenwirken. „Der traditionelle Yoga ist ein umfassendes System, welches uns lehrt, über den Weg von Körperübungen, Atmung und Meditation das innere Gleichgewicht wieder zu finden, um bei sich anzukommen“, erläutert die Kursleiterin Brigitte Uhl in Bad Salzhausen. Die Übungen in den Kursen sind so gewählt, dass sie auch für An-

fänger geeignet sind. Im Januar und Februar beginnen zwei neue Yoga-Kurse in Bad Salzhausen. Der erste startet am Freitag, dem 27. Januar nicht wie üblich um 10 Uhr, sondern ab 15 Uhr, der zweite am Dienstag, dem 31. Januar um 17.30 Uhr. Treffpunkt ist im Gesundheitszentrum. Kosten für zehn Sitzungen: 90,- Euro. Weitere Infos und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es bei Brigitte Uhl: Telefon: 06032- 949200 oder 0170-3544328.

23. Februar und 22. März im Kursaal Bad Salzhausen

## nidda erlesen im Kursaal

Auch im Jahr 2012 macht die neue Veranstaltungsreihe ‚nidda erlesen‘ in Bad Salzhausen Station:

Am 23. Februar liest Zsuzsa Bánk aus ihrem Buch „Die hellen Tage“ - Eine scheinbar heile Welt einer Kindheit in den 60ern. Mit einem unsichtbaren Sprung.

In einer süddeutschen Stadt erlebt das Mädchen Seri „helle Tage“ der Kindheit: Tage, die sie im Garten ihrer



Am 22. März liest dann Jan Seghers zu Gast bei nidda erlesen. Er liest aus seinem Buch „Geisterbahn - Tagebuch mit Toten“: Abendhimmel. Der Tag geht

zur Neige. Kühle Temperatur. Monströse Verbrechen und Trostsuche bei den Rotschwänzen im Garten - so aufregend, gegensätzlich und voller Wechselbäder der Gefühle ist Jan Seghers „Geisterbahn“.

Pop und Antipop zugleich, ein Alltagsroman dieser Jahre. Ein Tagebuch als Entdeckungsreise zu den verborgenen Schönheiten und an die struppigen Ränder. Matthias Altenburg ist Jan Seghers. Jan

Seghers sein öffentliches Pseudonym. Er ist Schriftsteller, Kritiker, Essayist und Lektor. Seit 2004 veröffentlicht er erfolgreiche Kriminalromane, seit 2005 existiert sein Blog Geisterbahn. Tagebuch mit Toten. Mal ist er Beobachter und Chronist, dann wieder mischt sich Seghers leidenschaftlich ein, mal Reporter der Gefühle, dann wieder Liebhaber des freundlichen Abstands. Auf jeder Seite aber spürt der Leser seinen großen Spaß am Denken und am Geschichtenerzählen. In Jan Seghers Geisterbahn sitzen alle beieinander: Bob Dylan und Rosa Luxemburg, Marcel Proust und Gaddafi, Janis Joplin und Angela Merkel, die Mörder und ihre Opfer, die Lebenden und die Toten. Karten für die Veranstaltungen gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen oder online unter: www.badsalzhausen.de/Kartenvorverkauf.



Freundin Aja verbringt, die aus einer ungarischen Artistenfamilie stammt und mit ihrer Mutter in einer Barocke am Stadtrand lebt. Aber Seris Kindheit hat einen Sprung: ihr Vater stirbt kurz nach ihrer Geburt, Ajas Vater kommt nur einmal im Jahr zu Besuch und der gemeinsame Freund Karl verliert seinen jüngeren Bruder. Zsuzsa Bánk begleitet ihre jungen Helden durch ein halbes Leben: Als Seri, Aja und Karl zum Studium nach Rom gehen, wird die Stadt zum Drehpunkt ihrer Lebenswege und zur Zerreißprobe ihrer Freundschaft.

Ein Buch, hoch gelobt, das auf Anhieb seinen Weg in die Bestsellerlisten fand. Zsuzsa Bánk, 1965 geboren, studierte in Mainz und Washington Publizistik, Politikwissenschaften und Literatur. Heute lebt die mehrfach mit renommierten Preisen ausgezeichnete Autorin in Frankfurt.

## Kurse für Februar bereits ausgebucht

Das Kursangebot der Therapie-Abteilung der Justus-von-Liebig-Therme ist beliebt und schnell ausgebucht. Auch für die neuen Kurse, die im Februar beginnen, gibt es keine freien Plätze mehr. Wer an einem Aquafitness-Kurs, am Aquacycling, der Wirbelsäulen-Gymnastik oder der Wassergymnastik teilnehmen möchte, der sollte sich bei den Mitarbeitern der Therme frühzeitig anmelden. Die neuen Kurse werden im Internet unter www.badsalzhausen.de rechtzeitig angekündigt.



## Veranstaltungskalender

So. 22.1., 15 Uhr, Kursaal Bad Salzhausen: **Tanztee mit dem Duo Anja & Harald.** Schlager, Tanzbares und flotte Rhythmen für's Parkett garantieren einen unterhaltsamen Nachmittag für begeisterte Tänzer.

So. 05.02., 10.15 Uhr Treffpunkt: Kur- und Touristik-Info Bad Salzhausen. **Gesundheitswanderung** mit Christine Heinbuch, Anmeldung: 0151-22403687

Mo. 6.2., 19.30 Uhr, Parksaal Bad Salzhausen: **Dia-Vortrag mit Wolfgang Rauschel:** Herrliche Walliser Alpen – vom Simplon bis St. Bernhard. Der erfahrene Globetrotter und Bergexperte Wolfgang Rauschel führt visuell und erzählerisch vom Simplon-Pass in das Saasertal weiter zu Hütten und Viertausendern.

Sa. 11.2., 20 Uhr, Parksaal Bad Salzhausen: **swingin' parc-Jazz meets... Massoud Godemann Trio – "open letter".** Gitarrenvirtuose Godemann spielt lebendigen, frischen, intensiven und inspirierenden Jazz, eine Musik, die zart über die Seele streicht. Mit Bassist Gerd Bauder und Schlagwerker Michael Pahlich entstehen geniale Breaks und ein prägnanter Sound, grandios umhüllt von Godemanns Scat-Gesang.

So. 12.02., 15 Uhr Treffpunkt: Kur- und Touristik-Info Bad Salzhausen. **Kräuter-Workshop** mit Anja Seipel „Heilpflanzen in der Kinderheilkunde“.Anmeldung: 0172 9850064

So. 12.2., 15 Uhr, Kursaal Bad Salzhausen: **Tanztee mit den „Oldies“.** Die beliebte Oldieband, seit vielen Jahren fester Bestandteil der Bad Salzhäuser Tanztees, sorgt für einen schwungvoll-gemütlichen Tanznachmittag im Kursaal.

Mi. 15.2., 19 Uhr, Parksaal Bad Salzhausen: **Arztvortrag.** Dr. med. Karin Liyanage, Fachärztin für Akupunktur und Traditionelle Chinesische Medizin und Homöopathie, Bad Salzhausen: „Akupunktur: eine ganzheitliche Behandlungsmethode“.

So. 19.2., 16 Uhr, Parksaal Bad Salzhausen: **Filmvorführung – „Bad Salzhausen in alter und neuer Zeit“.** Das Filmprojekt von Walter Stamm bietet Impressionen aus vergangenen Dekaden und beleuchtet die Hochzeiten des Kurbetriebs und den Wandel des Kurortes im Laufe der Jahrzehnte.

Do. 23.2., 20 Uhr, Kursaal Bad Salzhausen: **nidda erlesen: Zsuzsa Bánk – „Die hellen Tage“.** Eine scheinbar heile Welt einer Kindheit in den 60er (siehe rechts)

Fr. 24.2., 20 Uhr, Parksaal Bad Salzhausen: **Jugendliteraturpreis 2011 der OVAG.**