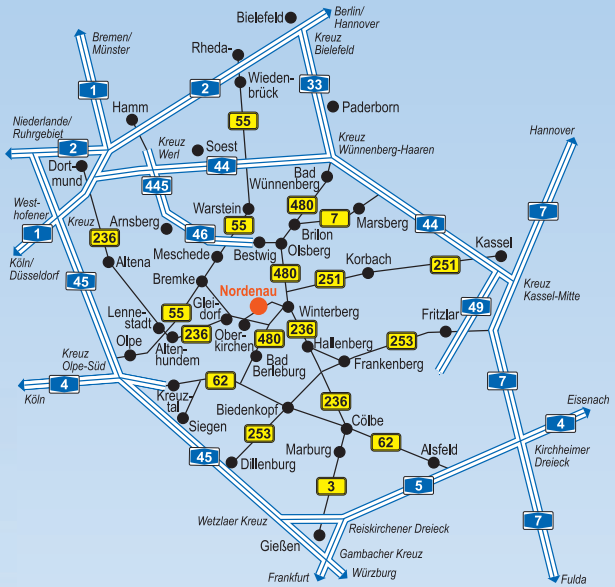
Das Wasser für Ihr Wohlbefinden

NORDENAUER STOLLENWASSER

In den unberührten Höhen des Sauerlandes in einem alten Schieferstollen tritt eine ganz besondere Quelle hervor. Das "Reduzierte Wasser" dieser einzigartigen Quelle besticht durch seine ausgewogenen Mineralien und seine ursprüngliche Reinheit. Es ist PH neutral und natriumarm. Ideal zur schnellen Regeneration von Körper und Geist. Genießen Sie die Frische eines wertvollen Naturproduktes. Tanken Sie neue Energie.

Um Ihnen einen angenehmen Aufenthalt im Heilstollen zu bieten, reichen wir eine wärmende Unterlage und auf Wunsch Decken. Die Temperatur im Heilstollen beträgt Sommer wie Winter 8° Celsius. Wir empfehlen Ihnen entsprechend geeignete Kleidung. Während des Aufenthalts werden Sie von einem Stollenführer betreut, der Ihnen auf Wunsch so viel Stollenwasser abfüllt wie Sie tragen können. In mitgebrachten Behältern ist das Stollenwasser kostenlos. Jedem Besucher stehen Bänke oder Stühle zur Verfügung. Die Teilnehmerzahl ist pro Einfahrt auf 50 Personen begrenzt, um Wohlbefinden und Ruhe zu gewährleisten. Der Besuch dauert etwa 25 Minuten. Auf Wunsch ist auch eine längere Aufenthaltsdauer möglich. Der Einlass erfolgt alle 30 Minuten.



Heilstollen Nordenau

Ihrer Gesundheit zuliebe

Ganzjährig, täglich geöffnet von 8.00 – 11.30 Uhr und 14.00 – 17.30 Uhr

Eintritt 7,50 €, mit Sauerland Card 7,00 €
10er-Karte 65,– €, Kinder bis 13 Jahre und Sozialhilfeempfänger zahlen keinen Eintritt
Preise für Gruppen ab 20 Personen auf Anfrage

Zusätzliche Leistungen:

- Pauschalangebote für Eintritt und Übernachtungen
- Pauschalangebote für Eintritt, Essen und/oder Kaffee und Kuchen
- Ärztliche und physiotherapeutische Betreuung im Therapiezentrum direkt am Heilstollen
- Vorträge und Gesprächsrunden zu verschiedenen Gesundheitsthemen
- Psychologische Beratung und Autogenes Training im Therapiezentrum

57392 Nordenau, Telefon 0 29 75 96 22-0
www.heilstollen-nordenau.de

Heilstollen Nordenau

Ihrer Gesundheit zuliebe

LUFTKURORT NORDENAU
MIT HEILSTOLLENKURBETRIEB
STAATLICH ANERKANNT

Der direkt am Land- und Kurhotel Tommes gelegene Schieferstollen „Brandholz" wird seit über 15 Jahren therapeutisch genutzt und hat immer wieder Anlass zu Aufsehen erregenden Berichten gegeben. Er ist heute weit über die Grenzen des Sauerlandes hinaus ein Begriff für Gesundheit und Wohlbefinden geworden. Ja sogar von einem „Jungbrunnen" ist die Rede. Seit Jahren kommen täglich hunderte Besucher in der Hoffnung, Linderung ihrer Beschwerden zu erfahren. Atmen Sie mal wieder richtig durch und tanken neue Energie.

Die positive Wirkung

Die Wirkung des Heilstollens Nordenau erfahren wir immer wieder aufs Neue.

Die Lufttemperatur im Heilstollen liegt im Jahresmittel unabhängig von der Jahreszeit bei ca. 8° C.

Die Luftfeuchtigkeit beträgt ganzjährig nahezu 100 %.

Die Luft im Stollen gilt als außerordentlich partikelarm und ist praktisch pollenfrei. Die Luftqualität im Heilstollen Nordenau ist als sehr hoch einzustufen. Der Stollen ist daher ohne Einschränkungen für die Behandlungen von Patienten mit Atemwegserkrankungen geeignet.

Die kühle Luft und die hohe Luftfeuchtigkeit bewirken eine Besserung der Atemfunktion. Atemnot, Husten und Auswurf nehmen ab und die Medikation lässt sich häufig reduzieren.

Indikationen:
- Chronisch-obstruktive Lungenerkrankungen
- Asthma bronchiale;
  besonders bei Kindern und Jugendlichen
- Pollenallergien

Kontraindikationen:
- Akute und konsumierende Erkrankungen
- Claustrophobe Angstzustände
- Kälteinduzierte Bronchialspasmen

Die Erfahrungen haben gezeigt, dass eine Kur von ein bis drei Wochen bei einem täglichen Aufenthalt von viermal 30 Minuten oder zwei Stunden am Stück im Heilstollen insbesondere bei chronischen Krankheiten die besten und nachhaltigsten Erfolge zeigt.

Eine Vielzahl von Krankheiten, auch psychosomatischer Herkunft können durch den Aufenthalt im Heilstollen gelindert werden.

- Tinnitus	59,9 % Verbesserung
- Reizhusten	75,7 % Verbesserung
- Hustenhäufigkeit bei chronischer Bronchitis	65,1 % Verbesserung
- Nacken-, Rücken- und Kreuzschmerzen	77,0 % Verbesserung
- Gliederschmerzen	79,0 % Verbesserung
- Schwellung der Gelenke	75,6 % Verbesserung
- Hautausschlag, Ekzem	70,2 % Verbesserung
- Juckreiz	77,2 % Verbesserung
- Erschöpfung, Müdigkeit	74,4 % Verbesserung
- Migräne	85,9 % Verbesserung
- Schlafstörungen	66,2 % Verbesserung

Unsere Besucher werden auf freiwilliger Basis gebeten, ihre Erfahrungen mit dem Heilstollen Nordenau in Form von Fragebögen zu dokumentieren. Diese Auswertungen erheben keinen Anspruch auf eine wissenschaftliche Beweisführung der Wirkung des Heilstollens.

Besucher, die den Heilstollen betreten, werden gebeten, anzugeben, an welchen Beschwerden sie leiden. Diese Angabe ist freiwillig. Nach ihrem Aufenthalt werden sie gebeten einen Fragebogen auszufüllen, in dem sie die Veränderung ihres Zustandes bewerten. Auch diese Angabe ist freiwillig. Der Prozentsatz zeigt, bei wie vielen Patienten eine Besserung eingetreten ist oder sich beschwerdefrei fühlten, nachdem sie den Heilstollen besucht haben.

Praktisch alle Besucher sind sich einig, dass der Besuch im Heilstollen zu tiefer Entspannung und Wohlbefinden von Körper und Geist beiträgt. Die Vertiefung der Erholung und den damit verbundenen Stressabbau erfahren insbesondere auch gesunde Besucher des Heilstollens.