



## **In der Therme Bad Steben ist ein ganzes Monat lang „Tag der Rückeesundheit“**

*Von Bad Steben*

Erstellt am 12 Mär 2014 - 08:52

### **Vorbeugung durch Massagen und Schweben im Wasser**

BAD STEBEN. Der „Tag der Rückengesundheit“ ist ein bundesweiter Aktionstag der Krankenkassen, der jedes Jahr am 15. März stattfindet. Das ist der Therme Bad Steben zu wenig – sie erklärt den gesamten März zum „Monat der Rückengesundheit“. In diesem Zeitraum bietet das Gesundheits- und Wohlfühlbad ein vergünstigtes „Rücken Spezial“-Angebot an. Darin enthalten sind eine klassische Massage zur Lockerung der verspannten Rückenpartien und ein dreistündiger Eintritt in die Wasserwelten und den Wellness-Dome mit seinen gesundheitsfördernden Attraktionen.

Jeder Dritte in Deutschland leidet an Rückenschmerzen. Damit sind die Bundesbürger unangefochtener Spitzenreiter im internationalen Schmerz-Vergleich. Einige Gründe für Rückenschmerzen liegen in einseitigen oder schweren körperlichen Belastungen, aber auch Stress kann schmerzhaftes Verspannungen hervorrufen. Zusätzlich führen falsches Bücken, Heben oder Tragen zu Rückenproblemen. Leicht werden die Beschwerden chronisch und müssen medikamentös behandelt werden. Deshalb gilt es, den Rücken zu stärken, bevor die ersten Beschwerden auftreten.

Für präventive Gesundheitsvorsorge steht vor allem der Wellness-Dome in der Therme Bad Steben. Ein Besuch in dem modernen Medical-Wellness-Bereich mit seinen Lagunen, Becken und Loggias ist eine Wohltat für den Rücken. Unter der Wasserfalldusche wird die Durchblutung angeregt, die Rückenmuskulatur massiert und der Nacken- und Schulterbereich entspannt. Dank des Auftriebs des Körpers im Soleschwebebecken wird die geplagte Wirbelsäule erholungsam entlastet. Und so ganz nebenbei sorgen die Sand-Licht-loggia und die Sole-Inhalationsgrotte für einen angenehmen Stressabbau.

Das Vorsorge-Paket „Rücken-Spezial“ zum Vorzugspreis Preis von 29,90 Euro gibt es auch als Geschenk-Gutschein, kann also auch zu einem späteren Zeitpunkt eingelöst werden. Vom 1. bis 31. März kann das „Rücken-Spezial“ auch online unter [www.shop-badsteben.de](http://www.shop-badsteben.de) [1] bestellt werden.

Weitere Presseinformationen:

Siegfried Geupel

Marketing & Vertrieb

Bayerisches Staatsbad Bad Steben GmbH

Badstraße 31 • 95138 Bad Steben

Telefon 09288 960-51 • Fax 09288 960-52

[siegfried.geupel@bad-steben.de](mailto:siegfried.geupel@bad-steben.de) [2] • [www.bad-steben.de](http://www.bad-steben.de) [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)



## **In der Therme Bad Steben ist ein ganzes Monat lang „Tag der Rückeesundheit“**

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://medkom24.eu>)

---

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:06):** <http://medkom24.eu/node/18869>

### **Links:**

[1] <http://www.shop-badsteben.de>

[2] <mailto:siegfried.geupel@bad-steben.de>

[3] <http://www.bad-steben.de>