

## 12. Mai: Muttertag im Phönix



Mama ist die Beste! Wir sagen „DANKE“ und laden am 12. Mai zum entspannten Muttertag im Phönix ein. Zur Feier des Tages gibt's für alle Mamas **20 % Rabatt auf den Tageseintritt in die Saunawelt** – das Freizeitbad ist inklusive. Zusätzlich spendieren wir **ein Glas Prosecco**, das wir nach jedem Aufguss in der „Finnischen Sauna 1“ reichen. So macht Mama sein Spaß!

30. Mai: Vatertag im Phönix



Liebe Papas, am 30. Mai ist Euer Tag! Wir sagen Danke mit **20 % Rabatt auf den Tageseintritt in die Saunawelt** – das Freizeitbad ist inklusive. An der Kasse bekommt Ihr außerdem unser **Sorglos-Service Basic** spendiert, bestehend aus Aloe Vera Shampoo (22 ml), Aloe Vera Bodylotion (22 ml) und Badeschläppchen. Damit spart ihr euch die Schlepperei und verbringt einen besonders entspannten Tag bei uns im Phönix. So macht Papa sein Spaß!

## Entspannung schenken zum Mutter- und Vatertag



Noch auf der Suche nach einem ausgefallenen Geschenk zum Mutter- und Vatertag? Dann seid Ihr bei uns genau richtig. Im Phönix Online-Shop ist für jeden das passende dabei: Wellness-Pakete, Bonuskarten, Wertgutscheine, Eintrittskarten, ...

>> jetzt Geschenke shoppen <<

Vier Tipps, um schnell in Sommerform zu kommen



**Nicht mehr lange und die Beach- und Bikinisaison beginnt. So kommen Sie in nur einem Tag in Sommerform:**

**1. Saunieren für ein gepflegtes Hautbild**

Gründliches Schwitzen in der Sauna unterstützt die Tiefenreinigung der Haut, besonders in Kombi mit einem Aufguss, der die Durchblutung anregt. Ein Peeling on top und die Haut erstrahlt in neuer Frische. Im Phönix Bad Ottobrunn kannst Du zwischen 11 verschiedenen Saunen, Dampfbädern und vielen Aufguss-Varianten wählen. Angesagt sind jetzt der Salz-Aufguss mit klärendem Peeling und der Masken-Aufguss.

**2. Schwimmen für mehr Muskeltonus**

Schwimmen hebt den Muskeltonus und damit das Wohlfühl im ganzen Körper. Ein paar Runden im frischen Sportbecken oder im FKK Außenbecken und der frühjahrmüde Body fühlt sich im Nu besser an. Wer regelmäßig seine Bahnen zieht, baut außerdem Pfunde ab, Muskeln auf und shaped die Strandfigur.

### **3. FKK Sonnenbaden für nahtlose Bräune**

Freunde des textilfeien Sonnenbadens können in unserem weitläufigen Saunagarten zwischen Standkorb-Luxus am Pool und lauschigen Plätzchen im Grünen wählen. Fühlt sich wie Urlaub an und sorgt für einen natürlich sommerlichen Teint.

### **4. Ideale Massagen für den Sommerstart**

Wer sich noch etwas mehr gönnen will, nimmt noch eine Massage in unserem Day Spa mit. Die „Fitness-Massage“ wirkt vitalisierend von Kopf bis Fuß und vertreibt die Frühjahrmüdigkeit. Die „Ayurveda Massage“ sorgt für innere Harmonie und inneres Strahlen. In unserem Shop kann man sie bei den Wellness-Paketen „Aktiv-Auszeit“ und „Auszeit-Deluxe“ gleich mitbuchen.

## Durchatmen trotz Pollenflug



An sich ist es wunderschön, wenn der Frühling Einzug hält, die Bäume zu grünen beginnen und bunte Blüten die Pflanzen zieren. Doch für alle Allergiker und von Heuschnupfen Geplagten, ist es auch eine schwierige Jahreszeit mit tränenden Augen, verstopfter Nase und gereizten Schleimhäuten.

### **Ideal für alle, die aktuell unter dem Pollenflug und Heuschnupfen leiden:**

Die Sauna ist eine nahezu pollenfreie Zone. Im feuchtwarmen Klima der Sauna spült die hohe Luftfeuchtigkeit die Pollen aus der Luft, so dass Sie hier tief durchatmen und entspannt aufatmen können. Ihre Atemwege werden befreit, während Sie entspannen. Denn das Saunieren sorgt dafür, dass die Schleimhäute besser durchblutet sind. Zudem stärkt Saunieren im Frühling Ihr Immunsystem. So ist Ihr Organismus gestärkt und besser in der Lage mit Belastungen, wie z. B. Allergien, umzugehen.

Gewöhnen Sie bei regelmäßigen Saunagängen Ihren Körper schon jetzt an das Wechselspiel der extremen Temperaturen – und Sie werden auch im Sommer den hohen Temperaturen gelassener trotzen.

**Gerade jetzt, wo sich die Saunabänke wetterbedingt wieder etwas lichten, lässt sich der Frühling im Phönix so besonders entspannt und wohltuend angehen.**