

# ÖFFNUNGSZEITEN

## THERMALBAD

Täglich von 08.00 bis 22.00 Uhr  
Freitag von 08.00 bis 23.00 Uhr

## SAUNA

Täglich von 10.00 Uhr bis 22.00 Uhr  
Freitag von 10.00 Uhr bis 23.00 Uhr  
Juni bis August: Montag bis Donnerstag ab 13.30 Uhr

## WELLNESS

Täglich von 09.00 bis 20.00 Uhr

## CAFÉ THERME

Täglich von 08.00 bis 21.00 Uhr  
Freitag von 08.00 bis 22.00 Uhr

## THERME SHOPS

Täglich von 10.00 bis 19.00 Uhr

Die Bade- und Saunazeit endet 30 Minuten vor Schliessung der Therme.

Die Öffnungszeiten an Feiertagen, Events und während der alljährlichen Revision finden Sie auf [www.taminatherme.ch](http://www.taminatherme.ch).

Änderungen vorbehalten.

## TAMINA THERME

CH-7310 Bad Ragaz, Tel. +41 (0)81 303 27 40  
[www.taminatherme.ch](http://www.taminatherme.ch), [info@taminatherme.ch](mailto:info@taminatherme.ch)



WELLNESS  
Destination



QUALITY  
Our Passion



TAMINA THERME  
BAD RAGAZ



# ANGEBOTE & PREISE

AB FEBRUAR 2019

## 36.5°, EINE QUELLE FÜR ALLE SINNE.

Grosse, ovale Fenster und lichtdurchflutete Räume, Thermalwasser in seiner reinsten Form, nordisches Keloholz, Vertäfelungen aus Eiche, elegante Keramikplatten, schimmernde Kronleuchter, ein historischer Parkettboden und viel Platz zur Entspannung und Regeneration: Die Vielfalt der Tamina Therme mit ihrem Saunadorf spiegelt sich nicht nur in der Architektur und Infrastruktur wieder, sondern auch in den zahlreichen Zeremonien, Ritualen, Erlebnis-Aufgüssen und dem vielfältigen haki-, Massage- und Beauty-Angebot. Ein Erlebnis für alle Sinne.

### NEU FÜR SIE

Haben Sie Lust bekommen auf einen einzigartigen Mineralien-Guss oder eine belebende Aufguss-Zeremonie? Unser Saunabereich ist heute nach dem Bau des neuen Ragazer Saunadorfes 2019 die Königin der heimischen Saunatempel. Innovativ, modern und individuell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse: Ein Wechselspiel von Hitze und Abkühlung, das seinesgleichen sucht.

#### **Im Thermalbad**

- Bio-Textil-Sauna
- Mineralien-Guss-Zeremonie

#### **Im Saunadorf**

- Kelo-Aufguss-Sauna
- Kelo-Ruhehaus
- Bistro-Lounge Hermitage
- Garten mit Naturteich und Liegedeck





## 36.5°, WEIL ES MIR GUT TUT.

Entdeckt wurde die **wasserreichste Akratotherme Europas** vor rund 800 Jahren. Das Thermalwasser sprudelt, nachdem es rund vierzehn Jahre lang durch Gestein gesickert ist, mit einer Temperatur von 36.5°C aus der Quelle. **Die Tamina-schlucht**, der imposante Ursprung unseres Thermalwassers, ist einen Ausflug wert.

Kein Geringerer als Paracelsus selbst würdigte die heilende Wirkung der Quelle, als er diese 1535 besuchte. **Die positive Wirkung** des 36.5°C warmen, heilenden Thermalwassers hinsichtlich Wellness, Erlebnis, Regeneration oder Rehabilitation ist in der Tamina Therme intensiv spürbar.

Die Tamina Therme ist nach Art. 40 im Krankenversicherungsgesetz ein vom Bund anerkanntes Heilbad.

## HAKI®

haki®-BEHANDLUNGEN	Min.	CHF
haki® Sacral	25	75.–
haki® Sacral Deluxe	45	110.–
haki® Stretch & Relax	50	120.–
haki® Purna	80	160.–
haki® Flow	75	165.–
haki® Flow Deluxe	75	215.–
haki® Wasser & Erde	120	275.–
haki® Wasser & Erde Deluxe	120	325.–

## haki®-RITUALE

Erleben Sie einzigartige Behandlungsrituale nach der haki-Philosophie in einem speziell dafür massgeschneiderten Raum (haki® – Kunst der Berührung). Während folgenden haki-Ritualen wird der Mensch auf einer Sinnesreise von emotionalem und physischem Druck befreit.

Das Kreisende	60	160.–
Das Bewegende	90	220.–
Das Erdende	120	290.–
Das Versöhnende	150	350.–

Die Rituale sind auch als Paarbehandlung buchbar. **Detailinformationen zu den Angeboten finden Sie unter [www.haki-spa.ch](http://www.haki-spa.ch)**

## GUT ZU WISSEN

**Profitieren Sie** als Badegast von CHF 4.– Reduktion auf alle Einzelbehandlungen.

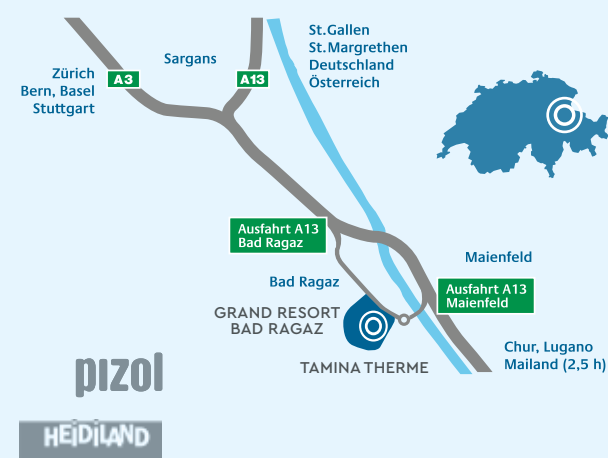
**Bei der Reservation von Behandlungen zu erwähnen sind:** Allfällige gesundheitliche Beschwerden wie Allergien, Unfallverletzungen, vor kurzem durchgeführte Operationen oder Schwangerschaft.

Buchen Sie Ihre Wunschbehandlung online unter [www.taminatherme.ch/shop](http://www.taminatherme.ch/shop)

## SO FINDEN SIE UNS

Die Tamina Therme liegt inmitten der Ferienregion Heidiland in der Nähe vom Ski- und Wandergebiet Pizol. Bad Ragaz ist nur **eine Autostunde** von St. Gallen und Zürich entfernt.

Mit **öffentlichen Verkehrsmitteln** erreichen Sie Bad Ragaz in gut einer Stunde ab St. Gallen und Zürich. Der Bahnhof liegt 15 Gehminuten von der Tamina Therme entfernt. Das Postauto hält direkt vor der Tamina Therme.



## MASSAGEN

MASSAGEN	Min.	CHF
Klassische Massage	35	80.–
	50	115.–
	75	155.–
Sport-Massage	35	85.–
	50	120.–
Fussreflexzonen-Massage	50	115.–
Kombi-Massage Rücken & Füsse	50	115.–
Lymphdrainage	50	115.–
Aromaöl-Massage	50	115.–

## BABOR WELLNESS-MASSAGEN

BABOR Balancing «Stärkt mein Ich»	50	130.–
BABOR Energizing «Erweckt mein Ich»	80	165.–
BABOR Shaping «Pflegt mein Ich»	80	155.–
BABOR Relaxing «Entspannt mein Ich»	90	190.–



## SPA DAY PACKAGES

	CHF
<b>Spa Day Therme</b> (ohne Behandlung) Tageseintritt Bad & Sauna, 2 Getränkebons, Flip Flops, leihweise flauschiger Bademantel sowie 1 Wärmetuch und 2 Frotteetücher	80.–
<b>Spa Day Relax</b> Spa Day Therme inkl. Klassische Massage (50 Min.)	175.–
<b>Spa Day haki®</b> Spa Day Therme inkl. haki® Stretch & Relax (50 Min.)	180.–
<b>Spa Day Sport</b> Spa Day Therme inkl. Sport-Massage (50 Min.)	180.–
<b>Spa Day Beauty</b> Spa Day Therme inkl. BABOR Pure Gesichtsbildung (60 Min.), Maniküre oder Pediküre mit Lack	250.–

**NEU: Spa Morning**  
Eintritt Morgenbaden bis 11:00 Uhr, Flip Flops, flauschiger Bademantel, 1 Wärmetuch, 1 Frotteetuch, Geniesser Frühstück im Cafe Therme (Trocken- oder Nassbereich)

## BEAUTY

GESICHTSBEHANDLUNGEN	Min.	CHF
BABOR Pure	60	120.–
BABOR Skinovage	90	165.–
BABOR Men	60	120.–
BABOR Pure Deluxe*	60	150.–
BABOR Skinovage Deluxe*	90	195.–
BABOR Men Deluxe*	60	150.–

\* Bei der Deluxe-Behandlung wählen Sie zusätzlich aus: OPERA Maske, BABOR Intensivmaske oder BABOR Ampullenkur

Doctor BABOR Collagen Booster	90	185.–
BABOR HSR Lifting Treatment	90	195.–
HydraFacial MD® Basic	60	210.–
HydraFacial MD® Professional	75	250.–
HydraFacial MD® Deluxe	90	290.–

## PRIVATE TAMINA BEAUTY

BABOR Skinovage (90 Min.), Maniküre oder Pediküre, Wimpern färben, Brauen färben und korrigieren

## PFLEGE FÜR HÄNDE

Maniküre Basic	45	80.–
Maniküre mit Lack/French	60	90.–
Maniküre mit UV-Lack	75	120.–

## Wellness-Maniküre

Maniküre, Peeling, Crememaske, Paraffinmaske, Handmassage inkl. CND-Lack nach Wahl für zu Hause

## PFLEGE FÜR FÜSSE

Pediküre Basic	50	85.–
Pediküre mit Lack/French	60	95.–
Pediküre mit UV-Lack	75	125.–
Sportler-Pediküre	60	110.–
High Heel-Pediküre Basic	60	110.–
High Heel-Pediküre mit Lack	75	120.–
High Heel-Pediküre mit UV-Lack	90	140.–

## Wellness-Pediküre

Pediküre, Peeling, Calluspeeling, Crememaske, Paraffinmaske, Bein- und Fussmassage

## PEDI LOUNGE PACKAGES FÜR ZWEI

<b>Pedi Comfort</b> 2 Pediküren mit/ohne Lack, pro Person zur Auswahl: Sandwich & Getränk, Birchermüesli & Kaffee oder Dessert & Kaffee	60	190.–
<b>Pedi Elegance</b> 2 High Heel-Pediküren mit Lack, 2 Prosecco, 1 Apéroplättli	75	235.–
<b>Pedi Deluxe</b> 2 Wellness-Pediküren, 2 CND-Lacke nach Wahl für zu Hause, 2 hausgemachte Smoothies nach Wahl	75	295.–

**Detailinformationen zu den Behandlungen sowie weitere Angebote (Beauty Extras, Haarentfernung, Specials) entnehmen Sie unserer Website unter: [www.taminatherme.ch/beauty](http://www.taminatherme.ch/beauty)**

## THERME SHOPS

### BABOR KOSMETIK



**Alles für die Pflege Ihrer Haut**  
Wer auf der Suche nach einem professionellen Kosmetikinstitut ist, das für höchste Standards, herausragende Qualität und Wohlbefinden steht, ist bei uns genau richtig. Unser Institut wurde von BABOR mit dem Gütesiegel Excellence Institut ausgezeichnet und bietet in den Bereichen kosmetische Fachkompetenz, Produkt Know-how und Ambiente alles, was Beauty-Hezen höher schlagen lässt.

### BADEMODE

**Modische und funktionelle Bademode für Sie und Ihn**  
Badeanzüge, Bikinis, Tankinis, Badehosen und Badeaccessoires der Marken Sunflair, Opera, Gotex und Paul&Shark bieten Mann und Frau ein breites Angebot für die passende Badegarderobe. Auch eine Auswahl an Kinderbademode ist in unserem Shop erhältlich.

### SKINFIT



**Vielfältig und multisportiv einsetzbare Sportbekleidung**  
Schnell trocknende und leichte Materialien machen die skinfit®-Produkte zu einer idealen Bekleidung für Ausdauer- und Outdoorsportler. Die Funktionskleidung wird den Anforderungen verschiedenster Sportarten wie Wandern, Biken, Klettern, Joggen, Walken usw. gerecht und ist gleichzeitig universell einsetzbar.  
[www.taminatherme.ch/skinfit](http://www.taminatherme.ch/skinfit)

## CAFÉ & BISTRO

### CAFÉ THERME

**Hausgemachte und täglich frisch zubereitete Angebote**  
Ob ein gemütlicher Kaffeemoment vor Ihrer Massage, ein schmackhafter Snack oder eine gesunde Erfrischung während Ihres Badeaufenthaltes – im Café Therme erleben Sie vitale Genussmomente: Birchermüesli, Joghurt, Smoothies, Frühstücks-Auswahl, Suppen, Salate, Pasta, Flammkuchen, Quiches, Canapés, Apéro, Sandwiches sowie Süßes zum Dessert.

### BISTRO-LOUNGE HERMITAGE

**Für besondere Genussmomente im Saunadorf**  
Geniessen hat bei uns Tradition: In der vor über 130 Jahren erbauten, denkmalgeschützten «Hermitage» bieten wir unseren Saunagästen ein kulinarisches Verwöhnprogramm zur Regeneration. Freuen Sie sich auf stärkende Brühnen, auserlesene Wähen und Quiches, Salate, Apéro-Snacks, Smoothies, Säfte, Aufgüsse und Mocktails.







## THERMALBAD

Auf 7000m<sup>2</sup> entspannen Sie im wunderbar warmen Wasser. In jedem Becken entfaltet sich ein anderer Charakter: lindernd, lockernd und belebend. Nach dem Baden fühlt sich die Haut samtweich und natürlich rein an. Zudem trägt das Baden zur Erholung bei, lockert Muskeln, stärkt Abwehrkräfte und fördert die Durchblutung. Tauchen Sie ein und geniessen Sie die heilsame Kraft des Thermalwassers.

### NEU MINERALIEN-GUSS-ZEREMONIE

In einem grossen Holzkessel vermischen wir die im Ragazer Thermalwasser enthaltenen Mineralien Kalzium, Magnesium und Lithium mit Duftessenzen und ätherischen Kräuterölen zu einem feinen Pulver. Mit blossen Händen fühlen Sie die Ingredienzen und lassen sie im warmen Bad auf Ihren Körper wirken: entschlackend, pflegend, verjüngend, stimulierend und stimmungsaufhellend. Viermal am Tag im Attraktionsbad.

### NEU BIO-TEXTIL-SAUNA

Sie möchten saunieren, aber lieber in Badebekleidung. In unserer Bio-Textil-Sauna ist gesundheitsförderndes Schwitzen ohne Nacktsein möglich. Ideal für Saunafänger. Sitzbänke aus Thermo-Espenholz mit heller Feder, Duschen mit Keramikplatten und natürlich die wunderbare Aussicht auf die Berge. Täglich Peeling-Anwendungen mit zur Jahreszeit passenden ätherischen Ölen und Salzen.

- 1 Attraktionsbad, 34°C
- 2 Aussenbad, 34°C
- 3 Bewegungsbad/Sportbad, 32°C
- 4 Sprudelbad 36,5°C
- 5 Sprudelliegebad, 36,5°C
- 6 Warmwasserbad, 39°C / Kaltwasserbad, 17°C
- 7 Dampfbad, 45°C, 100% Luftfeuchtigkeit
- 8 Ragazer Wärmetücher (1 Wärmetuch inbegriffen)
- 9 Massageliegen 15 Min. à CHF 10.- / 15.-
- 10 Sonnenliegen 20 Min. à CHF 10.-
- 11 Napshell® 20 Min. à CHF 10.-
- 12 Solarium 10 Min. à CHF 10.-
- 13 Ruheräume

### NEU ★

- 14 Bio-Textil-Sauna, 65°C, 50% Luftfeuchtigkeit
- 15 Mineralien-Guss-Zeremonie

## SAUNADORF

Vielfältig, erlebnisreich, historisch. Vor der beeindruckenden Schweizer Bergkulisse, in unserem weitläufigen Wandelgarten, erwarten Sie zwei Blockhaus-Bauten aus silbergrau schimmerndem Keloholz, erinnernd an das trockene Polarklima der skandinavischen und russischen Wälder. Wenige Schritte weiter erreichen Sie das Herzstück des Saunadorfes: die mit 90m<sup>2</sup> grösste Aufguss-Sauna der Schweiz. Unvergessliche Zeremonie-Erlebnisse und Saunamomente sind garantiert!

### NEU ★

- 1 Kelo-Aufguss-Sauna, 85°C, 15% Luftfeuchtigkeit
- 2 Kelo-Ruhehaus
- 3 Bistro-Lounge Hermitage
- 4 Garten mit Naturteich und Liegedeck

- 5 Ritual-Sauna Nera, 75°C, 20% Luftfeuchtigkeit
- 6 Finnische Sauna, 85°C, 20% Luftfeuchtigkeit
- 7 Bio-Kräuter-Sauna, 65°C, 50% Luftfeuchtigkeit
- 8 Dampfbad, 45°C, 100% Luftfeuchtigkeit
- 9 Erlebnisduschen
- 10 Eisgrotte
- 11 Wärmeliegen
- 12 Fussbäder
- 13 Ruheräume

## SCHWITZEN FÜR DIE GESUNDHEIT

Saunieren ist gesundheitsförderndes Schwitzen. Die wärmende Luft umhüllt Sie sanft wie ein Schutzmantel. Das Schwitzen wirkt heilend auf Ihre Haut, die Organe und das Herz-Kreislauf-System. Die hohe Luftfeuchtigkeit und die prickelnde Wärme reinigen und vitalisieren Ihren Körper. Bei uns im Ragazer Saunadorf erleben Sie Wärme in den verschiedensten Formen – aber immer wohlig und gesund.

### GENUSS-ERLEBNIS FÜR ALLE SINNE

Im 1300m<sup>2</sup> grossen Saunadorf überrascht Sie ein berausender Mix aus Erholung und Erlebnis, Ruhe und Unterhaltung. Sogar die Auswahl der ätherischen Öle und Düfte, der Musik und Lichteffekte ist abgestimmt auf die Themenwelt des jeweiligen Saunagangs. Zahlreiche gesundheitsfördernde Sauna-Anwendungen und Peellings mit Salz, Zucker und Masken runden Ihren Saunabesuch ab. Gesundheit für Ihren Körper und Balsam für Ihre Seele.

**Abend-Sauna** freitags ab 18.00 Uhr

**Damen-Sauna** mittwochs ab 19.00 Uhr, in der Finnischen Sauna und in der Bio-Kräuter-Sauna

Informationen zu den weiteren Ritual-Abenden sowie den aktuellen Aufgussplan finden Sie unter:  
[www.taminatherme.ch/sauna](http://www.taminatherme.ch/sauna)



## ANGEBOTE & PREISE (in CHF)

THERMALBAD				
	Montag bis Freitag	Sa/So* Feiertage	Montag bis Freitag	Sa/So* Feiertage
Preise	<b>Erwachsene</b>		<b>Kinder (3-16 Jahre)</b>	
Bis 2 Std.	32.-	39.-	16.-	19.-
Bis 4 Std.	36.-	43.-	19.-	22.-
Tageskarte	40.-	47.-	22.-	25.-
Morgenbaden bis 11.00 Uhr	22.-	29.-	12.-	15.-
Abendbaden ab 19.30 Uhr	24.-	29.-	12.-	15.-

### THERMALBAD & SAUNA

Beim Betreten der Sauna wird automatisch ein Aufpreis von CHF 14.- pro Person verrechnet (Jugendliche CHF 12.-).

SAUNA				
	Erwachsene	Jugendliche (12-16 Jahre)		
Preise CHF				
Bis 4 Std.	36.-	43.-	18.-	21.-
Tageskarte	40.-	47.-	21.-	24.-

\* Vom 25. Dezember bis 1. Januar gilt durchgehend der Wochenend-/Feiertagstarif

ABONNEMENTE	
Jahresabo Bad & Sauna	1'290.-
Morgen-Jahresabo Bad & Sauna bis 14.00 Uhr	890.-
Jahresabo Sauna	990.-
Jahresabo Bad	990.-

## WICHTIGE INFORMATIONEN

Inhaber von Jahresabos erhalten vergünstigte Konditionen für Spezialereignisse.

Kinder unter 3 Jahren haben keinen Zutritt (ausgenommen zu den Babyschwimmkursen).

Kinder unter 12 Jahren haben keinen Zutritt ins Saunadorf.

Jugendliche von 12 bis 16 Jahren haben nur in Begleitung einer erwachsenen Person Zutritt ins Saunadorf.

Seniorenrabatt (ab 62 Jahren): 10% (gilt nicht für den Morgen- und Abendbaden-Tarif)



## WELLNESS

- 1 Behandlungsräume Beauty
- 2 Behandlungsräume haki®, Massagen, Beauty
- 3 Behandlungsraum «haki» – Kunst der Berührung

## GUTSCHEINE

Verschenken Sie Entspannung. Ob für einen Besuch in unserem Thermalbad, eine Wellness-Behandlung oder ein Spa Day Package – wir haben eine vielfältige Auswahl an Geschenkgutscheinen für jeden Anlass. [www.taminatherme.ch/shop](http://www.taminatherme.ch/shop)

## KURSE & EVENTS

Informieren Sie sich über unser Kursangebot auf unserer Website. Ebenfalls finden Sie dort die aktuellen Angaben zu allen weiteren Veranstaltungen und Events. [www.taminatherme.ch/events](http://www.taminatherme.ch/events)



Folgen Sie uns auf Facebook oder Instagram und bleiben Sie immer auf dem Laufenden.

