

Tout ce qu'il faut savoir sur votre séjour

Bien-être et santé

Les **Thérapies** proposées par la clinique Salina du Parkresort Rheinfelden s'étendent sur un large éventail, de la physiothérapie classique aux thérapies alternatives, comme la médecine naturelle ou l'hypnose médicale en passant par les mesures préventives dans le cas de problèmes au niveau de l'appareil locomoteur.

- ▶ **prendre rendez-vous en temps utile au secrétariat thérapies, tél. +41 61 836 67 10**

Voyage à travers **l'univers du bien-être sole uno**, du sauna de Finlande et Sibérie aux bains de Méditerranée, en passant par les plaisirs du hammam oriental. Laissez-vous flotter sur un lit de mer comme vous le feriez sur la Mer Morte. Oublier le quotidien pour plonger dans le bain de feu et de glace, glisser d'une pluie tropicale aux cascades alpines ou respirer à travers la brume des bains de vapeur aromatisée.

- ▶ **Hôte de notre établissement, vous pouvez chaque jour vous détendre et vous revitaliser gratuitement dans sole uno, et même plusieurs fois par jour si vous le désirez. Notre univers de bien-être est ouvert tous les jours de 8 heures à 22h30 (autres horaires possibles les jours fériés).**

- ▶ Les **offres de l'espace massage** au sole uno sont nombreux et divers, en voici quelques uns:

- Massage bien-être
- Massage tête-nuque-épaules
- Massage à la mousse de savon
- Massage à la pierre de lave
- Massage avec des tampons aux plantes
- Massage des zones réflexes du pied
- Drainage lymphatique

Laissez-vous chouchouter par les soins des pieds de nos spécialistes : choisissez entre une pédicure médicale ou cosmétique ou même un set complet « Bien-être pour vos pieds » incluant une pédicure classique, un vernissage des ongles et un merveilleux massage des pieds.

- ▶ **Pour les soins dans l'espace massage et les soins des pieds, nous vous aiderons volontiers à prendre rendez-vous en temps voulu.**

L'équipe compétente des coiffeurs de **Haute Coiffure** mettra vos cheveux dans l'air du temps. Rendez-vous par téléphone +41 61 836 60 20.

Pour votre vitalité, notre centre de remise en forme vous attend avec ses sections cardio, musculation et tapis (du lundi au vendredi, de 7.30 à 21 heures, samedi et dimanche de 7.30 à 17 heures).

Propositions d'excursions

Rheinfelden, la plus ancienne ville de Suisse fondée par les Zähringen: Visites guidées de la ville et de l'histoire de Rheinfelden (tous les 1er samedis du mois, de mars à novembre) ou en groupe (sur rendez-vous) pour des visites à thèmes, comme par exemple «Rheinfelden et ses eaux».

▶ www.tourismus-rheinfelden.ch; tél. +41 61 835 52 00

Découvrez la plus charmante brasserie de la Suisse: La visite de la brasserie Feldschlösschen dure environ 2 à 2h30, avec dégustation de bretzel et d'une bière fraîchement brassée (sur rendez-vous).

▶ www.feldschloesschen.com; tél. 0848 125 000

Sur les traces des romains: Dans l'ancienne ville romaine Augusta Raurica, l'histoire devient vivante (musée, théâtre et parc aux animaux ; visites guidées sur rendez-vous).

▶ www.augusta-raurica.ch; tél. +41 61 816 22 22

Découverte du Rhin: Offrez-vous une croisière sur le Rhin avec la société Basler Personenschiffahrt, par exemple entre Bâle et Rheinfelden, faites le tour du port et visitez la ville de Bâle ou encore passez une soirée sur l'eau devant un délicieux dîner en musique.

▶ www.bpg.ch; tél. +41 61 639 95 00

Bâle – Culture et art de vivre au bord du Rhin: En quelques 15 minutes, vous êtes au centre de la capitale culturelle de la Suisse. Découvrez la vieille ville, la richesse de la gastronomie et les attractions variées (musées, théâtres, zoo, boutiques).

▶ www.basel.ch; tél. +41 61 268 68 68

Loisirs et sports

Fricktal, le paradis de la randonnée: Goûtez aux charmes d'une balade d'1h30 le long du circuit des berges du Rhin, à moins que vous ne préfériez le chemin d'altitude du Fricktal et ses 60 km qui relie Rheinfelden à Frick jusqu'au village viticole de Mettau par les hauts chemins du Jura.

▶ www.aargauer-wanderwege.ch

Découverte du canton d'Argovie sur un FLYER: Enfourchez un vélo électrique pour filer sur les belles pistes cyclables à travers les magnifiques paysages d'Argovie. Vous pouvez louer votre vélo Flyer à l'hôtel, et nous serons heureux de vous munir de toutes les cartes et informations nécessaires.

▶ www.aargautourismus.ch; tél. +41 62 823 00 73

Terrain de golf Rheinfelden: Non loin de la ville, le terrain de golf à 9 trous vous offre nature et détente (driving range compris).

▶ www.golf-rheinfelden.ch; tél. +41 61 833 94 07