

# Fitness und Entspannung im historischen Neptunbad

„Neptunbad Health Club & Spa“ feiert in Ehrenfeld Eröffnung – Moderner Trainingsbereich und asiatische Saunalandschaft



Der Neptunbrunnen ist erhalten geblieben.

Wer Entspannung und Fitness in einer ansprechenden Umgebung sucht, der findet seit Beginn des Jahres im historischen Neptunbad am Neptunplatz 1 in Ehrenfeld eine neue Oase der Erholung und des körperlichen Wohlbefindens. Der „Neptunbad Health Club & Spa“ lädt die Besucher zu einem Fitness- und Wellnessclub der besonderen Art ein. In dem für rund 13 Millionen Euro aufwendig restaurierten historischen Jugendstilbau aus dem Jahr 1912 wurden auf einer Fläche von insgesamt 7000 Quadratmetern ein großer Fitnessbereich mit modernsten Trainingsgeräten und eine weitläufige Saunalandschaft im japanischen Stil eingerichtet.

Realisiert wurde das innovative Projekt in enger Zusammenarbeit mit dem Stadtkonservator von den Brüdern Stefan und Markus Theune, die bereits die Claudius Therme in Deutz erfolgreich betreiben. Die Neptun GmbH & Co. KG ist eine Tochtergesellschaft der Claudius Therme.

Von dem früheren Schwimmbecken ist heute nur noch der historische Beckenrand zu sehen. Hier finden Besucher nun eine große Auswahl an modernsten Trainingsgeräten mit darunter liegenden Kursräumen für das vielseitige Kurs-Angebot für Gymnastik, Ausdauer und Kräftigung. Unter Anleitung der professionellen Mitarbeiter kann der Körper nach einem gründlichen Gesundheits-Check ganz nach individuellen Bedürfnissen trainiert werden. Dabei steht nicht das Krafttraining, sondern eher die körperliche Gesundheit im Vordergrund. Einzig der historische Sprungturm und der Neptunbrunnen, die erhalten geblieben sind, erinnern noch an die frühere Nutzung als Schwimmbecken.

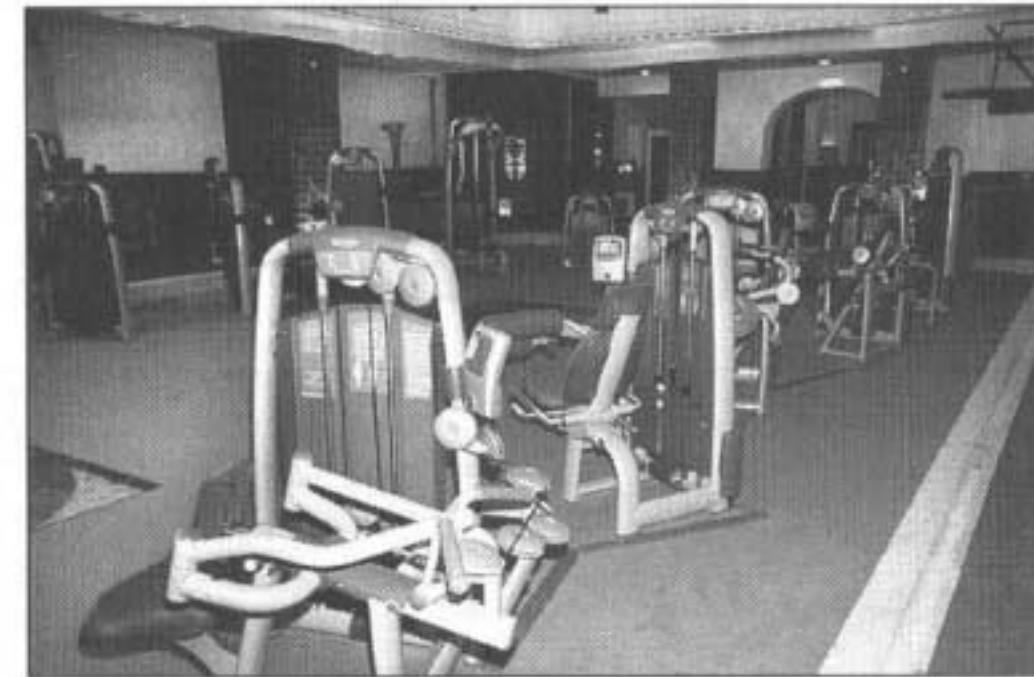
Wer durch das Training noch nicht genug ins Schwitzen gekommen ist, dem steht ein umfangreiches Wellness-Angebot zur Verfügung. Zur Entspannung laden auch die rekonstruierten historischen Schwitzbäder und der Pool mit meditativer Unterwassermusik ein. In diesem Bereich konnten trotz



Das altherwürdige Neptunbad in Ehrenfeld ist jetzt ein Mekka für Fitness- und Wellness-Freunde. Zwei Jahre lang wurde das denkmalgeschützte Jugendstilgebäude umgebaut. (Bilder: Diethold)

grundlegender Modernisierung noch große Teile der ursprünglichen Fliesen und so die historische Atmosphäre erhalten werden.

Die Sauna-Landschaft auf rund 2500 Quadratmeter bietet alles, was der Badegast zum Entspannen braucht: verschiedene Saunen im asiatisch gestalteten Innen- und Außenbereich, japanische Heißwasserbecken, die so genannten „Onsen-Bäder“, ein temperiertes, glasüberdachtes Schwimmbecken und elegante Ruheräume. Um den Gästen die nötige Ruhe zum Entspannen zu verschaffen, gibt es als besonderen Service eine kostenlose Kinderbetreuung.



Moderne Trainingsgeräte steigern die Fitness der Gäste im Neptunbad. Die Geräte stellen sich individuell auf den Trainierenden ein.



Zum Entspannen beim Schwitzen laden die unterschiedlichen Saunen im japanischen Stil ein.

# Traditionelle Bade-Rituale und individuelles Training

*Fitness steht im Mittelpunkt – Computergesteuerte Geräte*

Sechs verschiedene Saunen, Entspannungsbäder und Ruhezonen sorgen dafür, dass sich der Gast im Neptunbad rundherum wohl fühlen und entspannen kann. Dazu gehören auch traditionelle asiatische Rituale während der Saunagänge. Der Aufguss in den Saunen im Innenbereich wird nach altem japanischen Brauch mit dem Schlag auf einen großen Gong stille angekündigt.

Nach dem Schwitzen, beispielsweise mit japanischen

Sauna-Ritualen in der Kräuter- oder Zitrusblüten-Sauna, bieten der japanische Dachgarten und die Sonnenterrasse zwischen Bambus und Bonsai-Kiefern viel Platz, um sich auszuruhen. Badegäste können auch eine Teezeremonie im Teepavillon genießen.

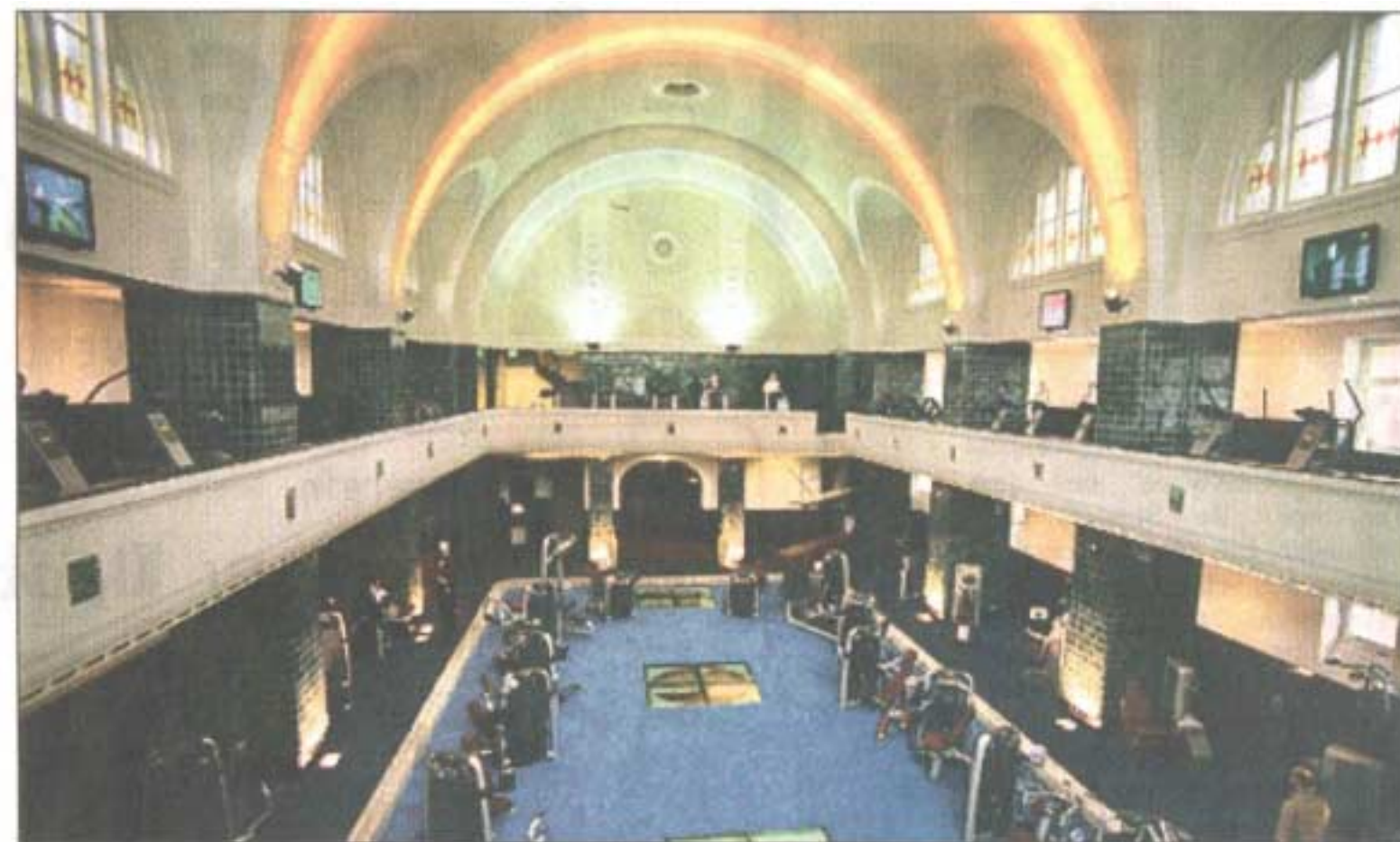
Training heißt im Neptunbad, den Körper nach den individuellen Ansprüchen in Form zu bringen. Die Trainingsgeräte sind auf dem neuesten Stand der Technik und werden über Com-

puter-Chips gesteuert, auf denen sämtliche Daten über den Leistungsstand des Clubmitglieds gespeichert sind. Dadurch stellen sich die Geräte schon beim Beginn des Trainings genau auf den Benutzer ein, „überwachen“ die Trainingsfortschritte, warnen aber auch bei Fehlbelastung.

Das attraktive Kursangebot bringt den Kreislauf mit klassischem Dance-Aerobic und Spinning auf Trab, aktiviert die Energien mit Yoga und Tai Chi und sorgt mit klassischer Wirbelsäulengymnastik und Pilates, ein ausgewogenes System aus Dehn- und Kräftigungsübungen, für ein starkes Rückgrat.

Abgerundet wird das exklusive Angebot im neuen Neptunbad durch eine gehobene Gastronomie. In der historischen Jugendstilhalle mit einer Glas-kuppel werden japanisch-ostasiatische Köstlichkeiten für den großen und kleinen Hunger frisch zubereitet und liebevoll serviert.

Parkplatzsorgen müssen die Badegäste nicht befürchten. Unter dem Gebäude wurden zahlreiche Stellplätze speziell für die Besucher des Neptunbades eingerichtet. Geöffnet ist das Bad täglich zwischen neun und 23 Uhr.



*Trainiert wird in der eindrucksvollen Kulisse der früheren Schwimmhalle des Neptunbades. Nach einem gründlichen Fitness-Check wird ein individueller Trainingsplan erstellt. (Bilder: Diethold)*



*Erholsame Aufgüsse mit japanischen Saunaritualen gibt es auch in den Saunen im Außenbereich.*



*Zum Entspannen bieten sich die japanischen Onsenbäder (Bild links) und die großzügigen und stilvoll eingerichteten Ruhezonen an.*