



Innere Harmonie:

MEDIZINISCHE & WELLNESS SPA RESORTS IN LITAUEN

Harmonie ist das Herzstück reinen Wohlbefindens.

Litauen kombiniert die neuesten Fortschritte der Medizin und professionelles Wissen aus Wellness und Rehabilitation – mit einer oft übersehenen Zutat: der Natur.

Mineralwasser, duftende Kiefernluft, Heilschlamm und baltischer Bernstein – unsere Körper sind auf die regenerierenden und belebenden Kräfte dieser natürlichen Elemente abgestimmt. Dank der herrlichen Landschaft Litauens lassen sich diese Perlen der Natur bei uns nicht nur leicht finden, sondern bestimmen längst das reichhaltige Wellness-Angebot der hiesigen Resorts.

In den Kurorten Litauens erleben Sie die perfekte Harmonie zwischen Natur und Medizin. Das heilende Potenzial der Flora wird durch professionelle Hände zertifizierter Wellness-Spezialisten freigesetzt, während Sie Ihre Seele baumeln lassen können.

Auf den folgenden Seiten haben wir eine Reihe erfrischender und heilender Wellness-Erlebnisse für Sie zusammengestellt und hoffen, dass Sie auf diesem Weg, Ihr natürliches Gleichgewicht finden. Wir wünschen Ihnen einen vitalen Aufenthalt!

Ihr Team von Lithuania Travel

Natürliche Heilmittel Litauens



Quell- & Mineralwasser

Reines Mineralwasser aus unseren hiesigen unterirdischen Quellen wird für viele unterschiedliche Behandlungen eingesetzt. Die traditionellen Quellen in Birštonas, Palanga und Druskininkai sind aufgrund ihrer Fülle an Mineralien wie Kalzium, Magnesium und Sulfaten bereits international bekannt. Diese natürlichen Wirkstoffe eignen sich perfekt für die „Balneotherapie“ – ein medizinisches Heilwasserbad, das nachweislich Stress abbaut, die Immunität steigert und Allergien sowie Hautirritationen lindert.

Therapeutischer Schlamm

Heilschlamm (Fango) wurden schon vor mehr als 3000 Jahren medizinisch eingesetzt, um Verbrennungen, Wunden und Hauterkrankungen zu lindern. Der natürliche Wirkstoff entzieht der Haut schädigende Giftstoffe und Unreinheiten, entfernt abgestorbene Hautzellen und entspannt Muskeln und Gelenke. Insbesondere Moorschlamm kann die Enzymaktivität stimulieren, Regenerationsprozesse beschleunigen und Entzündungen hemmen. Gönnen Sie sich ein Schlammbad oder Fango-Behandlung in einem litauischen Spa und laden Sie Ihren Körper mit Erdenergie auf.



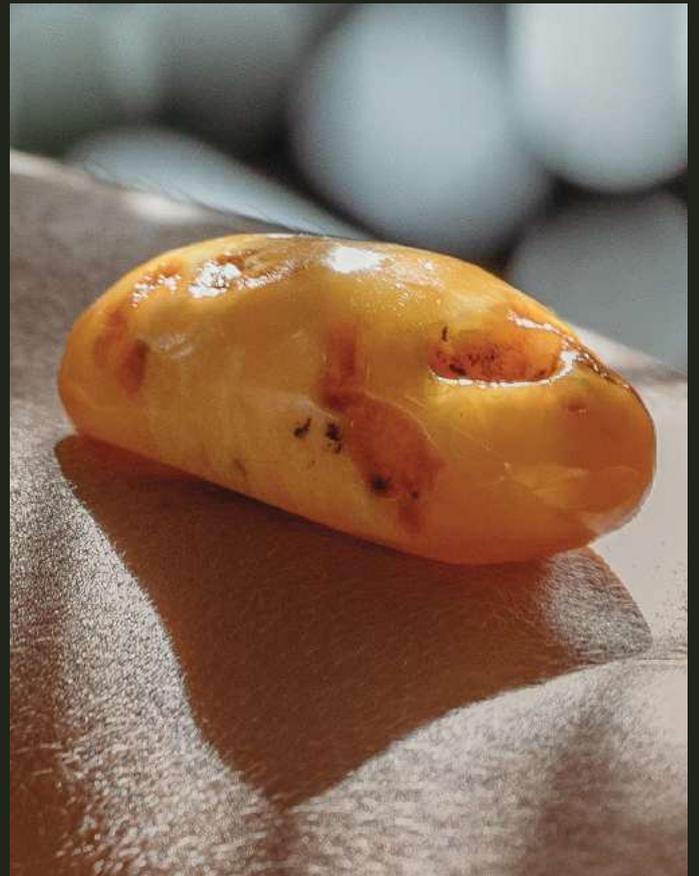


Duftende Kiefernluft

Die frische, nach Kiefer duftende Luft der litauischen Wälder genügt, um sich vom Stress und den Spannungen des modernen Lebens zu befreien. Litauen besteht zu 35 Prozent aus dichten Wäldern in denen Sie jederzeit einen langen und beruhigenden Spaziergang unternehmen können. Wir empfehlen jedoch nicht nur Waldluft, denn auch die salzige Meeresluft an der litauischen Küste trägt zu Ihrer Regeneration bei. Von Palanga bis Nida – die Ostseeluft ist gesättigt mit ionisierten Partikeln, die Ihre Lungen reinigen und beleben.

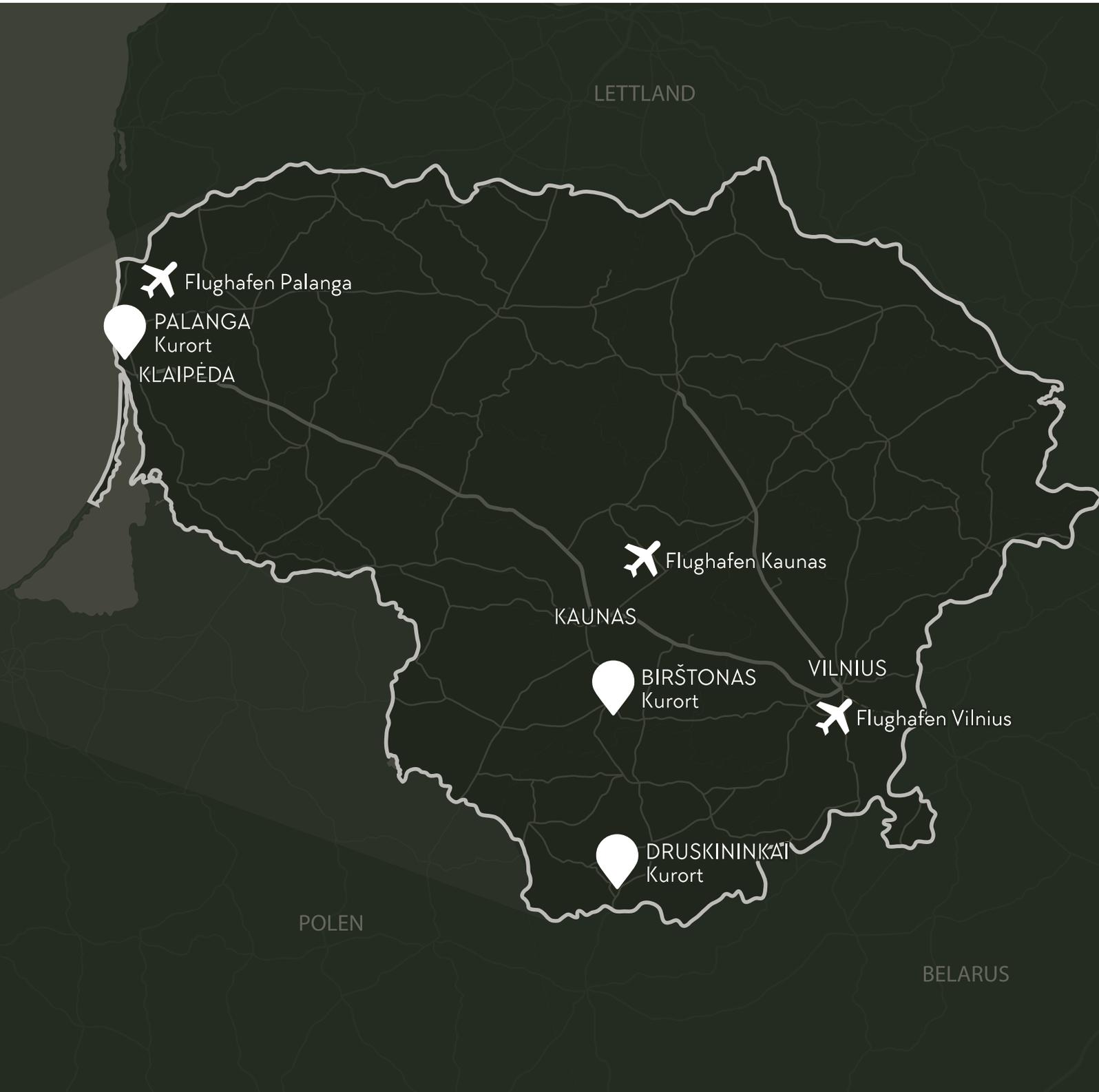
Baltischer Bernstein

Bernstein trägt sowohl die Farbe als auch die aufbauende Kraft des Feuers in sich. Uns verbindet viel mit dem schmucken Ostseegold, denn die heilenden Kräfte werden auch in litauischen Sagen erwähnt. Bernstein stärkt das Immunsystem, beschleunigt den Heilungsprozess und schenkt Ihnen ein jugendliches Aussehen. In zahlreichen Kur- und Wellnesshotels in Litauen wird das edle Harzfossil für entspannende Körperpeelings und Massagen verwendet. Besuchen Sie die weltweit größte Bernstein-Sauna oder lassen Sie die Seele bei einer Bernstein-Aromamusiktherapie baumeln.





Litauen - die Perle der Ostsee



LETTLAND

Flughafen Palanga

PALANGA
Kurort
KLAIPĖDA

Flughafen Kaunas

KAUNAS

BIRŠTONAS
Kurort

VILNIUS

Flughafen Vilnius

DRUSKININKAI
Kurort

POLEN

BELARUS



Seilbahn in Druskininkai
📷 Kautros keltuvai



Kurort
Druskininkai



Druskonis-See am frühen Morgen

Druskininkai liegt eingebettet in den spektakulären Kiefernwäldern Südlitauens. Der Kurort kann auf eine über zweihundertjährige Tradition zurückblicken, denn der Ortsname ist gleichbedeutend mit dem litauischen Wort für Salz (lt. druska). Die ursprünglichen und mineralhaltigen Wasserquellen, ziehen Jahr für Jahr zahlreiche Besucher aus aller Welt an.



UPA Medizinisches SPA



In Druskininkai warten folgende Erlebnisse auf Sie:

 Mineralwasserquellen: Die hiesigen Quellen von Druskininkai haben den europaweit größten Mineraliengehalt (von 2 bis 58 g/l) und eignen sich hervorragend für eine Vielzahl medizinischer Wellness-Behandlungen.

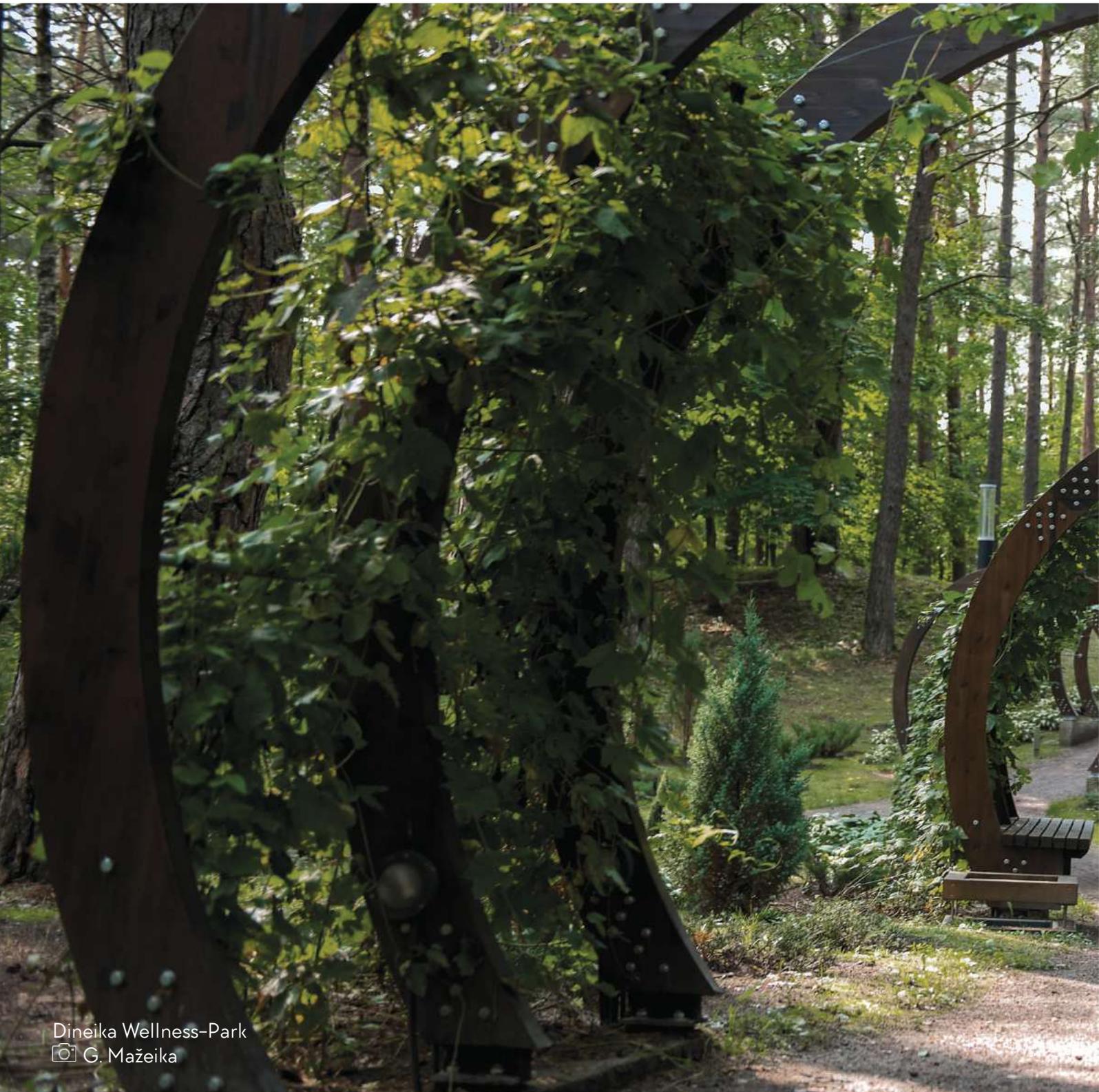
 Nährstoffreicher Boden: Das Erdreich Südlitauens besitzt einen hohen Wassergehalt mit therapeutischen Qualitäten, warum der Kurort ein besonderes Highlight für Schlammtherapien und Fango-Anwendungen ist.

 Reine Luft: Dank der zahlreichen und schönen Kiefernwälder ist die Luft hier besonders sauber. Wenn Sie es lieben, von der beruhigenden und meditativen Kraft der grünen Schönheiten umgeben zu sein, sollten Sie die zahlreichen Wander- und Radwege besuchen, die sich durch die hiesigen Wälder schlängeln.

 Litauischer Bernstein: Ohne langes Suche finden Sie in Druskininkai ein Bernsteinzimmer und können bei Körpermassagen und Peelings mit Bernstein Ihre Haut verschönern. Nehmen Sie an einer Bernsteinsauna-Therapie teil oder verwöhnen Sie Ihre Füße mit einer speziellen Bernsteinbehandlung.

Die Sanatorien, Spas sowie Wellnesshotels in Druskininkai bieten eine Vielzahl an Behandlungen für unterschiedliche Krankheitsbildern. Hier können Sie gezielt Ihr Nervensystem, Ihre Mobilität sowie Ihr Kreislauf- und Atmungssystem fördern. Auch andere gesundheitliche Beeinträchtigungen wie endokrine und gastrointestinale Erkrankungen, Nierenerkrankungen und Hals-Nasen-Ohren-Beschwerden werden hier behandelt.

Für mehr Informationen rund um medizinische Behandlungen besuchen Sie bitte die Webseite: www.health.lithuania.travel



Dineika Wellness-Park
G. Mažeika





Tourismus-Informationszentrum

TOP 10 Attraktionen in Druskininkai:

- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Druskininkai-Aquapark
www.aquapark.lt
Entspannende Saunen, aufregende Wasserrutschen und erfrischende Pools – der perfekte Ort für die ganze Familie.</p> | <p>6. Stadtmuseum Druskininkai
www.druskininkumuziejus.lt
Auch Geschichtsliebhaber kommen in Druskininkai auf ihre Kosten. Die wunderschöne Villa beherbergt heute das Stadtmuseum und offenbart die reiche Vergangenheit des Kurorts.</p> |
| <p>2. Schnearena
www.snowarena.lt
Die einzige Winter- und Skiarena im Baltikum. Ganzjährig geöffnet und ideal für Anfänger und Profis.</p> | <p>7. Musikbrunnen
Wenn Sie sehen und hören wollen, wie das Plätschern des Wassers Ihre Lieblingsmelodien ergänzt, sollten Sie sich diesen tanzenden Brunnen nicht entgehen lassen.</p> |
| <p>3. Seilbahn „Lynų Kelias“
www.lynukelias.lt
Genießen Sie die Aussicht von oben, während Sie über die üppigen Wälder und den Flussriesen Nemunas gleiten.</p> | <p>8. Handwerkszentrum „Menų Kalvė“
www.druskininkukulturoscentras.lt
Treten Sie ein und sehen Sie den hiesigen Handwerker bei der Erstellung kunstvoller Objekte aus Holz und Lehm zu.</p> |
| <p>4. UNO-Park
www.unoparks.lt
Klettern Sie in den Baumwipfeln des kinderfreundlichen Abenteuerparks mitten im Zentrum von Druskininkai.</p> | <p>9. Grūtas Park
www.grutoparkas.lt
Sie suche nach Relikten der Sowjetzeit? In diesem einzigartigen Freilichtmuseum haben Denkmälern bis hin zu Objekten der Propagandakunst ihre Ruhestätte gefunden.</p> |
| <p>5. Wellness-Park „Dineika“
Ein Paradies der Ruhe und Erholung inmitten eines friedliche bewaldeten Parks mit erfrischende Wasserkaskaden, einem Saunakomplex und Yoga-Terrassen.</p> | <p>10. Radwege
www.druskininkai.lt
Besuchen Sie unbedingt das Tourismus-Informationszentrum, um eine Karte der vielen Radwege in und um Druskininkai zu erhalten.</p> |

Weitere Informationen über den Kurort und eine Liste aller Sehenswürdigkeiten finden Sie unter www.druskininkai.lt

 Ihr Flugverbindung nach Druskinikai:
www.vilnius-airport.lt
www.kaunas-airport.lt
www.palanga-airport.lt

 www.eurolines.com www.kautra.lt www.luxexpress.eu
 Kaunas – Druskininkai (120 km)
Vilnius – Druskininkai (120 km)