

# Keressen fel a vizek városait!

**TERMÁLFÜRDŐK** Valósággal újjászülethet egy fürdőzéssel töltött hétvége után

A szabadtéri strandolások ideje sajnos lejárt, ám a víz gyógyító, testet-lelket felüdítő erejéről most sem kell lemondanunk! Az ország termálfürdői és wellnessközpontjai minden évszakban várják a kikapcsolódásra, gyógyulásra, pihenésre vágyó vendégeket.

Mediaworks-összeállítás

Magyarország valóságos gyógyvíz-nagyhatalom, az ország területén 224-féle ásványvíz, 207 elismert gyógyvíz, 1372 termálfürdő, 43 gyógyfürdő és 5 gyógybarlang található. Budapest a világ egyetlen nagyvárosa, ahol több mint száz termálfürdő és -kút van. Az ország mai területének 70-80 százalékán lehetnek fel 30 Celsius-foknál melegebb hőforrások - az ezekre épülő termálfürdőket és wellness szolgáltatásokat nemcsak azoknak érdemes igénybe venniük, akik valamilyen betegséggel küzdenek, de látogatásuk családi kikapcsolódás, vagy az őszi rosszkedvet előző program is lehet. Lássunk néhányat a legnépszerűbb helyek közül!

## Újjászületés Sárvaron

**A GYÓGYVÍZRŐL:** A város egyik vonzerejét a 43 és 83 °C-osan felforró gyógyvíz jelenti. A fürdő különösen ajánlott a krónikus mozgásszervi betegséggel küzdők számára, valamint az izomzúzódások, ízületi rándulások, izomgörcsök és sportsérülések utókezelésére. Az alkáli-hidrogén-karbonátos víz remek a krónikus nőgyógyászati gyulladási betegségek kezelésére, a reumasebészeti műtéteket követő utókezelésre. Enyhíti a krónikus légzőszervi problémákat, és a légutak heveny gyulladása után ugyancsak segíti a felépülést.

**LÁTNIVALÓ A KÖRNYÉKEN:** A középkorban épült Nádasdy-várat mindenképpen keressen fel, ha erre jár. A fehér tornyú, ötszögletű kastélyépület kiállításán több faképsorozatot is láthatnak, de a díszterem 1653-ban készült freskóját is érdemes megnézni. A vár mellett 16 hektáros arborétum őrzi a növényritkaságo-



Néhány nap egy gyógyfürdőben elúzi az őszi rosszkedvet, és úgy érzi majd, mintha teljesen kicserélték volna

kat, a benne található tiszták és kocsányos tölgyek több száz évesek.

**HASZNOS LINK** az utazás szervezéséhez: [www.sarvarfurdo.hu](http://www.sarvarfurdo.hu), [www.sarvar.hu](http://www.sarvar.hu)

## Az úti cél: Hévíz

**A GYÓGYVÍZRŐL:** A számos különböző összetételű és gyógyhatású forrás közül a hévízi termálfürdő az egyik legértékesebb. Gyógyhatása a kénnek és a radonnak köszönhető. Hévízi specialitás egyébként a tó fenekét 1 méter vastagságban borító gyógyiszap. A túlnyomórészt növényi eredetű, ásványi anya-

gokot tartalmazó tőzegiszap magas hőtároló kapacitása következtében kiváló iszappakolásokhoz. A fent felsorolt jellemzőknek köszönhetően a hévízi kúra számos mozgásszervi betegség esetén jótékony hatású.

**LÁTNIVALÓ A KÖRNYÉKEN:** Szép időben tegyen egy kellemes sétát a környéken, vagy várja a naplementét a tó partján, amely ilyenkor csodás fényekben fürdik! A platanokkal szegélyezett Dr. Schulhof Vilmos sétány minden évszakban hangulatos, olyan híres épületek sorjájának itt, mint a György- vagy a Ferenc József-ház. Utána vegye

az irányt a belváros felé, és fedezze fel a főteret, a városházat, a református, az evangélikus és az Árpád-kori templomot, valamint a római kori romkertet.

**HASZNOS LINK** a kirándulás szervezéséhez: [www.heviz.hu](http://www.heviz.hu)

## Észak-Magyarország kincsei

**A GYÓGYVÍZRŐL:** Egerben különleges, radontartalmú gyógyvíz kerül a Termál- és a Törökfürdő medencéibe. Az utóbbit még maguk a törökök építették az 1600-as évek elején. A gyógyvíz összetétele segíti a mozgásszervi betegségek, az ízületi kopások és gyulladások, valamint

a gerinc degeneratív betegségeinek gyógyulását. Európa legkülönlegesebb fürdője található Miskolctapolcán. A Barlangfürdő természetes járataiban a mozgás- és légzőszervi, a gyomor-, a bélrendszeri, valamint a szív- és érrendszeri betegségekre lehetnek gyógyírt.

**LÁTNIVALÓ A KÖRNYÉKEN:** Ha több napot töltenek a térségben, látogassanak el a szilvásváradí Fátoly-vízeshez. A Szalajka-völgybe kisvasúttal utazhat, a kirándulás utána lipicai ménest is megcsodálva. **HASZNOS LINK** a szervezéshez: [egertermal.hu](http://egertermal.hu), [www.barlangfurdo.hu](http://www.barlangfurdo.hu).

## Irány Gyula! - gyógyvize különösen jó az ősszel kiújuló ízületi nyavalyák enyhítésére

**A GYÓGYVÍZRŐL:** Az egykori Almásy-kastély 8,5 hektáros parkjában található fürdőben felnőttek és gyerekek egyaránt remekül szórakozhatnak. A 32-35 fokos gyógyvizet az izomfájdalmakkal, ízületi panaszokkal küzdőknek ajánlják. A döngönyözőmedencét az irodai munkát végzőknek is érdemes kipróbálniuk, a fűvókákon keresztül érkező víz ugyanis ellazítja a feszült izmokat, így csökkenti a váll- és a nyakfájdást.

**LÁTNIVALÓ A KÖRNYÉKEN:** Induljon időutazásra a gyulai



Látványnak sem utolsó, a csúszdákat a gyerekek is imádni fogják

vár középkori falai közt! Kukkantson be az egykori börtönbe és kápolnába, de a lovagteremben vagy a várúri és várúrnői lakosztálynál is érdemes elidőzni. Bármilyen rövid látogatást tesz a városban, keressen fel a Százéves cukrászdát, és engedje, hogy rabul ejtse a kínálat! **Megjegyezzük:** a [Szallas.hu](http://Szallas.hu) friss felmérése szerint Gyula is szerepel a 10 legnépszerűbb turisták által kedvelt település között.

**HASZNOS LINK** az utazás szervezéséhez: [www.varfurdo.hu](http://www.varfurdo.hu), [www.gyula.hu](http://www.gyula.hu).