



Das Sole Uno im Test: Wie gut lässt es sich entspannen?

Sandra Bonitz

Lohnt sich ein Besuch? Und wie kinderfreundlich ist die Anlage in Rheinfelden? Ein Test vor Ort.

Winterzeit ist Entspannungszeit. Und wo lässt es sich besser entspannen als im warmen Wasser? Indem das Thermalwasser den Cortisolspiegel senkt, wird Stress reduziert. Und nebenbei tut das warme Quellwasser gerade bei der kalten Winterluft einfach gut. Die Wellness-Welt Sole Uno ist die einzige Therme im Fricktal. Lohnt sich ein Besuch? Der Test. Umkleiden und sanitäre Anlagen: Vor dem Eingang in das Bad finden Besucherinnen und Besucher ausreichend Spinde und Umkleidekabinen. Dort gibt es auch extra Tresore für Wertsachen. Die Duschen und Toiletten befinden sich jeweils links und rechts auf dem Weg zum Innenbereich. Sowohl die sanitären Anlagen als auch der Umkleidebereich waren beim Test sauber und gepflegt.

Badebereich: Vier Becken bietet der Badebereich der Wellness-Welt Sole Uno. Dazu gehört ein grosses und beleuchtetes Innenbecken mit 33 bis 34 Grad, in dem geschwommen werden kann. Wer es wärmer mag, ist im integrierten Sprudelbecken bei 36 bis 38 Grad gut aufgehoben. Auch im Innenbereich befindet sich das Solebecken. Bei einem Salzgehalt von zwölf Prozent können Besucherinnen und Besucher entspannt auf der Wasseroberfläche treiben. Im Sole-Aussenbecken lässt es sich bei 32 bis 34 Grad auf den Sprudelliegen und -sitzen, unter Nackenduschen und einem Wasserfall, an Massagedüsen oder im Strömungskanal entspannen.

Zuletzt gibt es innen das Feuer- und Eisbad. Das Feuerbad ist 40 Grad warm, im Eisbad sind es nur kühle 15 Grad. Zuletzt runden drei Dampfbäder mit unterschiedlichen Aromen die Badewelt ab. Danach gibt es entweder eine tropische Regendusche oder einen Alpenwasserfall zur Abkühlung. Kinder- und Familienfreundlichkeit: Zwischen 4 und 13 Jahren haben Kinder in Begleitung Erwachsener Zutritt in den Badebereich. Ab 14 Jahren darf dann auch die Sauna genutzt werden.

Saunabereich: Jeweils drei Saunen im Innenbereich und drei im Aussenbereich laden die Badegäste zum Schwitzen ein. Im Innenbereich bietet die Saunawelt einen Raum für jede Wohlfühltemperatur. Am heissesten ist dort die finnische Sauna mit etwa 90 Grad. Gemässigt geht es in der Bio-Sauna bei 55 Grad zu. Und im Dampfbad ist es bei 45 Grad noch etwas kühler, dafür aber sehr feucht. Zudem gibt es im Aussenbereich der Therme drei Saunahütten: die Erdsauna, die Feuersauna und die russische Banja.

Wohlfühlfaktor: Gerade im warmen Wasser, aber auch in den Ruheräumen im Saunabereich lässt es sich wunderbar entspannen. Mit Blick auf ein grosses Aquarium ist einer der Räume in stimmungsvolles Licht getaucht, aber auch von aussen bei einem Fussbad können die Fische beobachtet werden. Sauna- und Badebereich sind grosszügig und bieten viel zum Erleben.

Verpflegung: Gleich beim Sole-Innenbecken befindet sich die Vista-Vital-Bar, an der Badegäste mit Snacks und Getränken versorgt werden. Jedoch ist die Bar im Sommer, etwa von Mai bis September, geschlossen. Im Bistro Vista Sol gibt es auch etwas für den grösseren Hunger wie Suppen, Salate, Pizza, Pasta und mehr. Für den Hunger nach dem Baden befindet sich das Restaurant Vista Mar am Haupteingang der Therme. Auch dort gibt es eine grosse Speise- und Getränkeauswahl.

Parksituation und Erreichbarkeit: Sowohl mit dem Auto als auch mit dem Postauto 86 (Ausstieg an der Busstation Parkresort) ist die Therme an der Roberstenstrasse gut zu erreichen. Vor Ort gibt es ein Parkhaus mit 320 Plätzen. Eine Stunde kostet dort pauschal zwei Franken, ab der zweiten Stunde bis zur 15. Stunde wird ein Franken veranschlagt.

Fazit: Der Fokus im Sole Uno liegt auf der Ruhe und der Entspannung, dennoch ist der Besuch ein echtes Erlebnis. Für jede Wohlfühltemperatur gibt es ein Becken, aber auch eine Sauna. Wer es feuchter mag, ist in den verschiedenen Aroma-Dampfbädern gut aufgehoben. Zur Abkühlung gibt es genügend Duschen, aber vor allem die Erlebnisduschen mit Alpenwasserfall oder Tropenregen bieten ein wahrlich tolles Erlebnis. Für Ruhesuchende, auch zur Erholung zwischendurch, ist der Ruheraum mit einem herrlichen Blick auf das Aquarium ein echter Hingucker. Das Aussenbecken der

Datum: 12.02.2025

**Aargauer
Zeitung**

Aargauer Zeitung / Fricktal
5001 Aarau
058/ 200 55 55
<https://www.aargauerzeitung.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Tages und Wochenendpresse
Auflage: 3'759
Erscheinungsweise: täglich



Seite: 23
Fläche: 47'200 mm²

 **parkresort**
Rheinfelden

Auftrag: 516017
Themen-Nr.: 516017
Referenz:
38f3c486-45e7-4e81-b243-ae7424bbc760
Ausschnitt Seite: 2/2

Therme Rheinfelden wird auch bei
kühleren Temperaturen gern genutzt.

Bild: Sandra Bonitz