



## TERAPEUTISKT bad i Alhama de Granada 10 nov

Vi startar resan i fuengirola kl. 08.00 och tar den natursköna vägen mot Viñuela, och Alcaucin innan vi ankommer till Alhama de Granada (kaffe stopp längs vägen). Staden som hänger från sina spektakulära raviner. Man har hittat rester som visar på att staden har varit bebodd sedan tidiga stenåldern.

Alhama är en spännande stad, som i gamla dagar var övernattningsplats när man skulle rida från Malaga till Granada. Det finns många spännande historier, framförallt från engelska resanden på 1800 talet. Staden har många historiska minnen, bl a en romersk bro, rester av arabiska bad, Las Mazmorras, som var håll som byggts till arabernas fångar och ett tidigare kornlager som är byggt på resterna av en judisk synagoga.

Men idag är höjdpunkt ett terapeutiskt bad i stadens Spa.



*Baden i Alhama de Granada är kända för sina varma källor som med sin terapeutiska effekt sägs läka allt från förkylning till reumatism.*

*Dessa naturliga varma källor av termiskt ursprung har varit kända sedan urminnes tider, romarna populariserade dessa platser och storhetstiden var under Nazari de Granadas kungarike.*

*Vattnet har temperaturer runt fyrtio grader Celsius, baden har ett konstant flöde under hela året och deras vatten har medicinska egenskaper.*

*Dessa varma källor har en unik sammansättning och bland mineralerna som bildas i dem hittar vi: sulfater, kalcium, magnesium, bikarbonater... En serie idealiska*

*element för att behandla stressproblem, hudåkommor, smärta i rörelsesystemet, andningspatologi. etc...*

Inne i spa anläggningen får vi njuta i 1 hr av deras romerskt, njuta av avkopplande våtbastu med termalbad med kontraster av kallvatten i en cirkulär dusch, Jacuzzi med termiska vatten. Och fri tid deras termiska pool. Innan vi intar en god lunch.

Om vädret tillåter tar vi efter lunchen en avkopplande promenad i den vackra naturen.

**Pris per person: 110€ (min. 20pers)**

**Inkluderar:** Buss, Spa med Lunch, skandinavisk talende reseledare.

Pasaje la Pandereta, s/n Fuengirola, Málaga – España  
Tel: + 34 952 47 99 54 Fax: + 34 952 47 99 60.  
E-mail: [fuengirola@rutasolar.com](mailto:fuengirola@rutasolar.com) Web: [www.rutasolar.net](http://www.rutasolar.net)