

GESUNDHEITSFÜHRER



PALANGA UND ŠVENTOJI 2020



MAN HERSTELLT DIE KRÄFTE IN WELLNESS-CENTERN WIEDER

Die wunderschöne Landschaft von Palanga, das endlose verschiedenfarbige Meer, der wundervolle Park und der duftende Kiefernwald wecken positive Emotionen, hebt die Stimmung, verbessert die Beweglichkeit und lenkt von alltäglichen Sorgen ab. Die natürlichen Heilfaktoren von Palanga unterscheiden sich von den Heilfaktoren anderer Kurorte der Republik. Das maritime Klima in Palanga wird von den Meeren beeinflusst, ohne nennenswerte Temperaturschwankungen, mit warmen Sommern und relativ milden Wintern. Die kontinuierliche Bewegung der Luftmassen zwischen Land und Meer sorgt für eine natürliche Belüftung der Seeküste, die in terrestrischen Klimazonen nicht zu finden ist. Die Luft von Palanga ist nicht nur sauberer, sondern enthält auch mehr Ozon, Phytonzide und ionisierte Partikel. Aus dem Meer bringt der Wind mit kleinen Wassertröpfchen Chlor-, Jod- und andere Salzpartikel an den Strand, deshalb ist das Atmen der Seeluft ähnlich wie natürliche Inhalationen.

Dünen und Kiefernwälder bieten einen natürlichen Schutz, in dem Urlauber an kälteren und windigen Tagen gemütliches Wetter und Sonneneinstrahlung finden. An heißen Tagen schützen die Kiefer vor der brennenden Sonne diejenigen, für die reichlichen Sonnenstrahlen schädlich sind.

Das Baden in der See hat tief greifende Auswirkungen auf den menschlichen Körper, da die komplexe Auswirkung alle natürlichen Faktoren (Sonne, Luft und Wasser) in Kombination mit aktiven Bewegungen und der mechanischen und chemischen Wirkung von Wassermassen verbindet. Die Auswirkungen klimatischer Faktoren auf den Körper sind sehr nützlich: sie verbessern den Stoffwechsel, das Herz-Kreislauf- und Atmungssystem, stärken das Nerven- und Muskelsystem und vieles mehr.

Diese Vielfalt der klimatischen Bedingungen im Palanga Kurort ist sehr bedeutend, da klimatische Reize (Sonne, Strahlung, Wind usw.) mit einer solchen Intensität immer so gewählt werden können, dass sie dem Grad der Verhärtung und Akklimatisierung des Patienten und der Urlauber entsprechen.

Palanga ist nicht nur ein klimatischer, sondern auch ein Kurbad. Neben Meerwasser werden auch Mineralwasser, Torfheilschlamm und andere physikalische Heilfaktoren zur Behandlung verwendet. Die Sanatorien und Rehabilitationszentren von Palanga sind das ganze Jahr über geöffnet. Hier werden, abhängig von Ihrem Gesundheitszustand, Physiotherapie, Kinesiotherapie, Psychotherapie, Bewegungstherapie, Reflextherapie, Halotherapie, Wellness Massage, Heilbäder und -duschen, Heilschlamm und andere Behandlungen angeboten.

In Palanga werden erfolgreich verschiedene Funktionsstörungen des Zentralnervensystems, Herz-Kreislauf-Neurosen und Übergewicht behandelt. Der Palanga Kurort eignet sich besonders zur Erholung von verschiedenen Infektionskrankheiten, Operationen, Herzerkrankungen, die durch Müdigkeit oder Stoffwechselstörungen verursacht werden. Man kann in der wärmsten Jahreszeit nach Palanga zur Behandlung von rheumatischen und anderen Gelenkerkrankungen oder Radikulitis kommen.

Es wurde festgestellt, dass die besten Ergebnisse unter normalen klimatischen Bedingungen erzielt wurden. Daher kann Palanga Kurort den Bewohner des gemäßigten Klimas in vielen Fällen wohlthuernder als warme südlichen Kurorts sein.



WIE KOMMT MAN HIN?



FAHRPLÄNE UND FAHRKARTEN ONLINE UNTER: www.autobusubilietai.lt

Palanga Busbahnhof, Klaipėdos pl. 42, +370 460 30200, +370 650 60008

www.naujapalangosautobusustotis.lt

Kretinga Busbahnhof, Stoties g. 2, +370 445 79001, www.kretingosap.lt

Busbahnhof Klaipėda, Butkų Juzės g. 9, +370 46 411547, www.klap.lt



FAHRKARTEN ONLINE UNTER: www.traukiniobilietas.lt

Die nächstliegenden Bahnhöfe sind:

Kretinga (12 km), Stoties g. 2, +370 445 20009

Klaipėda (25 km), Priestočio g. 1, Klaipėda, +370 46 202290



Flughafen Palanga, Liepojos pl. 1, +370 612 44442, +370 460 52300, www.palanga-airport.lt

Flughafen Kaunas, Oro uosto g. 4, +370 612 44442, +370 37 399396, www.kaunas-airport.lt

Flughafen Vilnius, Rodūnios k. 10A +370 612 44442, +370 5 2739326, www.vilnius-airport.lt

Flughafen Liepāja, Lidostas iela 8, +371 63407592, www.liepaja-airport.lv

Flughafen Riga, Marupe, +371 29311817, www.riga-airport.com



FAHRPLÄNE DER FÄHREN UNTER: www.dfsseaways.lt

Fähren von Karlshamn, Kiel kommen in Klaipėda an.

ALLE INFORMATIONEN



Tourismusinformationszentrum von Palanga

Vytauto g. 94, +370 460 48811, info@palangatic.lt

www.palangatic.lt

Visit Palanga @ visitpalanga



**SPA UND
GESUNDHEITZENTREN**



LIFE BALANCE SPA HOTEL

2018 wurde Palanga Life Balance SPA bei den World SPA and Wellness Awards 2018 als bestes osteuropäisches SPA-Hotel ausgezeichnet und in den Auszeichnungen von der European Spa Assoziation (ESPA) als innovativstes SPA-Hotel in Europa anerkannt.



- SPA-Behandlungen** Gesichtsbildungen / Körperbildungen / Programme für Wohlgefühl, Detoxifizierung, Entspannung oder Normalisierung des Stoffwechsels
- Unterkunft** 74 Zimmer, 160 Betten
- Freizeit** Fitnesscenter und Gruppensporthalle, Yoga-Kurse, Sauna-Landschaft und Schwimmbadkomplex mit Mineral Wasser, Bibliothek, Gourmet-Menü im Restaurant, Fahrradverleih
- Verpflegung** Unser Hotelrestaurant wurde schon das vierte Jahr in Folgeunter den 30 besten Restaurants in Litauen anerkannt.

Hotel PALANGA LIFE BALANCE SPA*** PLIUS**

Birutės al. 60, 00135 Palanga
+370 460 41411, +370 460 41414
info@palangahotel.lt

www.palangahotel.lt
 Hotel Palanga SPA
 hotelpalanga



Das „Vanagupė“ 5-Sterne-Hotel befindet sich in einem ruhigen Teil des Kurorts Palanga, abseits vom Lärm und Trubel der Großstadt. Freuen Sie sich auf erholsame Schwimmbäder und Dampfsaunen von „Vanagupė“ und im „Golden SPA“.



- SPA-Behandlungen** Massagen / SPA-Rituale / Packungen / Peelings / Dampfbad (Hammam) / Hydromassage, Farbtherapie, Algenbäder / Gesichtsb-, Hand- und Fußpflege / Schönheitsdienstleistungen
- Unterkunft** 98 Zimmer, 223 Betten
- Freizeit** Fitnessraum, Tennisplatz im Freien, Basketballplatz, Verleih von Fahrrad- und Nordic-Walking-Stöcke, Kinderbetreuung. Ausflüge, Gruppensport, Transport und Mietwagen werden angeboten.
- Verpflegung** Hotelrestaurant, Europäische Küche.

Hotel VANAGUPĖ*** PLIUS**

Vanagupės g. 31, 00169 Palanga
+370 460 41199, reservation@vanagupe.lt

www.vanagupe.lt
 Viešbutis Vanagupė hotelvanagupe



AMSTERDAM
PLAZA

„Amsterdam Plaza“ befindet sich im Zentrum von Palanga. Entspannen Sie sich in den Bädern und im Whirlpool des „Amsterdam Plaza SPA“ und genießen die das Dampfbad (Hammam). Spezielle Massageduschen helfen Ihrem Körper, sich zu entspannen und sich vom Alltagsstress zu erholen.



- SPA-Behandlungen** Gesichtsb- und Körpermassagen / Körperpeelings / Packungen / Hammam
- Unterkunft** 29 Zimmer, bis zu 80 Personen
- Freizeit** Sauna, Dampfbad, Whirlpool, Hydromassage-Bad, Massageduschen, Fitnessraum, Fahrradverleih, Freizeitraum, Ballsaal
- Verpflegung** Restaurant mit europäischer Küche, Sommerterrasse mit Springbrunnen.

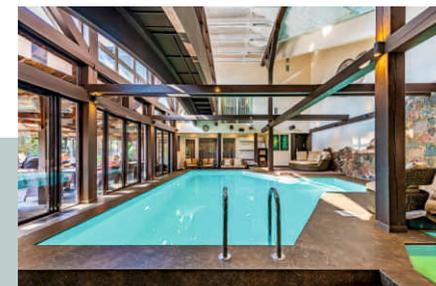
Hotel AMSTERDAM PLAZA *****

Vytauto g. 79, 00134 Palanga
+370 601 10130, info@amsterdamplaza.lt

www.amsterdamplaza.lt
 HotelAmsterdamPlaza
 Amsterdamplazapalanga



Das Hotel „Pušų paunksnėje“ befindet sich in einem ruhigen Ort neben dem Birutė- Park von Palanga und dem Bernsteinmuseum. Der berühmte Basketballspieler Arvydas Sabonis und seine Frau Ingrida laden Sie herzlich ein, in ihrem Hotel zu entspannen.



- SPA-Behandlungen** Gesichtsbildungen / Körpermassage / Körpertherapie / Hand- und Fußpflege / Haarentfernung
- Unterkunft** 21 Zimmer, 58 Betten
- Freizeit** Schwimmbad, Dampfsauna, SPA-Komplex, Restaurant und Bar, Bankettsaal, Konferenzraum, Tiefgarage, Parkplatz
- Verpflegung** Die Speisekarte des Restaurants bietet die Gerichte der europäischen Küche.

Hotel PUŠŲ PAUNKSNĖJE*****

S. Dariaus ir Girėno g. 23, 00131 Palanga
+370 656 86939 (Rezeption), +370 685 10980 (Restaurant)
info@pusupaunksneje.lt

www.pusupaunksneje.lt
 Pusu Paunksneje Hotel

**Grand Baltic
DUNES**
Hotel Palanga



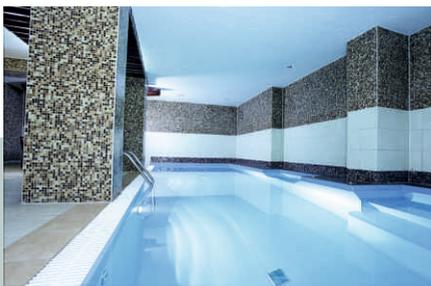
Im „Grand Baltic Dunes“ Hotel gelegenes „Haus der Schönheitstherapie“ lädt die Gäste ein, ihr „Schönheitsgen“ zu aktivieren. Bei den Behandlungen wird Nischenkosmetik (Nischenprodukte) „Gemology“ und „Skeyndor“ verwendet.

- SPA-Behandlungen** Gesichts- und Körperpflege / Massagen und Rituale für Zwei / Schönheitsbehandlungen / Enthaarung / Maniküre / Pediküre
- Unterkunft** 100 Zimmer, bis zu 220 Personen
- Freizeit** Fahrräder, Nordic-Walking-Stöcke und Sonderangebote für verschiedene Unterhaltungen in Palanga
- Verpflegung** „Restoranas 4“ verfügt über eine moderne Weltküche mit Improvisationen von lokalen Produkten.

Hotel GRAND BALTIC DUNES ** PLIUS**
Birutės al. 26, 00135 Palanga
+370 615 22255, hotel@grandbalticdunes.com

www.grandbalticdunes.com
 Grand Baltic Dunes | Hotel Palanga
 grand_baltic_dunes/Palanga

alanga
VIEŠBUTIS | HOTEL *****



Wir kümmern uns um die Wohlbefinden von unseren Gästen, und laden Sie ein, unsere Wellness- und SPA-Angebote zu genießen. Das ist richtige Erholung und Entspannung für Körper, Geist und Seele.

- SPA-Behandlungen** Klassische Massagen / Gesichtsbehandlungen / Körperpflege/ Ganzkörper-Behandlungen (Körperpeelings, Packungen, Unterwassermassage, Perlenbad) SPA Kapsel MEDIQ von der Firma NEOQI / Halotherapie (Salzraum)
- Unterkunft** 47 Zimmer, 102 Betten
- Freizeit** Individueller Besuch der Dampfsauna; Fahrräder, Nordic-Walking-Stöcke
- Verpflegung** Hotelrestaurant, Gerichte der europäischen und traditionellen litauischen Küche.

Hotel ALANGA ****
S. Neries g.14, 00134 Palanga
+370 460 49215, +370 698 53947
info@alanga.lt

www.alanga.lt
 Hotel Alanga alangahotel

Alka

viešbutis • restoranas • spa
hotel • restaurant • spa



Das Hotel „Alka“ befindet sich im schönen und ruhigen südwestlichen Teil des Kurorts Palanga, neben dem Birutė-Park mit dem Grafen-Tiškevičius-Palast, 200 m von der belebten J. Basanavičiaus-Straße und 500 m vom Strand entfernt.

- SPA-Behandlungen** Schönheitsbehandlungen / Gesichtsbehandlungen / Massagen
- Unterkunft** 43 Zimmer, 116 Betten
- Freizeit** Infrarotsauna, Dampfbad, Whirlpool, Cascade Schwimmbad
- Verpflegung** Hotelrestaurant, Europäische Küche. Das Hauptrestaurant bietet Platz für bis zu 60 Personen und der angrenzende Bankettsaal - bis zu 20 Personen.

Hotel ALKA****
J. Simpsono g. 8 / S. Daukanto g. 21, 00135 Palanga
+370 460 41433, info@alka.lt

www.alka.lt
 Hotel Alka-Restaurant

Best Baltic
HOTEL
PALANGA



Das BEST BALTIC Hotel Palanga befindet sich im Zentrum von Palanga, im Herzen des Kurorts, nur wenige Schritte vom größten spielenden Springbrunnen Litauens entfernt. Unser SPA-Center verfügt über einen Whirlpool und zwei Dampfsaunen.

- SPA-Behandlungen** Klassische / entspannende Rücken- oder Ganzkörpermassage / Fußmassage / Gesichtereinigung / Feuchtigkeitscreme und straffende Pflege für Gesicht
- Unterkunft** 43 Zimmer, 82 Betten
- Freizeit** Abholung vom Flughafen, Buchung von Ausflügen, Eintrittskarten für kulturelle Veranstaltungen, Autovermietung
- Verpflegung** Hotelrestaurant, Europäische Küche.

Hotel BEST BALTIC HOTEL****
Gintaro g. 36, 00133 Palanga
+370 460 52441, +370 663 76510, Fax.+370 460 48 250
palanga@bestbaltichotels.eu, hm.p@bestbaltichotels.eu

www.bestbaltichotels.eu
 BEST BALTIC Hotel Palanga



Das Hotel befindet sich an einem der schönsten Orte in Palanga - direkt vor dem malerischen Birutė-Park, nur 10 Minuten zu Fuß vom Meer entfernt. Wir laden unsere Gäste ein, sich in unserem Schwimmbad und in der Sauna-Landschaft zu entspannen.



- SPA-Behandlungen** Mehrere Techniken der Ganzkörpermassagen und Massagen von Körperteilen (klassisch, entspannend, straffend, Anti-Zellulitis-Programme) / Körperpeeling-Behandlungen / Seidenmassage / Bernsteintherapie / Edelsteinmassage (wird mit Edelsteinen, Halbedelsteinen und Kristallen durchgeführt) / Kobido-Massage.
- Unterkunft** 56 Zimmer, 112 Betten
- Freizeit** Kinderspielecke, Leseecke, Veranstaltung der Ausflüge, Fahrradverleih, Nordic-Walking-Stöcke
- Verpflegung** „Gabijs“ Restaurant, Europäische Küche.

Hotel GABIJA****

Vytauto g. 40, 00129 Palanga
+370 460 48251, info@gabijs.lt



www.gabijs.lt



Hotel Gabija



Das neueste und modernste Hotel Resort Hotel Elija – befindet sich in Šventoji direkt am Ostseeküste Hier können Sie professionelle Massagen, Dienstleistungen von Kosmetikern und Schönheitsmeistern genießen.



- SPA-Behandlungen** Massagen (Kerala, Abhyanga usw.) / Körperpeeling / Express-Gesichtsbehandlung / strahlenden Schein spendende, straffende, feuchtigkeitsspendende, reinigende Gesichtspflege
- Unterkunft** 15 Zimmer, 38 Betten
- Freizeit** Billard, stilvolle Restaurantterrasse, Akustikkonzerte der weltweitenrenommierten Künstler, Spielplatz im Freien für Kinder
- Verpflegung** Restaurant im amerikanischen Biker Style „All Aces“.

RESORT HOTEL ELIJA****

Mokyklos g. 62, 00303 Palanga (Šventoji)
+370 669 86000
info@hotelelija.lt, admin@hotelelija.lt



www.hotelelija.lt



Resort HOTEL ELIJA; Bikers Restaurant ALL ACES



Hotel „Palangos vėtra“ befindet sich in einem der schönsten Orte in Palanga - neben dem Birutė-Park und nur wenige Minuten vom Sandstrand entfernt. SPA-Behandlungen im SPA-Haus „Vėtra“ ist ein frischer Windhauch für Körper und Seele.



- SPA-Behandlungen** Gesichts- und Körpertherapien / Massagen / SPA-Rituale / Heilbehandlungen / Japanische Kobido-Massage für Gesicht / kosmetologische Kosmetikbehandlungen mit Verwendung der Kosmetikgeräte und hochwertige Produkte
- Unterkunft** 30 Zimmer, 66 Betten
- Freizeit** Sauna-Landschaft mit Dampfsauna Sauna, Schwimmbad mit Hydromassage und Whirlpool
- Verpflegung** Das Restaurant „Pelikanas“ wird Sie mit einer Kombination von Aromen überraschen.

Hotel PALANGOS VĖTRA****

S. Daukanto g. 35, 00135 Palanga
+370 460 53332
spa@palangosvetra.lt



www.palangosvetra.lt



Palangos Vėtra & Old Mill Hotel & Old Mill Conference



SPA Bereich des Hotels „Kerpė“ *** PLUS hilft Ihnen wieder zu Kräften zu kommen und die längst vergessene Ruhe, die Gemütlichkeit und die innere Harmonie zu spüren.



- SPA-Behandlungen** Verschiedene Gesichts- und Körperbehandlungen / türkisches Dampfbad mit einem Whirlpool
- Unterkunft** 23 Zimmer, 73 Betten
- Freizeit** Konferenz- und Bankettsäle, Gemütliches Restaurant, Wellness-Center, Fahrradverleih (nur für Hotelgäste)
- Verpflegung** Restaurant „Barcode“, Europäische Küche.

Hotel KERPĖ* PLUS**

Vytauto g. 76, 00132 Palanga
+370 460 52379, Fax. +370 460 52349, info@kerpehotel.lt



www.kerpehotel.lt



Kerpė Hotel



Hotel und SPA Bereich sind 200 Meter vom Meer entfernt. Sie werden zu Schwimmbad, drei Arten von verschiedenen Dampfsaunen (finnische Sauna, türkische Sauna, türkisches Dampfbad (Hammam) eingeladen und haben die Möglichkeit, nach dem Bad im Meer zu schwimmen.



- SPA-Behandlungen** Ayurveda-Ganzkörper-, Gesichtsmassagen
- Unterkunft** 25 Zimmer, 70 Betten
- Freizeit** drei Dampfsaunen mit einem Schwimmbad, Fahrradverleih, Tennis- und Basketballplätze, Tennisplatz am Strand, Spielplatz im Freien für Kinder
- Verpflegung** Restaurant auf 50 Sitzplätzen stellt zur Verfügung die Gerichte der italienischen und europäischen Küchen. Menü für die Gäste vegan & vegetarisch.

Hotel MEDŪZA*** PLIUS

Kontininkų g. 9, 00171 Palanga
+370 611 15068, +370 460 56450
Fax. +370 460 48148, info@pkmeduza.lt

 www.pkmeduza.lt
 Hotel "Meduza"  hotelmeduza



Das Hotel „Žuvėdra“ - eines der größten in Palanga, in der Nähe des Birutė-Parks und der Basanavičiaus-Straße, ist nur wenige Gehminuten zur Ostsee entfernt (ca. 50 Meter). SPA „Žuvėdra“ ist eine großartige Gelegenheit dem Alltag zu entfliehen, Energie auffüllen und wieder zu Kräften kommen.



- SPA-Behandlungen** Sauna-Landschaft (Sauna und Dampfbad) mit einem Whirlpool / Massagen / Hydrotherapie / Schönheitssalon
- Unterkunft** 90 Zimmer, 200 Betten
- Freizeit** Kartenreservierung, Transportservice, Auto- und Fahrradverleih, Kinderspielplatz, Billard, Tischtennis, Fitnesscenter, Dachterrasse
- Verpflegung** Restaurant im Hotel „Žuvėdra“, Europäische Küche.

Hotel ŽUVĖDRA***

Meilės alėja 11, 00135 Palanga
+370 655 40083, info@zuvedrahotel.lt

 www.zuvedrahotel.lt
 Palangos žuvėdra Hotel



Die AMBERTON GREEN APARTMENTS befinden sich im Stadtzentrum. Im Hotel- SPA-Zentrum finden Sie einen Schwimmbad, einen Whirlpool, ein türkisches Dampfbad und eine Sauna, einen VIP-SPA Bereich mit einem Innen- und Außenwhirlpool sowie eine Infrarotsauna.



- SPA-Behandlungen** Aromatherapie-Massagen / Gesichtsbildungen / Körperpeelings und Packungen / SPA-Rituale / Handpflege / Fußpflege / Wachs- oder Zuckerenthaarung
- Unterkunft** 59 Zimmer, 120 Betten
- Freizeit** Fahrrad- und E-Roller-Verleih, Sonderangebote auf Unterhaltung in Palanga, eine Möglichkeit die Partnertickets für verschiedene Dienstleistungen und Unterhaltung zu attraktiven Preisen
- Verpflegung** Das Restaurant „Onorė“ ist eines der besten in Litauen.

Hotel AMBERTON GREEN APARTMENTS**

M. Valančiaus g. 1, 00134 Palanga
+370 460 48085, palanga@amberton.lt

 www.ambertonhotels.com/palanga
 Amberton Green Apartments Palanga



Ein modernes, elegantes und komfortables SPA Amber Palace ist das der Ostsee am nächsten gelegene SPA und ein idealer Ort zur Erholung und Belebung von Geist und Körper.



- SPA-Behandlungen** Mehr als 200 SPA-Behandlungen / ECO-Behandlungen / Baltische Bernsteinbehandlungen / Mesotherapie / Luxus-Gesichtsbildungen / SPA für Kinder / Wellness für Schwangere
- Unterkunft** 95 Zimmer
- Freizeit** Tennis im Freien, Basketball, Fahrräder, Schwimmbad und Bäder
- Verpflegung** Menü auf Vorbestellung, Buffet.

SPA AMBER PALACE

Kuršių takas 1, 00317 Palanga
+370 655 24312
spa.amberpalace@energetikas.lt

 www.energetikas.lt
 SPA Amber Palace  SpaAmberPalace



„CUTi CUTi“ ist ein hochmodernes Zentrum, in dem Sie alle Schönheits- und Wellnessdienstleistungen an einem Ort finden. Genießen Sie die Massagen und Körperpeelings, besuchen Sie unser Dampfbad, entspannen Sie sich im traditionellen litauischen Tauchbottich oder im Jacuzzi.



- SPA-Behandlungen** Ganzkörper- und Teilmassagen / SPA-Rituale für Gesicht und Körper / SPA-Rituale für zwei Personen / Hammam-Körperrituale
- Sonstige Dienstleistungen** Frisur / Färben / Haarbehandlungen / Solarium / Haarentfernung / Augenbrauen / Wimpern / Make-up / Maniküre / Pediküre.

Schönheits- und SPA-Zenter CUTi CUTi
Ganyklų g. 8 / Pirties g. 1 / Malūno g. 1, Palanga
+370 686 93 879, spa@cuticuti.lt

www.cuticuti.lt
 CUTiCUTiPalanga cuticutiPalanga



Diese Pension im außergewöhnlichen skandinavischen Design liegt nur 100 m von der Palanga-Brücke entfernt. Das SPA-Center des Gästehauses ist ein Ort, an dem die innere Unruhe verschwindet und die Ruhe herrscht...



- SPA-Behandlungen** Klassische Ganzkörpermassage / klassische Rückenmassage / Schultermassage / Ganzkörperpeeling / Paraffinbad / Gesichtsoval formende Massage
- Unterkunft** 18 Zimmer
- Freizeit** Unterhaltung im Sommer-Park Palanga / Lebensmittelrabatte und viele weitere angenehme Ermäßigungen für unsere Kunden
- Verpflegung** Es gibt viele Restaurants, Cafés und Bars um die Ecke.

Gästehaus MELT IN PALANGA
J. Basanavičiaus g. 43, 00135 Palanga
+370 647 33383, info@melt.lt

www.melt.lt
 Melt in Palanga Melt in Palanga



Die Klinik für Ästhetische- und Allgemeinmedizin in Palanga ist hauptsächlich auf Patienten der ästhetischen Medizin und SPA-Dienstleistungen orientiert. Die Klinik ist mit den neuesten diagnostischen und Kosmetikgeräten ausgestattet.



- SPA-Behandlungen** Massagen / Gesichts- und Körperbehandlungen / Verfügbarkeit von professionellen Kosmetika und Parfums

In der Arztpraxis im Gesundheits- und Schönheitshaus werden Sie von verschiedenen Fachärzten (Kardiologen, Fachärzte für Echoskopie, Neurologen, Allergologen, Dermatologen) beraten, hier arbeiten Ärzte mit manueller Therapie

Unterkunft „Sveikatos ir grožio namai“****, 5 Zimmer, 14 Betten.

SG Klinik in Palanga
Vytauto g. 27, 00135 Palanga
+370 683 61113, palanga@sgklinika

www.sgklinika.lt
 Sveikatos ir grožio namai



Palangos baseinas ist ein multifunktionaler städtischer Raum mit einem Schwimmbad, einem Wellness-Center und öffentlichen Badeanstalt Kundenservice in hoher Qualität wird durch erfahrenes Personal und vorgerückte Lösungen sichergestellt.



Palangos baseinas ist ein modernes Schwimmbad mit einem Wellnessbereich. In einem 25-Meter-Sport-Schwimmbad, das internationalen Standards entspricht, können Besucher aktiv Zeit verbringen. Im Wellnessbereich können Sie sich entspannen, beruhigen und Ihre Kräfte wiederherstellen. Wir bieten Ihnen verschiedene Massagesysteme, hochmoderne Dampfbäder und Salzbäder mit dem Himalaya-Salz. Kleine Besucher können auch ein speziell gestaltetes Schwimmbad genießen.

Palangos baseinas (Palanga Schwimmbad)
Kretingos g. 23, 00132 Palanga
+370 460 43430, info@palangosbaseinas.lt

www.palangosbaseinas.lt
 Palangos baseinas Palangos Baseinas
 Palangos baseinas



SANATORIEN,
REHABILITÄTSSZENTREN



Gradiali
SANATORIJA



Sanatorija „Gradiali“ befindet sich im Kurort Palanga, am Meer, umgeben von Pinienwäldern. Es wird durch innovative, kundenorientierte Lösungen ständig ausgebaut. Eines der neuesten - 570 m Mineralwassergewinnungsbrunnen, der für Behandlungen, Inhalationen, Schwimmbad und zum Trinken verwendet wird. Im **SPA-Bereich** gibt es zwei Schwimmbäder, 4 Dampfsaunen, 2 Whirlpools, Ruhebereich, separater Badebereich für Kinder. Das Schwimmbad verwendet Mineralwasser aus dem Wassergewinnungsbrunnen Gradiali „Žvorūnė“. Dank des fortschrittlichen chlorfreien Filtersystems gibt es im Schwimmbad keinen Chlorgeruch.

- Indikationen** Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates / Behandlung von Erkrankungen des Hormonsystems, des Nervensystems, der Atemwege, des Kreislaufsystems, des Verdauungssystems / Gynäkologie
- Behandlung, Prozeduren** Physiotherapie, Kinesitherapie, Ergotherapie / Therapeutische Massage / Schlamm- und Paraffintherapie / Hydrotherapie, Halotherapie, Kältetherapie / Entspannungs- und Reflextherapie / Mineralwasserbehandlungen
- SPA-Behandlungen** Ästhetische Schönheits-, Körpermodellierungs-, Gesichtsverjüngungsbehandlungen/ Bernsteintherapie / Massage / Phytomer SPA-Behandlungen / Aqua & Floating –Therapie
- Unterkunft** 162 Zimmer, 316 Betten
- Freizeit** Kinderspielzimmer und Spielplatz, Kinderbetreuung, Volleyballplatz, Hängemattenbereich. Fahrradverleih, kostenlose Live-Musikabende im Restaurant
- Verpflegung** „Pineta“ Restaurant bietet die Gerichte der Mittelmeerküche.

Sanatorium GRADIALI****
Vanagupės g. 15, 00171 Palanga
+370 460 31888, info@gradiali.com



www.gradiali.lt



Sanatorija Gradiali



Sanatorija Gradiali



Sanatorija Gradiali

Palangos
LINAS
REABILITACIJOS CENTRAS –VIEŠBUTIS



Eines der modernsten Rehabilitationszentren des Landes „Palangos linas“ liegt im Schutz eines Kiefernwaldes an der Nordseite von Palanga auf dem Weg nach Šventoji. Es ist eine spezialisierte medizinische Einrichtung mit mehreren Profilen, die Rehabilitations- und Erholungsdienstleistungen für Einwohner Litauens und Gäste aus anderen Ländern anbietet. Wir bieten auch kommerzielle Behandlungen im Sanatorium an - zu prophylaktischen Zwecken, zur Verbesserung der Gesundheit oder für bereits kranke Patienten.

- Indikationen** Stationäre und ambulante Rehabilitation von Erwachsenen / Erkrankungen des Nervensystems / Erkrankungen des Bewegungsapparates / Erkrankungen des Kreislauf- und Atmungssystems / Gynäkologische und urologische Erkrankungen
- Behandlung, Prozeduren** Massage / Hydrotherapie, Physiotherapie, Kryotherapie / Paraffin- und Schlammtherapie / Logotherapie, Psychotherapie / Kinesitherapie / Ergotherapie / Inhalationen / Wirbelsäulenschmerzbehandlung IDD-Therapie
- Unterkunft** 104 Zimmer, 237 Betten
- Freizeit** Schwimmbad, Sauna, Dampfsauna, Fahrradverleih, Internet, Wi-Fi, Nordic-Walking-Stöcke
- Verpflegung** Bar-Café.

Hotel* – Rehabilitationszentrum PALANGOS LINAS**
Vytauto g. 155, 00169 Palanga
+370 460 56204, Fax. +370 460 52950
rezervacija@palangoslinas.com



www.palangoslinas.com



Das Gesundheitszentrum „Energetikas“ ist ein ganzjährig geöffnetes Heilzentrum mit langer Tradition, das 1986 seine Tätigkeit aufnahm. Seit seiner Gründung, wurden hier die Besucher des Gesundheitszentrums geheilt, sich ausgeruht und Wellness-Behandlungen genossen. Die Besucher werden von hoch qualifizierten Ärzten konsultiert, die, abhängig von ihrem Gesundheitszustand, über Behandlungsverfahren und deren Dauer entscheiden. Das Amber Palace SPA befindet sich in einem separaten Komplex und ist das der Ostsee am nächsten gelegene SPA, das für Ihre Körper- und Geistesfrische sorgt.

- Indikationen** Erkrankungen des Nervensystems / Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates / Herzerkrankungen/ Kreislauferkrankungen / Gynäkologie / Einwirkung der Ionisierungsstrahlung / Erkrankungen der Atemwege, der Nieren, der Endokrinologie, des Verdauungssystems / Erkrankungen des Ohres, der Nase und des Rachens
- Behandlung, Prozeduren** Kinesitherapie, Ergotherapie, Hydrotherapie / Physiotherapie / Ploidtherapie / Inhalationen / Phytotherapie / Musik- und Aromatherapie / Soziale Rehabilitation / Massage / Halotherapie / Psychologenberatung, Sprachtherapie / Arztberatung / zuträgliche Nahrung
- Unterkunft** 250 Zimmer, 750 Betten
- Freizeit** Tischtennis, Billard, Nordic-Walking-Stöcke, Fahrräder, Bibliothek, Damspiel, Schach, Live-Musikabende, Seminare, Vorträge
- Verpflegung** 3-mal Buffet. Ein spezielles Menü, eine postoperative Diät wird nach Bedarf zubereitet.

Gesundheitszentrum ENERGETIKAS
Kuršių takas 1, 00317 Palanga (Šventoji)
+370 460 45505, energetikas@energetikas.lt

www.energetikas.lt
 Sveikatos centras Energetikas



„Palangos gintaras“ ist ein bekanntes Rehabilitations-Sanatorium für Kinder, das erfolgreich therapeutische Behandlung durchführt, dass die modernste medizinische Ausstattung und ein Team von mehr als 200 Mitarbeitern hat. Im Sanatorium arbeiten Ärzte für physikalische Medizin und Rehabilitation, Kinderärzte, Arzt für Gastroenterologie, Kinderpsychiater, Reflextherapeut, Physiotherapeut, Ergotherapeut, Sozialarbeiter, Sprachtherapeut-Logopäde, Psychologen, Kinderpflegerinnen und andere Belegschaft. Jedes Jahr werden bei uns über 5000 kleine Patienten behandelt.

- Indikationen** Atemwegserkrankungen / Erkrankungen des Nervensystems / Geistes- und Verhaltensstörungen / Dienstleistungen in der Kinesitherapie und Ergotherapie für Kinder / Hals-Nasen-Ohren-Erkrankungen / Verdauungskrankheiten
- Behandlung, Prozeduren** Atemwegserkrankungen / Bewegungsstörungen / Erkrankungen des Nervensystems / Geistes- und Verhaltensstörungen / Physiotherapie und Ergotherapie für Kinder / Massage, virtuelle Physiotherapie, Mechanotherapie, Inhalationen, Wasser und andere Prozeduren
- Unterkunft** Die Patienten wohnen traditionell in Doppelzimmern
- Freizeit** Das Sanatorium verfügt über ein Gymnasium für Kinder von der 1. bis 12. Klasse. Fachkräfte mit langjähriger Erfahrung kümmern sich um die Freizeitgestaltung der Kinder. Es gibt verschiedene Veranstaltungen und Hobby-Gruppen für die Jugendliche
- Verpflegung** Professionelle Diätverpflegung.

**ÖFFENTLICHE EINRICHTUNG PALANGA
REHABILITATIONS-SANATORIUM FÜR KINDER
PALANGOS GINTARAS**
Vytauto g. 30, 00135 Palanga
+370 460 41230, registracija@palangosgintaras.lt

www.palangosgintaras.lt

Vaikų reabilitacijos sanatorija „Palangos gintaras“



VŠĮ
PALANGOS
REABILITACIJOS
LIGONINĖ



Das von Natur umgebene Rehabilitationskrankenhaus Palanga liegt abseits der Hektik der Stadt an der Ostseeküste. Das Rauschen der Kiefern durch die Fenster, das Rauschen der Ostseewellen, das man hört und sieht, und die wunderschönen Sonnenuntergänge beruhigen jeden, der Ruhe sucht, um wieder zu Kräften zu kommen. Das Rehabilitationskrankenhaus Palanga ist stolz darauf, seit mehreren Jahren erfolgreich Behandlungen oder Wellness-Prozeduren Ihnen anbieten zu können. Die Qualität und Effizienz unserer Dienstleistungen werden durch ein professionelles Team von Fachkräften, durch die modernste Technologien und Behandlungsmethoden garantiert.

- Indikationen** Wirbelsäulenschmerzen / Bandscheibenvorfällen / Gelenkprobleme / körperliche Müdigkeit. Von den Patienten an leichten Verletzungen von Bändern und Gelenken, Gelenkprothesen bis zu schweren Kopf- und Wirbelsäulenverletzungen hin
- Behandlung, Prozeduren** Übungen im Schwimmbecken, Hydromassage, therapeutische Bäder / Halotherapie / Diät-Therapie / Physiotherapie in der Halle, im Wasser, Mechanotherapie, mit Verwendung des Infrarotlichts) / Wärme- / Kälteanwendungen / Reflextherapie / Lichtwellentherapie / Stoßwellentherapie und vieles andere
- Unterkunft** 130 Zimmer. Die Patienten werden in den Krankenzimmern wohnen, die an ihre Krankheit oder ihr Trauma angepasst sind.
- Verpflegung** 3-mal Buffet.

PALANGOS REABILITACIJOS LIGONINĖ
(Rehabilitationskrankenhaus)
Vytauto g. 153, 00163 Palanga
+370 460 41367, +370 460 41300, palanga@pr.lt



www.prl.lt



Palangos Reabilitacijos Ligoninė



POILSIO IR REABILITACIJOS CENTRAS



Das ganze Jahr geöffnete Erholungs- und Rehabilitationszentrum des Innenministeriums der Republik Litauen „Pušynas“ befindet sich in einem wunderschönen Naturschutzgebiet, nur wenige hundert Meter von der Ostseeküste entfernt. Hier arbeiten die Ärzte der höchsten Kategorie, die zu Untersuchung, Diagnose und Behandlung beraten. Es gibt individuelle Programme zur Gewichtsreduktion, Herz-Kreislauf-Verbesserung oder zur Prävention von Ischämie.

- Indikationen** Erkrankungen des Bewegungsapparates / Gynäkologische Erkrankungen, endokrine Erkrankungen, Nierenerkrankungen / Kreislauferkrankungen / Augenkrankheiten
- Behandlung, Prozeduren** Hydromassage, Pneumopyeloureterographie, Lymphdrainage-Massage / Vertikale Wirbelsäulen-Dehnung im Schwimmbad / Perlenbäder / Zweikammer-Fußbäder / Charcot Dusche und Zirkulationsdusche / Physiotherapeutische Prozeduren mit Magnetfeld, Laser, Ultraschall / Elektrostimulation, Interferenz, Darsonval Hochfrequenz Therapie, Quanten-, Licht-, Kältetherapie / Naturschlamm- und Paraffinanwendung / Sauerstofftherapie, Inhalationen / Physiotherapie / Psychotherapie mit Musiktherapie.
- Unterkunft** 75 Zimmer, 152 Betten
- Freizeit** Tennis im Freien
- Verpflegung** Café-Bar mit 150 Plätzen.

VŠĮ LR VRM POILSIO IR REABILITACIJOS CENTRAS „PUŠYNAS“
(Erholungs- und Rehabilitationszentrum Pušynas)

Žvejų g. 1, 00137 Palanga
+370 460 41374, Fax. +370 460 41377
registratura@palangapusynas.lt



www.palangapusynas.lt



Poilsio ir reabilitacijos centras Pušynas



PALANGA CLINIC OF THE
INSTITUTE OF NEUROSCIENCES



Die Klinik befindet sich im Zentrum von Palanga, in der Nähe des Parks Birutė-Palanga und der Ostsee. Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Angstzuständen und stressbedingten Störungen können ihre Gesundheit untersuchen lassen, werden ambulant oder rehabilitiert und stationär behandelt. Die Klinik von Palanga ist die pädagogische Einrichtung und Forschungsbasis von LUGS: hier werden die neuesten medizinischen Methoden der neuesten medikamentösen Behandlung und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Angstzuständen, Gemütszuständen, Methoden der Psychotherapie, Rehabilitation, Prävention dieser Störungen ständig implementiert.

- Indikationen** Stationäre und ambulante Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen / Ambulante Beratung und Behandlung von Angst-, Stimmungs-, Schlaf- oder länger andauernden Belastungsstörungen in einer Tagesklinik / Ambulante ärztlich-fachärztliche Konsultationen, ärztlich-psychologische Konsultationen und psychologische Diagnostik
- Behandlung, Prozeduren** Diagnose des Herz-Kreislauf-Systems / Diagnostik der mentalen Einstellung / Physikalische, psychosoziale Rehabilitation / Medikamententherapie / Psychotherapeutische Behandlung / Diagnose von Schlafstörungen / Physiotherapie, therapeutische Massage, physiotherapeutische Prozeduren/ Psychologie- und Entspannungskurse für Patienten und ihre Familienmitglieder.
- Unterkunft** 72 Betten
- Freizeit** Internet, Snack- und Getränkeautomat, Parkplatz, Kapelle
- Verpflegung** Diätverpflegung (3-mal täglich), frische Lebensmittel, die in der Küche der Klinik zubereitet werden.

Palanga-Klinik des Instituts für Neurowissenschaften der Litauischen Universität für Gesundheitswissenschaften (LUGS)

Vydūno al. 4 / Šliūpo g. 7, 00135 Palanga
+370 460 30033, +370 460 30027, +370 618 41860
Fax. +370 460 30014, palangos.klinika@ismuni.lt

palangos.klinika@ismuni.lt

LSMU Neuromokslų Instituto
Palangos Klinikos

**NATŪRALIOS MEDICINOS CENTRAS
„MEDOCHEDA“
(Zentrum für Naturmedizin)**

Behandlungen und Behandlungen:

physikalische Medizin und Rehabilitation, manuelle Mikroskelett-Therapie, Akupunktur, therapeutische Massage, Physiotherapie, Beratung zur Harmonisierung der Wirbelsäulenhigiene, Körperhaltung und Bewegungskorrektur einzelner Selbstheilungsmechanismen, Konsultation eines Homöopathen.



S. Daukanto g. 6 / Mickevičiaus g. 2, 00135 Palanga
+370 460 49012 +370 460 54198
firmaserpens@gmail.com, firmamedocheda@gmail.com, vilazvaigzde@gmail.com

www.vilazvaigzde.lt

**PALANGOS SVEIKATINGUMO CENTRAS
(Gesundheitszentrum Palanga)**

Vorträge über gesunde Ernährung, Selbstharmonisierungspraktiken, körperliche Aktivität. Morgengymnastik, ein meditativer Lauf am Morgen, gekrönt von einem Bad in der Ostsee, bei jedem Wetter. Die Teilnehmer genießen eine ausgewogene vegetarische Ernährung, Yoga, Nordic-Walking, Schwimmbad und Dampfsaunen. Die Kurse werden in unserem Gesundheitszentrum in Palanga nach dem veröffentlichten Zeitplan organisiert: www.psvcentras.lt.



S. Daukanto g. 10, 00135 Palanga
+370 686 11662, info@psvcentras.lt

www.psvcentras.lt

**LIETUVOS PARAPLEGIKŲ ASOCIACIJOS
„LANDŠAFTO TERAPIJOS IR REKREACIJOS
CENTRAS“
(„Zentrum für Landschaftstherapie und Erholung“ des Litauischen Paraplegiker-Verband)**

Für Personen mit eingeschränkter Beweglichkeit
Das Zentrum befindet sich in der Nähe von Šventoji in Mončiškės. Die Infrastruktur ist für die körperlich behinderten Personen eingerichtet, angepasst für Menschen im Rollstuhl. Durch die Dünen führt ein behindertengerechter Weg, der den Zugang zum Meer ermöglicht.



Ošupio takas 6a, Mončiškės, Palanga
+370 687 34194, moncisikes@lpa.lt

www.lpa.lt



DAS TOURISMUSINFORMATIONSZENTRUM VON PALANGA IST EIN ORT, AN DEM EINWOHNER UND GÄSTE DER STADT IMMER HERZLICH WILLKOMMEN SIND

- Kostenlose Informationen über Tourismusinfrastruktur, Sehenswürdigkeiten in Palanga, Festivals, Ausstellungen, Konzerte;
- Hilfe bei der Buchung von Unterkünften, Begleitung der Touristengruppen und Einzelpersonen;
- Organisation der Reisen für Gruppen und individuelle Touristen in Palanga und Litauen, Lettland;
Vermittlung von Bussen und Autos;
Sprach- und Reisebegleitung (Litauisch, Russisch, Englisch, Deutsch usw.)
- Es gibt Informationsveröffentlichungen über touristische Dienstleistungen in der Stadt und Region Palanga heraus;
Postkarten, Souvenirs;
Veranstaltungstickets über verschiedene Ticketverkaufssysteme.

AUSFLÜGE

Das Tourismusinformationszentrum von Palanga lädt Sie zu einzigartigen Ausflügen ein! Gute Laune, unvergessliche Eindrücke garantiert!

Während der warmen Jahreszeit können Sie jeden Tag verschiedene Ausflüge anbieten - Palanga, Kretinga, Klaipėda, Neringa, das Memeldelta, Telšiai, Šiauliai, Liepāja. Während der Nebensaison können Sie Charterfahrten auf Ihrer bevorzugten Route arrangieren.

Wenn Sie sowohl mit einer Gruppe als auch als eine Einzelperson reisen, werden wir versuchen, alle Ihre Erwartungen zu erfüllen!

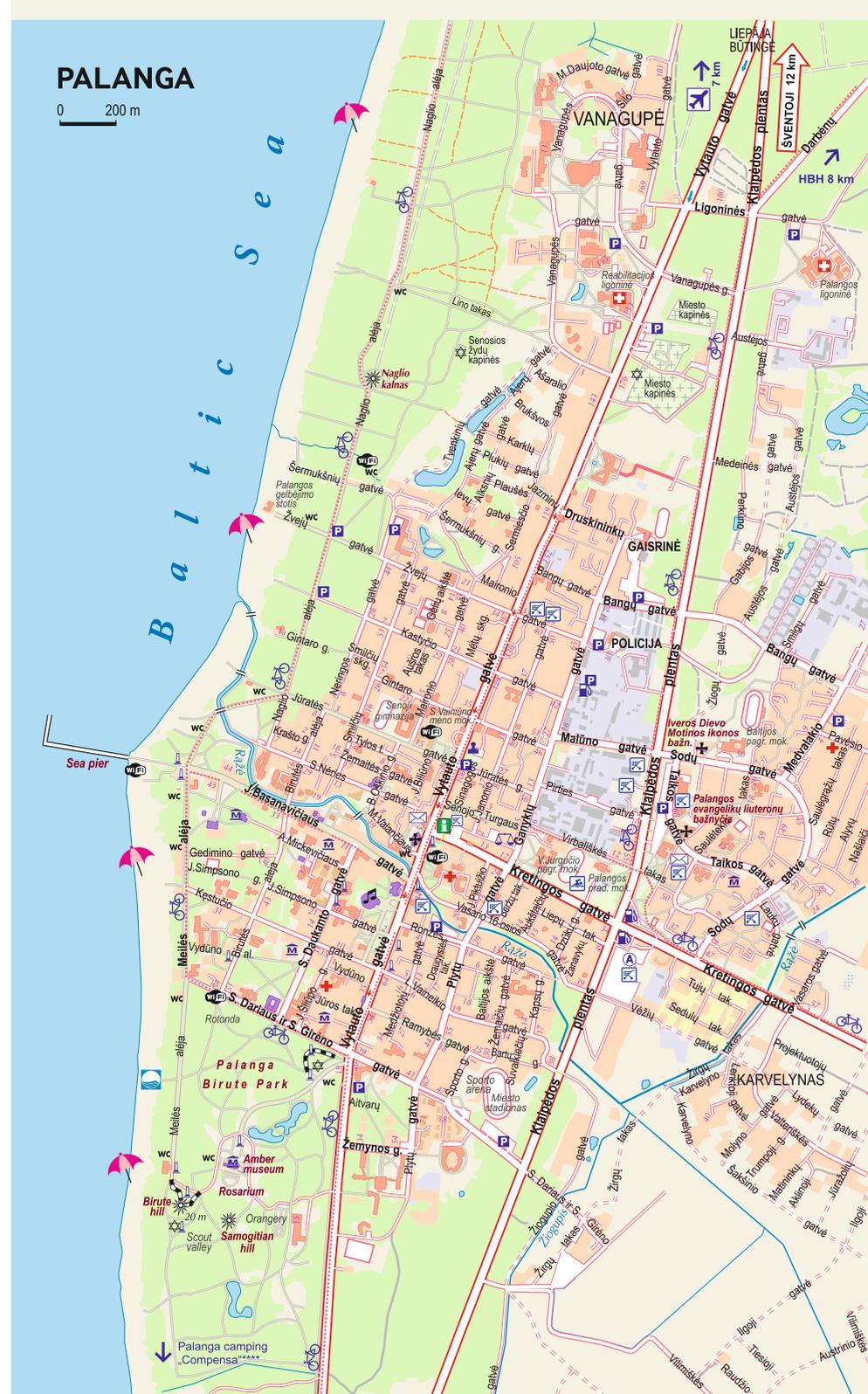
ALLE INFORMATIONEN



Tourismusinformationszentrum von Palanga
Vytauto g. 94, +370 460 48811, info@palangatic.lt

www.palangatic.lt

[f](#) Visit Palanga [@](#) visitpalanga



**Herausgeber:**

Tourismusinformationszentrum von Palanga
Vytauto g. 94, LT-00132 Palanga, Litauen
+370 460 48811
info@palangatic.lt
www@palangatic.lt

Übersetzungen:

MB Mėmelio vertimai
+370 644 23023
Taikos pr. 82, Klaipėda, Litauen
info@memeliovertimai.lt
www.memeliovertimai.lt

Designer:

Gitana Dainiūtė

Bilder:

Tourismusinformationszentrum von Palanga
Aldas Kazlauskas / F360.LT

Gedruckt von:

S. Jokužio leidykla-spaustuė (Verlag – Druckerei)
Nemuno g. 139, LT-93262 Klaipėda, Litauen
+370 46 300 200
info@spaustuė.lt



Visit Palanga



visitpalanga

www.palangatic.lt