

PIJALNIA WÓD MINERALNYCH I MAZURSKIE TĘŻNIE SOLANKOWE

Grota Solna

Grota Solna łączy w sobie walory zdrowotne z relaksacyjnymi, gdzie z dala od morza można korzystać z dobrodziejstwa morskiego klimatu. Czyste, zjonizowane dzięki soli powietrze odpręża i wspomaga leczenie wielu chorób. W grocie solnej wdychamy pożyteczne mikroelementy, między innymi jod, selen, magnez, potas, żelazo, sód, brom oraz miedź. Wpływają one na tarczycę, poprawiają odporność organizmu, mają kojące działanie na układ nerwowy oraz kontrolują i regulują pracę układu krwionośnego. Przebywanie w takiej jaskini to połączenie przyjemnego z pożytecznym.

Mazurskie Tężnie Solankowe

Czwarte w Polsce pod względem wielkości tężnie solankowe mierzą 8 metrów wysokości i 220 metrów długości. Po ścianach wypełnionych gałęziami tarniny sphyra solanka wydobywana z głębokości 646,0 metrów, która pod wpływem słońca i wiatru ulega odparowaniu i rozpyleniu. Dzięki temu w powietrzu unosi się specyficzny aerozol, który pozwala leczyć schorzenia górnych dróg oddechowych, nadciśnienie tętnicze, alergie i stany ogólnego wyczerpania organizmu. Na szczycie tężni solankowych znajduje się taras widokowy, z którego można podziwiać panoramę dzielnicy uzdrowskiej. Wokół tężni panuje mikroklimat o dużej zawartości jodu, bromu, magnezu, wapnia, potasu, sodu i fluoru. Pobyt w pobliżu tężni zalecany jest zarówno osobom chorym jak i zdrowym, ponieważ wdychanie powietrza przesyconego minerałami wzmacnia odporność i zabezpiecza przed chorobami.

Lecznicza woda mineralna – 0,6 % chlorkowo-sodowa

Woda jest czerpana z utworów jury dolnej z głębokości 646,0 metrów odwiertem Gołdap Zdrój 1 wykonanym w 2010 roku w miejscowości Gołdap. Spożywając tę wodę pobudzamy czynność wydzielniczą w różnych odcinkach przewodu pokarmowego tj. żołądka, wątrobie i trzustce. Wpływając tym samym na procesy przemiany materii.

Suma rozpuszczonych składników stałych – **5970,97 mg/dm³**

Główne składniki mineralne:

Kationy mg/dm³

Sód Na+	1760,00
Wapń Ca+	244,50
Magnez Mg+	119,10
Potas K+	54,25
Żelazo Fe ²⁺	1,55

Aniony mg/dm³

Chlorki Cl-	3190,50
Wodorowęglany HCO ₃ -	440,30
Siarczany SO ₄ ²⁻	126,75
Bromki Br-	5,20
Fluorki F-	2,02
Jodki J-	0,32

Woda mineralna

Woda jest czerpana z utworów kredy górnej z głębokości 426,0 metrów odwiertem Gołdap Zdrój 2 wykonanym w 2010 roku w miejscowości Gołdap.

Woda ta zalecana jest osobom dorosłym, aktywnym fizycznie jako uzupełnienie niedoboru elektrolitów w całodzienniej diecie.

Suma rozpuszczonych składników stałych – **1226,58 mg/dm³**

Główne składniki mineralne:

Kationy mg/dm³

Sód Na+	316,67
Wapń Ca+	20,04
Potas K+	10,42
Magnez Mg ²⁺	9,11
Żelazo Fe ²⁺	0,60

Aniony mg/dm³

Wodorowęglany HCO ₃ -	504,70
Chlorki Cl-	315,50
Siarczany SO ₄ ²⁻	16,25
Fluorki F-	3,36
Bromki Br-	3,20
Jodki J-	0,25

**GOŁDAP**
Pijalnia Wód Mineralnych
Mazurskie Tężnie Solankowe
Mineral Water Pump Rooms
Masurian Saline Graduation Towers

MINERAL WATER PUMP ROOM AND MASURIAN SALINE GRADUATION TOWERS

Salt Cave

The Salt Cave combines health and relaxation properties where far from the sea you can enjoy the benefits of a maritime climate. Clean air, ionised by salt, relaxes and supports treatment of many diseases. In a salt cave we inhale beneficial microelements, among other iodine, selenium, magnesium, potassium, iron, sodium, bromine and copper. They affect thyroid, improve body immunity, soothe the nervous system as well as control and regulate function of the circulatory system. Spending time in such a cave allows to combine health benefits with pleasure.

Masurian Saline Graduation Towers

The saline graduation towers are the fourth ones in Poland in terms of size, having the height of 8 metres and the length of 220 metres. Saline, dripping down walls filled with blackthorn branches, is drawn from a depth of 646.0 metres and under the influence of sun and water it is evaporated and sprayed. In the consequence, the air contains a special aerosol which allows to treat diseases of upper respiratory tract, arterial hypertension, allergies and states of general body exhaustion. On the top of the saline graduation towers there is a viewing terrace from which you can admire the panorama of the spa district. Around the graduation towers there is a microclimate with the high concentration of iodine, bromine, magnesium, calcium, potassium, sodium and fluorine. Spending time near the graduation towers is recommended to both sick and healthy people as inhaling the air saturated with minerals improves immunity and protects against diseases.

Therapeutic mineral water – 0.6 % chloride-sodium

The water is drawn from the Early Jurassic deposits from the depth of 646.0 metres through Gołdap Zdrój 1 well made in 2010 in the town of Gołdap. By drinking this water, we stimulate secretory activity in various sections of the digestive tract, i.e. stomach, liver and pancreas, thus affecting metabolism processes.

Sum of dissolved solids – **5970.97 mg/dm³**

Main minerals:

Cations mg/dm³

Sodium Na ⁺	1760.00
Calcium Ca ⁺	244.50
Magnesium Mg ⁺	119.10
Potassium K ⁺	54.25
Iron Fe ²⁺	1.55

Anions mg/dm³

Chlorides Cl ⁻	3190.50
Bicarbonates HCO ₃ ⁻	440.30
Sulphates SO ₄ ²⁻	126.75
Bromides Br ⁻	5.20
Fluorides F ⁻	2.02
Iodides J ⁻	0.32

Mineral water

The water is drawn from the Upper Cretaceous deposits from the depth of 426.0 metres through Gołdap Zdrój 2 well made in 2010 in the town of Gołdap.

The water is recommended to adults who are physically active to make up for deficiency of electrolytes in daily diet.

Sum of dissolved solids – **1226.58 mg/dm³**

Main minerals:

Cations mg/dm³

Sodium Na ⁺	316.67
Calcium Ca ⁺	20.04
Potassium K ⁺	10.42
Magnesium Mg ²⁺	9.11
Iron Fe ²⁺	0.60

Anions mg/dm³

Bicarbonates HCO ₃ ⁻	504.70
Chlorides Cl ⁻	315.50
Sulphates SO ₄ ²⁻	16.25
Fluorides F ⁻	3.36
Bromides Br ⁻	3.20
Iodides J ⁻	0.25