

Therme Meran

Presseinformationen

Kontakt

Therme Meran
Dr. Adelheid Stifter
Themenplatz 9
I-39012 Meran
Tel +39 0473 252 000
Fax +39 0473 252 022
info@thermemeran.it
www.thermemeran.it

Therme Meran – moderne Naturoase im Herzen der Kurstadt	3
Die Geschichte der Therme Meran	7
Die Kraft der Südtiroler Natur	9
Fact Sheet Therme Meran	11

Therme Meran – moderne Naturoase im Herzen der Kurstadt

Im Zentrum von Meran erwartet Gäste ein besonderer Ort des Wohlbefindens und der Entspannung. Die Therme Meran knüpft an die Geschichte der Kurstadt an und vereint tradiertes Wissen über die Kraft der Natur mit modernen medizinischen Erkenntnissen.

Gleich am Ufer der Passer vis-à-vis vom Stadtzentrum und Kurhaus hat die Therme Meran ihren Platz gefunden. Schon von Weitem erkennt man den Glaskubus, der sich harmonisch in das Stadtbild einfügt. Im Innern erwartet Gäste eine abwechslungsreiche Welt aus Pools und Schwimmbecken, Saunen und Ruheräumen, der MySpa Bereich mit Anwendungen auf Basis von Südtiroler Naturprodukten und das wissenschaftlich fundierte Angebot des Inhalationsbereichs. Der großzügige Thermenpark lädt im Sommer zum Verweilen in der Natur ein, während der Thermenplatz ganzjährig mit Kultur- und Veranstaltungshighlights aufwartet. Das Fitnesszentrum der Therme Meran ist ein Kompetenzzentrum für Bewegung, Prävention und Sport, dessen kompetentes Trainerteam beim Muskelaufbau, der Gewichtsreduktion oder der allgemeinen Verbesserung von Fitness und Gesundheit beratend zur Seite steht.

Die Geschichte von Meran als Kurstadt reicht bis in das 19. Jahrhundert zurück. Zunächst als Luftkurort und später als Thermalkurort zog die kleine Stadt europäischen Adel, Politiker, Schriftsteller und Künstler und sogar Kaiserin Sissi nach Südtirol. Die Therme Meran knüpft an diese Tradition an und lädt dazu ein, die Kraft der Südtiroler Natur auf Körper und Seele wirken zu lassen. Im Zentrum des Thermenbetriebs steht die für die Region typische Mischung aus traditionsreichen alpinen und modernen mediterranen Einflüssen. Sie spiegeln sich sowohl in Architektur und Ambiente also auch in den Spa-Angeboten der Therme Meran wider.

Der 2005 eröffnete Glaskubus des Südtiroler Designers und Architekten Matteo Thun ist das Herzstück der Therme. Der 48 × 48 m² große Würfel erlaubt einen freien Blick auf die umliegenden Berggipfel und lässt Besucher als Teil der Südtiroler Natur und Geographie fühlen. Das Innendesign von Matteo Thun folgt dessen Gespür für Materialien, Farbensprache und Sinn für Symbole. Zentrales Thema bei der Gestaltung war das Element Wasser: Hölzer und Stein ließ Thun so behandeln, als hätte Wasser über Jahrhunderte hinweg die Oberflächen geprägt.

2018/19 erfährt die Therme Meran eine umgehende Erweiterung der Ruheräume und des Saunabereiches. Die Entwürfe von Precoma Renato Architectures Interiors setzen das gestalterische Konzept der Therme Meran von Südtiroler Designer und Architekt Matteo Thun von 2005 fort. Für die Durchführung des Umbaus zeichnet nEmoGruppo verantwortlich.

Das Erlebnis Therme, das Erlebnis Wasser

Die Therme Meran bietet mit ihren 25 Becken ein abwechslungsreiches Angebot zur Entspannung und fürs Wohlbefinden. Zu den 15 Pools im Innern der Therme Meran gehören das Thermalwasserbecken (33 °C) mit einer leichten Radonkonzentration, das mit Meersalz versetzte Solebecken (35 °C) sowie das 240 m² große Hauptbecken (34 °C). Zehn weitere Pools in der grünen Landschaft des Thermenparks stehen den Gästen in den Sommermonaten zur Verfügung.

Das Thermalwasser der Therme Meran entspringt einer Quelle am nahegelegenen Vigiljoch. Seit 1966 wird das Wasser auf einer Höhe von ca. 1.500 Metern über dem Meeresspiegel gefördert und in die Meraner Innenstadt geleitet. Die Umgebung am Vigiljoch ist geprägt von Granitstein, der das Regenwasser tief im Berginneren mit Radon, Fluor und seltenen Metallen anreichert. Seine heilkräftige Wirkung verdankt das Thermalwasser vor allem der Radon- und Fluorkonzentration sowie seinem Mineralsalzgehalt und seiner Ionisierung. Durch seine besondere Zusammensetzung eignet es sich ganz besonders zur Behandlung chronischer Atemwegs- und rheumatischer Gelenkserkrankungen.

Die lindernde Wirkung des Thermalwassers auf allergische Rhinitis, wie z. B. Heuschnupfen, wurde 2017 wissenschaftlich bestätigt. Der Inhalationsbereich der Therme Meran bietet drei Arten von Inhalationen: Inhalationen mittels Dampfstrahl, Aerosol-Behandlungen und mikronisierte Nasenduschen. Auch speziell bei rheumatischen Gelenkserkrankungen und osteoartikulären Pathologien zeigt das Thermalwasser seine beruhigende, schmerzlindernde und entkrampfende Wirkung auf das zentrale und periphere Nervensystem. Es sorgt für die Entspannung der Muskulatur, die Erweiterung der Blutgefäße und fördert die Blutdrucksenkung.

Der Thermenpark

Der Thermenpark Meran gehört zu den großzügigsten privaten Parkanlagen Europas. Auf einer Fläche von 52.000 m² haben die Gärtner von den Gärten von Schloss Trauttmansdorff eine Pflanzenwelt geschaffen, die auf den einzigartigen Meraner Bedingungen beruht. Die Mischung aus alpinem und mediterranem Klima in Meran ermöglicht die Anpflanzung von Gewächsen, die sonst nur in wärmeren Klimazonen gedeihen, wie das z. B. bei Steineichen, chinesischen Hanfpalmen, Tulpenbäumen, japanischen Schnurbäumen, Granatäpfeln und Gardaseezypressen der Fall ist. Unter anderem wachsen und gedeihen hier 5.900 Sträucher, 300 verschiedene Bäume, 478 Rosen unterschiedlicher Gattungen und 500 Seerosen. Spazierwege und Parkbänke laden zum Verweilen und Entspannen im Schatten alter Bäume ein.

Auch im Thermenpark dominiert das Thema Wasser: Besucher erwartet im Freigelände ein Thermenparcours mit einem Quell- und Strömungsbecken, Warm- und Kaltbecken sowie eine Dampfgrotte und ein unterirdisches Dampfbad. Ein großes Sportschwimmbecken scheint in den Seerosenteich überzugehen. Der Kneipp-Parcours bietet Anwendungen wie Wassertreten, ein kaltes Armbad, Körpergüsse und ein Barfußpfad, auf dem ausgewählte natürliche Materialien die Fußsohlen stimulieren.

Eine kleine Überraschung für Groß und Klein wartet ebenfalls im Thermenpark: In der Auffangstation für ausgesetzte Schildkröten verbringen ca. 30 Tiere im artgerechten Teich den Sommer. Neugierige erfahren auf dem informativen Schildkröten-Parcours mehr über die besonderen Bewohner des Thermenparks.

Der Park ist vom 15. Mai bis 15. September geöffnet.

Wohlbefinden für Körper und Seele

Neben den Innen- und Außenpools und dem Thermenpark lädt der 2.200 m² textilfreie Saunabereich der Therme Meran zu ganzheitlicher Entspannung und Einkehr ein. Fünf Saunen sowie ein Schneeraum, mehrere Kaltwasserbecken und Whirlpools, der neue Roof Whirlpool mit Panoramaterrasse und großzügige Ruheräume im Innen- und Außenbereich geben Raum, die Seele baumeln zu lassen.

Ein Besuch in einem Dampfbad bereitet ideal auf einen Besuch in der finnischen Außensauna vor. Im Dampfbad Trauttmansdorff sorgen Aufgüsse mit der mediterranen Kräutermischung aus Melisse, Pfefferminze, Rosmarin, Thymian, Lavendel und Ysop für Entspannung. Die ätherischen Öle von Latschenkiefer, Arve, Tanne und Wacholder finden sich in der alpinen Kräutermischung, die besonders in der kalten Jahreszeit positiv auf die Atemwege wirkt. Die Kräutermischungen werden oberhalb der Gärten von Schloss Trauttmansdorff ökologisch angebaut, schonend getrocknet und aufbereitet. Das neue Dampfbad Passerstein entführt den Geist des Saunagängers mit einem Film in das Reich der Passer, während bei sanften Temperaturen zwischen 42 °C und 45 °C und einer Luftfeuchtigkeit von 100 % die Haut gereinigt und der Stoffwechsel ankurbelt wird.

Die Bio-Heusauna der Therme Meran schafft einen weiteren regionalen Bezug. Die Kombination vom Duft des Heus mit spezieller lichttherapeutischer Beleuchtung gleicht einem Aufenthalt in der alpinen Bergwelt und schafft Entspannung für Geist und Körper. Durch die niedrigeren Temperaturen ist ein Besuch kreislaufschonender und die Verweildauer länger als in der finnischen Sauna. Die feuchtwarme Luft setzt die ätherischen Öle des Heus frei, die so gut über die Atemwege sowie die Haut aufgenommen werden können. Sie wirken beruhigend und entspannend und haben eine entzündungshemmende Wirkung.

Der Schneeraum der Therme Meran bietet nach dem Schwitzen sanfte Abkühlung und erinnert an die alpine Landschaft Südtirols. Umgeben von luftigem weißem Schnee, der den Boden bedeckt und langsam von der Decke rieselt, kann der Körper bei einer Temperatur von -10 °C sanft abkühlen. Die trockene Kälte wirkt schonender auf den Körper und ermöglicht eine längere Aufenthaltszeit, auch bis zu 10 Minuten. Der Kälteschock, der nur für Menschen mit gesundem Kreislauf geeignet ist, bleibt aus. Im Schneeraum werden die Atemwege abgekühlt und die Sauerstoffsättigung in der Atemluft steigt. Der Abkühlungsgrad kann durch das Einreiben mit Schnee individuell angepasst werden.

Im MySpa der Therme Meran erwartet Besucher ein reichhaltiges Angebot an Behandlungen und Anwendungen, die auf der besonderen Kraft Südtiroler Naturprodukte basieren. Ob beruhigende Molkebäder, erfrischende Kosmetikbehandlungen auf Apfel- oder Traubenbasis, ein reinigendes Peeling mit Vinschger Marmor oder eine revitalisierende Anwendung mit Edelweißextrakten – hier finden Gäste Momente des Wohlbefindens und der nachhaltigen Entspannung.

Umbau und Erweiterungen 2018/2019

Im Dezember 2018 eröffnete die Therme Meran nach umfangreichen Arbeiten weitere Bereiche zum Wohlfühlen und Entspannen. Zwischen Badehalle und Fitness sowie MySpa bietet ein neuer Glaskubus auf zwei Ebenen Raum für neue Ruhebereiche, eine Park Lounge und einen Kneipp Garden. Die Stahl- und Glaskonstruktion wird um authentische und ökologisch hochwertige Materialien wie Naturstein und Holz ergänzt, die ein gemütliches und warmes Flair schaffen.

In der Badehalle oberhalb der Pools entstehen Anfang 2019 vier neue private Spa Suiten, die sogenannten Pool Suites, mit Panoramablick in die Badehalle, mit Whirlwanne, Dampfbad, Wasserbett für zwei Personen und eigenem Bad: Apple Suite, Honey Suite, Grape Suite, Herb Suite.

Im Außenbereich der Sauna lädt eine Terrasse mit einem Roof Whirlpool zum Sonnenbaden ein. Die zwei neuen Fire Places in den Ruheräumen schaffen seit Ende 2018 ein entspanntes Ambiente, in dem Gäste den Alltag vergessen und Körper und Seele Aufmerksamkeit schenken.

Die Geschichte der Therme Meran

Die Entstehung der Therme Meran ist eng verknüpft mit der Kurgeschichte der Stadt Meran. Die Geburtsstunde Merans als Kurort liegt im Jahr 1836, als Dr. Josef Weibl eine wissenschaftliche Publikation über das günstige Meraner Klima publizierte. Der spätere Bürgermeister Josef Valentin Haller und besonders der angesehene Kurarzt Dr. Franz Tappeiner verhalfen der Stadt an der Passer zu einem der beliebtesten Kurorte im Süden der Alpen aufzusteigen. Aus allen Ländern der k. u. k. Monarchie und des Deutschen Reiches strömten die Kurgäste herbei, auch für Russen und Engländer wurde Meran zu einem beliebten Kuraufenthalt. Der berühmteste Gast war seinerzeit Kaiserin Elisabeth von Österreich, die 1870 und 1871 nach Meran kam und mit ihren beiden Töchtern Gisela und Valerie auf Schloss Trauttmansdorff wohnte. Die Besuche und Aufenthalte von Sissi verdoppelten die Besucherzahlen und der Adel Europas sowie Schriftsteller wie Morgenstern, Rilke, Schnitzler und Kafka gaben sich in Meran ein Stelldichein.

Von der Blütezeit Merans als Kurort zeugen heute noch das 1874 eingeweihte Kurhaus sowie die Villen und Hotels, die während der Belle Époque für die Gäste der Stadt entstanden. Für die Lungenkranken wurden auf Geheiß von Dr. Tappeiner in der Wandelhalle an der Passer Liegestühle aufgestellt, wo sie die frische Luft genießen konnten.

Als 1933 ein Geologe am Vigiljoch bei Meran radonhaltiges Wasser entdeckte, vollzog die Kurstadt einen Wandel. Aus dem bis dahin vorwiegend klimatischen Kurort wurde jetzt ein Thermalkurort. 1940 wurde das Thermalwasser des Vigiljochs erstmals zum Kurmittelhaus geleitet. Das darin enthaltene Edelgas Radon stellte sich als äußerst bekömmlich und wohltuend für Patienten mit Kreislaufproblemen, Erkrankungen der Harnwege sowie mit Atmungs- und Verdauungsstörungen heraus, sodass immer mehr Kurgäste nach Meran kamen.

1958 wurde die Aktiengesellschaft S.A.L.V.A.R. (Società Azionaria Lavorazione Valorizzazione Acque Radioattive) zur Nutzung radioaktiver Gewässer gegründet und 1972 in Meran das Kurbad eröffnet, das aus den radioaktiven Quellen des Vigiljochs gespeist wurde. Zu den therapeutischen Einrichtungen gehörten Schlamm-bäder, Unterwassermassagen, Inhalations- und Trinkkuren sowie das Baden im großen Hallenbad. 1982 änderte die Gesellschaft ihren Namen in Meraner Kurbad AG – Terme di Merano S.p.A. Bis dahin war der italienische Staat mit 60 Prozent Hauptaktionär der Gesellschaft. 1997 gingen diese Anteile an das Land Südtirol über, das bereits 39 Prozent besaß und somit Hauptaktionär wurde.

Das Land Südtirol beschloss eine grundlegende Erneuerung der Bädereinrichtung, um damit den Fremdenverkehr in Meran anzukurbeln, und schrieb einen Ideenwettbewerb aus, dem 112 Architekten aus ganz Europa Folge leisteten. Am 12. Januar 2000 wurde mit dem Architektenteam Baumann, Zillich, Müller und Wehberg aus Berlin der Sieger gekürt. Der Südtiroler Designer Matteo Thun gestaltete das Innenleben der Therme, die im Dezember 2005 eröffnet wurde.



Im April 2004 beschloss die Aktionärsversammlung eine weitere Namensänderung von Meraner Kurbad AG in Therme Meran AG. Die Aktiengesellschaft ist nun im Besitz des Landes Südtirols sowie der Gemeinde und Kurverwaltung Meran. Insgesamt wurden in das Projekt 122 Millionen Euro investiert. Am 3. Dezember 2005 durfte die neu formierte Therme Meran AG die „neue“ Therme eröffnen und seit dem 3. Juni 2006 ist der Themenpark der Therme Meran für Gäste zugänglich. Seitdem sind die Therme Meran und der Themenpark sowohl für Gäste als auch für die Meraner selbst weder aus dem Meraner Stadtbild noch aus der Freizeitgestaltung wegzudenken. Die Therme Meran beschäftigt heute unter der Direktion von Dr. Adelheid Stifter ca. 120 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen.

Die Kraft der Südtiroler Natur

Wohlfühl-Anwendungen im MySpa der Therme Meran

Südtirols Natur ist eine wahre Schatzkammer für die Gesundheit und die Wirkung der Südtiroler Rohstoffe ist seit Jahrhunderten bekannt. Apfel, Traube, Bio-Molke, Edelweiß, Kräuter, Blüten oder Vinschger Marmor sind echte Wellnesswunder und wirken gegen Hautalterung, sind straffend, entschlackend oder entzündungshemmend. Diese reinen Rohstoffe sind die Basis für viele Wohlfühl-Anwendungen im MySpa der Therme Meran, die man alleine oder zu zweit genießen kann. Auch speziell auf die Bedürfnisse der männlichen Haut abgestimmte Anwendungen gehören zum Programm.

Südtirol ist das größte Apfelanbaugebiet Europas. Der Apfel ist ein besonders effizientes Anti-Aging-Produkt. Er ist reich an Vitamin C und B und enthält außerdem viele wertvolle Inhaltsstoffe: Kalzium für den Knochenaufbau, Kalium zur Gewebestraffung und Zink zum Zellaufbau. Seine ganze Kraft kommt in Wohlfühlbädern, Peelings, Packungen und Massagen zum Einsatz. Das kaltgepresste Öl der Trauben von den sonnigen Hängen des Meraner Landes ist reich an Fettsäuren, Vitamin E und Mineralstoffen, wirkt der Hautalterung entgegen und sorgt für geschmeidige, glatte Haut. Trauben und Traubenkernöl finden in Bädern, Körperpackungen, Peelings und Massagen Verwendung. Das kostbare Resveratrol aus der Traubenschale gilt als natürliches Antioxidans und bietet einen hohen Zellschutz gegen Umwelteinflüsse. Vinschger Marmor, das „weiße Gold“, eignet sich als feingemahlene Pulver ideal für Körperpeelings, glättet die Haut und entfernt abgestorbene Hautpartikel. Die frische Bio-Milch aus dem Südtiroler Passeiertal liefert den Rohstoff für die speziellen Bio-Molke-Bäder, -Packungen, -Peelings und -Massagen. Mit vielen Vitaminen, Calcium, Phosphor und Mineralstoffen ist die Molke ein durch und durch gesundes Produkt. Für Bäder, Packungen und Massagen werden zudem Kräuter und Gräser von den Bergwiesen und Almen Südtirols eingesetzt. Die in ihnen enthaltenen Wirkstoffe sind belebend oder entspannend, reinigend oder regenerierend. Die ätherischen Öle des naturbelassenen Südtiroler Bergheus sorgen vor allem für tiefe Entspannung und lindern chronische Schmerzen. In der Therme Meran kommt Heu aus dem nahe gelegenen Passeiertal zum Einsatz. Geerntet wird es auf einer Höhe von über 2.000 Metern. Das berühmte Edelweiß der Alpen wurde schon früh zur Behandlung von Hautunreinheiten eingesetzt: Seine Inhaltsstoffe regen die Hautregeneration an und besitzen hervorragende, nährnde und feuchtigkeitsspendende Eigenschaften. Edelweiß enthält außerdem sehr hochwertige Antioxidantien, die der Haut helfen, schädigende freie Radikale zu neutralisieren. Heute steht die seltene Alpenblume unter strengem Naturschutz. Der hochwertige Rohstoff wird für die kosmetische Nutzung im oberen Vinschgau gezüchtet.

Die neue Kosmetiklinie der Therme Meran

Die neue hauseigene Naturkosmetiklinie der Therme Meran besteht aus 18 Produkten und beinhaltet das Beste, was Südtirols Natur anbietet. Die hochwertigen Ingredienzen werden in Südtirol produziert bzw. angebaut. Die Hauptakteure sind Apfel, Edelweiß, Traube, Sanddorn, Vinschger Marmor und das Thermalwasser der Therme Meran. Die Produkte der Kosmetiklinie sind für jeden Hauttyp geeignet und reichen vom erfrischenden Thermalwasserspray mit Apfel und Minze über ein Körperöl mit Sanddornessenzen bis zur reichhaltigen Handcreme mit Edelweiß. Für die Gesichtspflege bietet die Kosmetiklinie u. a. eine Auswahl an Seren auf Basis von Sanddorn, Trauben und Apfel, die für ein individuelles Verwöhnprogramm mit einer der Gesichtscremes der Therme Meran vermischt werden können. Eine glättende Augencreme, sanftes Gesichtswasser, eine regenerierende Crememaske sowie ein natürliches Fruchtsäurepeeling vervollständigen die verwöhnende Pflegeserie.

Fact Sheet Therme Meran

Öffnungszeiten und Eintrittspreise

Die Therme Meran ist 365 Tage im Jahr geöffnet.

Therme:	09.00 – 22.00 Uhr
Außenbereich (nur im Sommer):	09.00 – 20.00 Uhr
Sauna	09.00 – 22.00 Uhr (Sa., So. + Feiertage) donnerstags Damensauna 11.00 – 18.00 Uhr gemischte Sauna 18.00 – 22.00 Uhr
MySpa:	09.00 – 19.00 Uhr (Mo. – So.)
Fitness Center:	08.00 – 22.00 Uhr (Mo., Mi., Fr.) 06.30 – 22.00 Uhr (Di., Do.) 09.00 – 13.00 Uhr 15.00 – 20.00 Uhr (Sa.) 09.00 – 13.00 Uhr (So. + Feiertage)
Bistro:	09.00 – 23.00 Uhr (Mo. – So.) 09.00 – 19.00 Uhr (von Oktober bis Mitte Mai)
Kinderhort:	09.00 – 12.00 Uhr 15.00 – 18.30 Uhr (Mo. – Sa.)
Shop:	09.00 – 18.30 Uhr (Mo. – So.)

	Therme	Therme & Sauna	Kinder (4 bis 13 Jahre)	Kinder (bis 3 Jahre)
täglich				
2 Stunden	14,00 €	20,00 €	10,00 €	Frei
3 Stunden	16,00 €	22,00 €	11,00 €	Frei
Tageskarte	22,00 €	28,00 €	14,00 €	Frei
Tageskarte	Fitness & Therme & Sauna 34,00 €		/	/
Wochenende, Feiertage (nur gültig im Winter vom 15. September bis 14. Mai)				
2 Stunden	16,00 €	22,00 €	12,00 €	Frei
3 Stunden	18,00 €	24,00 €	13,00 €	Frei
Tageskarte	24,00 €	30,00 €	16,00 €	Frei
Tageskarte	Fitness & Therme & Sauna 37,00 €		/	/

Pools

25 Pools zwischen 4 und 472 m², insgesamt 2.000 m² Wasserfläche

- 15 Pools ganzjährig im Innenbereich geöffnet:
 - 240 m² Hauptbecken (34 °C)
 - Meersalz-Solebecken (35 °C)
 - Heißbecken (37 °C) und Kaltbecken (18 °C)
 - Thermalwasserbecken mit Radon (33 °C)
 - Kinderbecken (34 °C)
 - Whirlpools (37 °C)
- 10 weitere Pools zur Sommersaison (15. Mai bis 15. September) im 52.124 m² großen Thermenpark geöffnet:
 - Sportschwimmbecken solar beheizt (25 °C)
 - Nichtschwimmerbecken solar beheizt (28 °C)
 - Kinderbecken solar beheizt (28 °C)
 - Badeparcours Kneippbecken (34 / 18 °C)
 - Quellbad (34 °C)
 - Strömungsbecken (34 °C)
 - Kalt- und Warmbecken (18 / 34 °C)
 - Abkühlbecken (25 °C)
- Saunen in der Badehalle und im Thermenpark:
 - Dampfbad (100 % Luftfeuchtigkeit, 40 – 50 °C)
 - Soleinhalationsbecken (55 % Luftfeuchtigkeit, 30 °C)
 - Dampfgrotte (100 % Luftfeuchtigkeit, 40 – 45 °C) im Thermenpark (geöffnet vom 15. Mai bis 15. September)

Neu seit Dezember 2018: 3.550 m³ zusätzliche Relax-Area, ein Fire Place und ein Kneipp Garden

Saunabereich

- 2.200 m² textilfeier Saunabereich mit fünf Saunen:
 - Finnische Sauna (trockene Heißluft, 90 – 100 °C)
 - Dampfbad Passerstein (90 – 100 % Luftfeuchtigkeit, 45 °C)
 - Finnische Außensauna (trockene Heißluft, 100 °C)
 - Dampfbad Trauttmansdorff (100 % Luftfeuchtigkeit, 45 °C)
 - Südtiroler Bio-Heusauna (60 °C)
- Schneeraum (-10 °C) und mehrere Kaltwasserbecken, Ruheräume im Innen- und Außenbereich

Neu seit Dezember 2018: neuer Fire Place, ein Sun Deck mit Roof Whirlpool im Außenbereich und ein zusätzlicher Ruheraum

Fitness

- Ausdauertraining
- Kraft- und Beweglichkeitstraining
- Koordinationstraining
- Gewichtsreduktion
- Körperhaltungstraining
- Fitness-Checks
- Personal Training
- Aquakurse
- Zusätzlich ganzjährig verschiedene Kurse und spezielle Trainings
- Langzeitprogramm „Leichter Leben“ zur Gewichtsreduktion

Inhalationsbereich

- Inhalationen:
 - Dampfstrahl-Inhalationen
 - Aerosol-Inhalationen
 - Mikronisierte Nasendusche
 - Thermalbäder
- Physiotherapie:
 - Physiotherapeutische Behandlungen
 - Physiotherapie im Wasser
 - Medizinische Lymphdrainage
- Erstellung von wissenschaftlichen Studien rund um das Thema Inhalationen, Allergien und Atemwegserkrankungen

Umwelt- und Energiesparmaßnahmen

In der Therme Meran wird modernste Umwelttechnik eingesetzt, um Energie und vor allem Wasser zu sparen. Diese Maßnahmen erlauben jährlich bedeutsame Einsparungen.

Niedertemperaturheizanlage: Heizanlagen, die mit diesem System betrieben werden, weisen einen höheren Wirkungsgrad als herkömmliche Heizanlagen auf.

Wasserverbrauch: Für die gesamten WC-Spülungen des Thermengebäudes und des Schwimmbades sowie überall dort, wo nicht unbedingt Trinkwasser notwendig ist, wird das Wasser der beiden Tiefbrunnen verwendet. So wird eine Trinkwassermenge von ca. 8 Millionen Liter jährlich eingespart.

Wärme-Kraft-Koppelung: Die Installation dieser Anlage ermöglicht die Produktion von Strom und die gleichzeitige Nutzung der dabei entstehenden Wärme.

Absorptionskühlanlage: Die Anlage ermöglicht die Nutzung der überschüssigen Wärmeenergie der Wärme-Kraft-Koppelung für die Kühlung der Räumlichkeiten im Thermengebäude.



Wärmerückgewinnung: Die Wärmeenergie des Badewassers sowie des Duschabwassers wird zurückgewonnen. Die Abwärme der Kühlanlage wird für die Warmwasserzubereitung genutzt.