

GESUNDHEIT ERLEBEN  
*Vier Sterne genießen.*



WEISSENSTADT  
AM SEE



20  
25

Bayern



# Lage

Weißensstadt ist ein romantischer Erholungsort im Norden Bayerns. Mitten im Naturpark Fichtelgebirge, direkt am Weißenstädter See, liegt das Vier-Sterne Gesundheitshotel Kurzentrum Weißensstadt am See.



Lassen Sie sich verzaubern von dem Charme Weißensstadts, einem der ältesten Orte der Region. Verträumte Häuserreihen, enge Gassen, malerische Scheunen – alles unverwechselbare Merkmale, die die interessante Geschichte Weißensstadts erzählen.



Hier finden Sie Ruhe, Abgeschiedenheit und ein außergewöhnlich gutes Klima. Genießen Sie Ihre Zeit in dieser reizarmen Gegend und tun Sie dabei etwas für Ihre Gesundheit. Bei Spaziergängen, Wanderungen oder Radtouren lernen Sie das Fichtelgebirge kennen und entdecken seine einzigartige Naturlandschaft mit Quellen und Seen, mit Felstürmen und Felsenmeeren. Für Aktivitäten im und am Wasser lockt der 50 ha große Weißenstädter See. Die Uferpromenade erstreckt sich über vier Kilometer asphaltierte Strecke, die sich hervorragend für tägliche Spaziergänge anbietet.

Unser Geheim-Tipp für Ihre beste Aussicht ist die Plattform in der dritten Etage unseres Hotels. Von hier oben haben Sie den schönsten Blick auf den Schneeberg und den Ochsenkopf, die höchsten Erhebungen des Mittelgebirges.



# Inhalt

Die Lage des Kurzentrums Weißensstadt am See	S. 2
Herzlich willkommen – ein Überblick	S. 5
Region und Ausflugsziele	S. 6
Hier träumen Sie gut – unsere Zimmer	S. 8
Gesund essen	S. 10
Fit und schön – Aktiv- und Verwöhnprogramm	S. 11
Bade- und Saunalandschaft	S. 12
Naturschätze	S. 14
Naturheilmittel Radon – kostbar und wertvoll	S. 15
Therapien	S. 16
Therapiewunder Kälte – Kältekammer (- 110 °C)	S. 18
Arrangements und Preise	S. 19
Das „Gesundheitslädle“	S. 26
Kosmetische Behandlungswelten	S. 32
Preisliste Therapie	S. 33
Wissenswertes	S. 34
Anreise und Kontakt – so finden Sie zu uns	S. 35







## Herzlich willkommen

**Gesundheit erleben. Vier Sterne genießen.**

Eine Reise ins Kurzentrum Weißenstadt am See ist zu jeder Jahreszeit ein Urlaub für Ihre Gesundheit. Abseits von Trubel und Hektik kommen Sie an Ihrem Kraftplatz und Erholungsort an.

Treten Sie ein und fühlen Sie sich vom ersten Moment an zu Hause. Ihr Zimmer oder Ihre Suite haben wir nach Ihren Wünschen reserviert und steht Ihnen zum Check-In bereit. Ab diesem Moment genießen Sie die Annehmlichkeiten des Hauses und die Vorzüge, alles unter einem Dach vorzufinden. Für die Kulinarik stehen ein Hotelrestaurant und ein Café mit Bar in der Lounge zu Ihrer Verfügung. Im großzügigen Bade- und Saunabereich finden Sie Erholung und Zeit für sich selbst.

Besonders jedoch ist die große Vielfalt an Gesundheitsangeboten im Therapie-Bereich. Fachlich kompetent betreut durch unser Expertenteam fördern Sie Ihre Gesundheit und steigern Ihre Lebensqualität.



Wir, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, freuen uns, Sie als Gast in unserem Vier-Sterne Gesundheitshotel begrüßen zu dürfen.





Der Naturpark Fichtelgebirge liegt im Dreiländereck Bayern, Tschechien und Sachsen. Neben einer atemberaubenden Naturlandschaft und einzigartigen Tierwelt überzeugt das Fichtelgebirge mit seinen alten Bräuchen und Traditionen sowie internationalem Flair – Festspiele und Konzerte, Porzellan, Burgen und Kirchen.



#### Aktivitäten im Sommer

Rund um Weißenstadt finden Wanderer ein wahres Paradies. Waldstein, Rudolfstein, Schneeberg, **Ochsenkopf**, Egerquelle ... mit seinen ausgedehnten Fichtenwäldern, Granit-Bergen mit Blockmeeren und Felstürmen sowie mit hervorragenden Rund- und Fernsichten ist das Fichtelgebirge ein ideales Wander- und Erholungsgebiet. Forst- und landwirtschaftliche Wege, bergiges Gelände oder asphaltierte Straßen – hier findet jeder Radfahrer sein Glück.

Für Wassersportbegeisterte lockt der Weißenstädter See ebenso wie für Erholungssuchende beim Sonnenbaden oder Flanieren.



#### Aktivitäten im Winter

Direkt in Weißenstadt erleben Sie Winterfreuden auf gespurten Loipen und auf den Pisten der nahegelegenen **Skigebiete**. An Ochsenkopf, Bleaml Alm, Mehlmeisel und Fleckl treffen Skifahrer, Snowboarder, Rodelfreunde und Langläufer aufeinander. Seilbahnen sorgen für einen bequemen Transport, bei Bedarf kommen Beschneiungsanlagen zum Einsatz.

Wenn die Täler und Wälder unter einer tiefen Schneedecke versinken, werden Sie Begeisterung für dieses Naturschauspiel spüren. Dieses faszinierende Gesicht des Fichtelgebirges erleben Sie bei Winterwanderungen mit oder ohne Schneeschuhen.



#### Heimat, Tradition und Kultur

Zinnbergbau, Steinbrüche und Granitwerke, Bierbrauerei – Weißenstadt ist reich an Handwerk, Traditionen und Geschichten aus alten Zeiten. Unterirdischer Bergbau in Weißenstadt, als Kristallgänge benannt, und das **Bergwerk Werra**, eine Zinnerzgrube, füllen die Führungen in und um Weißenstadt mit Außergewöhnlichem und machen diese zu einem Erlebnis. Der historische Kurpark in Weißenstadt, am westlichen Seeufer, wurde als Kunstprojekt auf dem Gelände des ehemals weltweit bekannten und innovativen Granitwerkes Ackermann (GRASYMA) errichtet. In den alten Ruinen mit Blumen- und Pflanzenanlagen informieren Tafeln über den Granit im Fichtelgebirge.



## Sagenhaftes Fichtelgebirge

Reich machte die Region über lange Zeit das weiße Gold. Besuchen Sie die Porzellanwerke der Umgebung und stöbern Sie in den Shops nach Einzigartigem. Zahlreiche Museen bieten Blicke in die Vergangenheit: Das Automobilmuseum in Fichtelberg, das Freilichtmuseum Grassmann in Warmensteinach oder das Oberfränkische Bauernhofmuseum in Zell. Direkt auf dem großen Waldstein auf der Bühne des Freilichttheaters wurde 1854 das erste Waldstein-Schauspiel aufgeführt. Deutschlands ältestes Freilichttheater vor der Felsenkulisse des größten Felsenlabyrinths Europas, die Luisenburg bei Wunsiedel, lädt ein zu Musicals und Schauspielen, Operetten und Opern sowie Konzerten.







Bsp.: Einzelzimmer Komfort



Bsp.: Doppelzimmer Premium



Bsp.: Schlafzimmer Deluxe Suite

Hier träumen  
Sie gut -  
zu Ihrer  
Lieblingszeit

Ruhe und Komfort gehören zur Erholung. Nutzen Sie die Stille und machen Sie es sich auf den bequemen Polstermöbeln im Zimmer gemütlich. Lesen Sie ein gutes Buch, genießen Sie eine Tasse Tee oder schreiben Sie Ihren Lieben einen Gruß nach Hause. Erleben Sie erholsame Momente in Ihrem Zimmer.

Genießen Sie Ihren Aufenthalt in einem der 122 Zimmer und 4 Suiten teilweise mit Verbindungstür, teilweise rollstuhlfreundlich. Alle unsere Zimmer und Suiten sind ausgestattet mit Balkon, Bad/Dusche und WC, Radio, Telefon, Sat-TV, Föhn und Safe.

Für die Dauer Ihres Aufenthaltes steht Ihnen eine Badetasche mit Bademantel zur Verfügung. Bade- und Saunatücher erhalten Sie auf Wunsch kostenfrei.

## Welche Extras dürfen es sein?

### Unsere Zimmerkategorien

Sie haben ein Lieblingszimmer?  
Bitte erkundigen Sie sich bei  
unserem Reservierungs-Team  
unter Tel. 09253 9545-0  
nach der Verfügbarkeit. ?

#### Standard

- Balkon
- Bad/Dusche und WC
- Sat-TV mit Radio
- Telefon
- Föhn
- Safe

#### Verfügbar als:

- Doppelzimmer
- Einzelzimmer

#### Komfort

##### Ausstattung wie Standard, zusätzlich:

- ein kleiner Kühlschrank
- mehr Raum oder Naturblick ins Fichtelgebirge oder Seeseite

#### Verfügbar als:

- Doppelzimmer
- Einzelzimmer

#### Komfort mit Seeblick

##### Ausstattung wie Komfort, zusätzlich:

- mit einer besonderen Aussicht: dem direkten Blick auf den See

#### Verfügbar als:

- Doppelzimmer
- Einzelzimmer

Wählen Sie zwischen unserem **Standardzimmer** – dem Klassiker mit stilvollem Ambiente und einer Vielzahl an Annehmlichkeiten, **Komfortzimmer** – mit mehr Raum oder einem besonderen Ausblick auf die umliegende Naturlandschaft, **Komfortzimmer mit Seeblick** und unserem **Premiumzimmer** – mit dem Tüpfelchen auf dem „i“ und einer Fülle an Extras. Vollkommenes Verwöhnambiente erleben Sie in unseren **Premium** und **Deluxe Suiten** mit getrennten Wohn- und Schlafräumen.

#### Premium

##### Ausstattung wie Komfort, zusätzlich:

- mehr Raum oder eine besondere Aussicht über den Weißenstädter See
- im Einzelzimmer:  
1,40 m breites Bett
- wahlweise Obstkorb, Käseteller oder Prosecco bei Ihrer Anreise
- eine frische Blume
- Kaffee-/Tee-Ecke (Nachfüllung täglich)
- Gesundheitskopfkissen-Menü zur Wahl: Johanniskraut-Kissen, Zirben-Kissen oder ein ergonomisches Kopfkissen
- eine regionale Tageszeitung (täglich)
- Körperwaage im Badezimmer
- Mineralwasser im Kühlschrank, still, mild oder prickelnd (Nachfüllung täglich)

#### Verfügbar als:

- Doppelzimmer
- Einzelzimmer
- Suite



#### Deluxe

##### Ausstattung wie Premium, zusätzlich:

- mehr Platz und getrennter Wohn- und Schlafräum
- begehrbarer Kleiderschrank
- Regendusche
- täglich kostenfreie Nachfüllung der Minibar (alkoholfreie Getränke)
- Aufdeckservice am Abend
- Frottee-Badeschuhe im Zimmer

#### Verfügbar als:

- Suite



# Gesund essen

## Tipps und Tricks von den Experten

Nehmen Sie die Unterstützung der Diätassistenten im Haus an und lassen Sie sich beraten. Während eines persönlichen Gesprächs finden Sie Ernährungsfallen, rücken Mythen auf den Leib und erhalten Tipps für eine ausgewogene Ernährung. Wöchentlich finden Vorträge zum Thema „Gesunde Ernährung“ statt, zu welchen wir Sie herzlich einladen.

## BIA-Messung

Mittels BIA-Messung (Bioelektrische Impedanzanalyse) bestimmen wir im Kurzentrum Weissenstadt effizient die Körperzusammensetzung. Diese dient der Analyse der Parameter wie Körperfett, Muskelmasse und Wasseranteil im Körper. Die Messung dauert nur wenige Sekunden und ist vollkommen schmerz- und nebenwirkungsfrei, dabei wird ein elektromagnetisches Feld im Körper aufgebaut. Die Auswertung der Ergebnisse erfolgt durch die Diätassistentin im Haus.

## In Zukunft bewusst

Nehmen Sie sich die Zeit und schmecken Sie die hohe Qualität der Produkte und die frischen Kräuter, die gesunde Würze aus der Natur. Entdecken Sie Ihren Geschmack ganz neu und spüren Sie die Kraft der Vitamine und Mineralien. Um gesund und leistungsfähig zu bleiben, ist eine ausgewogene Ernährung wichtig.



## Für Sie steckt so viel Gutes drin

Unter gesunder Ernährung verstehen wir eine abwechslungsreiche und ausgewogene, frische und saisonale Küche. Unser erster Grundsatz lautet: Regionalität. Eine Entscheidung, die Transportwege verkürzt, das Klima schützt und oft auch den Nährstoffgehalt der Produkte optimal erhält. Mit natürlichen Zutaten und einer schonenden Zubereitung zaubert die Küchencrew täglich neu Kulinarisches für Ihre genussvollen Momente.

## Geschmackvolle Sonderformen

Regelmäßig – für ein bis zwei Wochen – den Körper entlasten ist in der heutigen Zeit wichtiger denn je. Einseitige Ernährung, Stress, Medikamente, Bewegungsmangel oder die Kombination aus allem tragen zur Übersäuerung des Körpers bei. Diese wiederum führt häufig zu Unwohlsein und Gesundheitsproblemen. Eine Möglichkeit der Entschleunigung und Entsäuerung ist das **Basenfasten**. Unsere langjährige Erfahrung und der Erfolg unserer Basenfasten-Gäste sprechen für uns.

Ein paar Kilos weniger und sich im Körper wieder wohlfühlen? Hierzu bieten wir Ihnen das **Heilsame Intervallfasten** an. Eine Kombination aus gesunden Gerichten, regelmäßiger Bewegung und ausreichend Entspannung lassen Sie frischer und glücklicher aussehen.

➤ siehe Arrangements S. 27/28: Basenfasten und Heilsames Intervallfasten.



# Fit und schön

Wer aktiv ist steigert langfristig sein Wohlbefinden, ist weniger schmerzempfindlich und reagiert in belastenden Situationen gelassener.

## Progressive Muskelrelaxation

Zu Aktivität gehört aber nicht nur die körperliche Bewegung, sondern auch die aktive Entspannung. Hierzu zählt nachweislich die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, welche Sie im Kurzentrum erlernen und leicht in Ihren Alltag zu Hause integrieren können.



## Aquafitness

Für Ihre körperliche Fitness bieten wir Ihnen morgendliche Aquagymnastik im Schwimmbad. Danach starten Sie frisch und belebt in den Tag.

## Fitnessstraining

Ausdauer und Kraft, Gleichgewicht und Koordination trainieren Sie an hochwertigen Geräten im Fitnessraum. Profitieren Sie für Ihre Alltagsbewegungen von dreidimensionalen Übungen im Gymnastikraum, welche mit Trainingsutensilien wie Pezziball oder Hanteln unterstützt werden können.



## Nordic Walking

Zur gesündesten Sportart überhaupt zählt Nordic Walking. Bewegung für den ganzen Körper, an der frischen Luft, in der Gruppe oder allein, zu jeder Zeit und an jedem Ort. Diese schwungvolle Bewegung beansprucht Herz und Kreislauf, wirkt stoffwechselanregend, stärkt Muskeln und Knochen und hilft überschüssige Pfunde zu verlieren. Nordic Walking kann typische Altersbeschwerden lindern, beispielsweise Osteoporose, Bluthochdruck, Rückenbeschwerden und Diabetes. Lernen Sie diese beliebte Technik von unseren Trainern.

## Kosmetik

Zur Belohnung verwöhnen wir Sie in unserem Kosmetik-Bereich mit wohltuenden Bädern im Kerzenschein, entspannenden Körper- und Gesichtsbildungen und Packungen. Lassen Sie sich von unserer Kosmetikerin rundum verwöhnen.

## Friseursalon

Der Friseur im Haus sorgt professionell dafür, Ihr Wohlfühl-Erlebnis komplett zu machen. Vereinbaren Sie gerne vor Ort einen Termin.





## Bade- und Saunalandschaft



Beste Entspannung und Umgebung zum Kräfte sammeln bietet die großzügige Bade- und Saunalandschaft des Hauses. Treiben Sie in 30 °C warmem Wasser oder schwimmen Sie ein paar Runden im Innen- oder Außenbecken, welches ganzjährig beheizt wird. Lassen Sie sprudelndes Wasser im Whirlpool wie eine sanfte Massage auf sich wirken oder gemütlich auf der Sonnengalerie den Blick über den Weißstädter See schweifen.

Im Sommer ist die Wiese im Außenbereich mit reichlich Liegestühlen sowie Sonnenschirmen bestückt und bietet Ihnen ausreichend Platz für Erholung und Sonne satt.



Im Saunabereich finden Sie viele unterschiedliche Wärmequellen – eine Finnische Sauna, Bio-Sauna, Aromadampfbad und ein Sole-dampfbad. Zusätzlich spendet eine Infrarotkabine wohlige Wärme und entspannt Ihre Muskeln. Zur Abkühlung nach den Saunagängen gehts ins Tauchbecken oder Sie ziehen an der Kordel der Eimerdusche. Herrliche Erfrischung und einen Peeling-Effekt bewirkt das Abreiben des Körpers mit Crushed Ice.



Zum Ausruhen stehen Ihnen ein Ruheraum im Innenbereich sowie ein kleiner Balkon zum tief Durchatmen zur Verfügung. Kuscheln Sie sich gut ein und spüren Sie die Entspannung. Dies ist Ihre Zeit.



# Naturschätze

Wir machen uns die Natur zu Nutze und arbeiten mit deren Schätzen.

## Naturfango

Der Freiburger Naturfango zeichnet sich durch eine sehr hohe Wärmewirkung auf Wirbelsäule, Gelenke und Muskulatur aus, ohne sich auf der Haut unangenehm heiß anzufühlen. Er wird direkt auf die Haut aufgetragen. Auf diese Weise können die wertvollen Inhaltsstoffe ihre Wirkung entfalten. Durch die Wärmeeinwirkung entsteht ein krampflosender Effekt in der Muskulatur, die Durchblutung des Gewebes wird verbessert und es kommt zu einer Stoffwechsellanregung in den behandelten Körperteilen.



## Carbovasal-Intensivtherapie

Die Therapie mit Kohlensäure eignet sich vor allem zur Durchblutungsanregung. Sie steigert die Aktivität der Gefäße und lindert Beschwerden bei allen Formen von Durchblutungsstörungen. Bemerkbar macht sich diese Therapie durch ein starkes Wärmegefühl und angenehmes Kribbeln.

Zunächst wird die Haut gut durchfeuchtet und erwärmt. Anschließend kommt der Gast in eine speziell entwickelte Kunststoffhülle. Hier kann die Kohlensäure intensiv auf den Körper einwirken. Besonderer Vorteil der Kohlensäuregas-Therapie ist das Fehlen des hydrostatischen Drucks, weshalb die Herz-Kreislaufbelastung besonders gering gehalten wird.



➤ siehe Arrangement S. 21:  
Radon-Heilquellenwoche

## Natürlich und ortsgebunden

Dank seines Radon-Heilvorkommens wurde Weißenstadt bereits in mittelalterlichen Schriften als gesündester Ort „Teutschen Landes“ beschrieben. Das Edelgas lagert im Grundgestein rund um Weißenstadt. Nur an ganz wenigen Orten findet sich die für medizinische Zwecke notwendige Konzentration. Das Radon führende Quellwasser wird aus den Tiefen des Fichtelgebirges zum Gesundheits-hotel geleitet. Diesen Naturschatz macht sich das Kurzentrum zu Nutze und bietet damit eine einmalige Therapievelfalt an.



## Quell für Ihre Gesundheit

Seit über 100 Jahren nutzt man die Heilwirkung des Radons. Die milde Strahlung regt die Zellen an, lindert Schmerzen, stimuliert das Immunsystem und aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers. Insbesondere bei degenerativen Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen, Beschwerden des entzündlich-rheumatischen Formenkreises bis hin zu Erkrankungen der Haut und Atemwege bewirkt Radon wahre Wunder. Funktionseinschränkungen bei chronischen Erkrankungen können wesentlich gebessert werden.

# Naturheilmittel Radon - kostbar und wertvoll



## Baden, Trinken, Inhalieren

### ☑ Radon-Therapiebecken

Deutschlandweit einmalig ist das Radon-Therapiebecken im Kurzentrum Weißenstadt am See. Während der Bewegungstherapie nehmen Sie über die Haut das Edelgas auf, zusätzlich atmen Sie entweichendes Radon ein. Durch den Auftrieb im Wasser werden die Gelenke entlastet.

### ☑ Inhalation

Im Heilluftraum (Radontrockenbad) atmen Sie die radonhaltige Luft ein. Gleichzeitig wird Radon auch über die Haut aufgenommen.

### ☑ Wannenbäder

Bei Wannenbädern gelangt das Edelgas über die Haut in den Körper, das entweichende Radongas wird eingeatmet.

### ☑ Trinkkur

Mittels Trinkkuren von radonhaltigem Wasser nimmt der Blutkreislauf das Edelgas über den Magen-Darmtrakt auf.







Gesundheit erhalten, wiedererlangen oder präventiv handeln – eine große Therapieviefalt zur Mobilisierung, Aktivierung, Kräftigung und Entspannung steht Ihnen im Vier-Sterne Gesundheitshotel für Ihre individuellen Ziele zur Auswahl. Ihre körperliche Erholung und Ihr Wohlergehen stehen für uns im Mittelpunkt.

Besonders spezialisiert sind wir auf die Gesundheit des Stütz- und Bewegungsapparates, Linderung rheumatischer Beschwerden, die Gesundheit der Gefäße, Atemwege und des Herz-Kreislauf-Systems, Verbesserung der Schlafqualität, Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit sowie die Prävention.

Neben Therapieformen wie Packungen und Heilmassagen, medizinischen Bädern und Heilgymnastik kommen Anwendungen mit dem Edelgas Radon und Naturfango zum Einsatz. Ein besonderer Höhepunkt ist der Gang in die Ganzkörperkältekammer bei minus 110 °C – viele Gäste erleben schon währenddessen und noch Stunden später ihre ersten schmerzfreien Zeiten seit Jahren.

An Ihrem Gesundheitszustand setzen unsere Experten im Haus an. Alle Leistungen – je nach Arrangement – werden individuell auf Sie und Ihre Ziele abgestimmt.



# Therapien

## Machen Sie den Kopf frei!

Für chronisch Kopfschmerzgeplagte bietet das Haus ein besonderes Programm: Die nachhaltige Kopfschmerz-Therapie. Mit diesem Angebotspaket möchten wir Betroffenen Wege aufzeigen, Belastungen zu lindern, um die Kopfschmerzfälle zu durchbrechen und sich wieder fitter im Alltag zu fühlen. Therapeuten mit spezieller Kopfschmerz-Ausbildung analysieren und untersuchen genauestens mögliche Ursachen für die Beschwerden und legen eine individuelle Behandlung fest.



## Wald und Gesundheit

Eine weitere Besonderheit in Weißenstadt ist das Kursangebot „Waldbaden“ zur gesundheitlichen Prävention und Regeneration. Der zertifizierte Kurwald in Weißenstadt erhielt das „Qualitätssiegel Waldgesundheit“ der Bayerischen Staatsregierung. Mit einer zertifizierten Wald-Therapeutin treten Sie hier auf therapeutischem Wege mit der Natur und der Atmosphäre des Waldes in Kontakt. Das beeinflusst – wissenschaftlich erwiesen – das seelische und körperliche Wohlbefinden. Stress und Unruhe werden abgebaut, Blutzucker und Blutdruck gesenkt, Heilungsprozesse positiv angeregt und insgesamt das Immunsystem gestärkt – man „tankt“ regelrecht neue Kraft.



## Kneipp-Therapie

Eine Kneipptherapie ist mehr als Wassertreten. Pfarrer Sebastian Kneipp (1821 - 1897) entwickelte aufgrund seiner eigenen Krankheitsgeschichte mit der Wassertherapie vor über 150 Jahren seine Empfehlungen für eine gesunde Lebensweise, die auf dem Zusammenspiel von 5 Bausteinen aufgebaut ist. In der modernen Welt hat sich der Begriff der „fünf Säulen“ eingebürgert:

- Wasser- oder Hydrotherapie
- Ernährung
- Bewegung
- Pflanzenheilkunde und
- Ordnungstherapie.

Kneipp selbst verfasste die Bücher „Meine Wasser-Kur“ (1886), in dem er die Wasserheilkunde nach Johann Siegmund Hahn (in der be-

arbeiteten Neuauflage von Eucharius Oertel) mit der Pflanzenheilkunde kombinierte. 1889 erschien die Fortsetzung „So sollt ihr leben“.

Die Hydrotherapie nach Kneipp weist über 120 verschiedene Anwendungen auf. In seiner ursprünglichen Form hat Kneipp überwiegend mit kaltem Wasser gearbeitet. Je nach Indikation erfolgt die Behandlung auch mit warmen Wasseranwendungen. Waschungen, Wickel, Güsse und Bäder – diese auch in Form von Wechselbädern oder -güssen mit oder ohne Kräuterzusatz – sind die vier grundlegenden Formen der Wassertherapie.

Der ganzheitliche Behandlungsansatz auf naturheilkundlicher Basis ist der Schlüssel zum Erfolg bei der klassischen Kneippkur. Auch der Aspekt der Nachhaltigkeit ist hier zeitlos umgesetzt. Das Kneippverfahren lässt sich einfach auf zu Hause übertragen, ist effektiv und gut verträglich.

Mit Kneipp zu neuen Kräften: Diesen Leitsatz setzen wir in unserer Therapieabteilung in die Tat um. Die Gesundheitslehre nach Pfarrer Sebastian Kneipp ist unser Maßstab.

## Indikationen

- ⊗ Herz-/Kreislauf- und Gefäßerkrankungen (z. B. Durchblutungsstörungen, Arterien- und Venenleiden, Lymphödem, Bluthochdruck)
- ⊗ psychovegetative Erschöpfungszustände, klimakterische Beschwerden
- ⊗ Erkrankungen des Bewegungsapparates wie z. B. Wirbelsäulenbeschwerden, aktivierte Arthrose (Finger, Hüfte Knie), rheumatische entzündliche Gelenkerkrankungen
- ⊗ Störungen der Verdauungsorgane
- ⊗ Behandlung von Kopfschmerz, Migräne, Hörsturz-Erkrankungen und Tinnitus
- ⊗ Erkrankungen der Atemwege (z. B. chronische Bronchitis, allergische Atemwegserkrankungen)
- ⊗ Stärkung des Immunsystems und allgemeine Leistungssteigerung





# Kältekammer - 110 °C

➤ siehe Arrangement S. 29:  
Kältetherapiewoche

## Therapiewunder Kälte

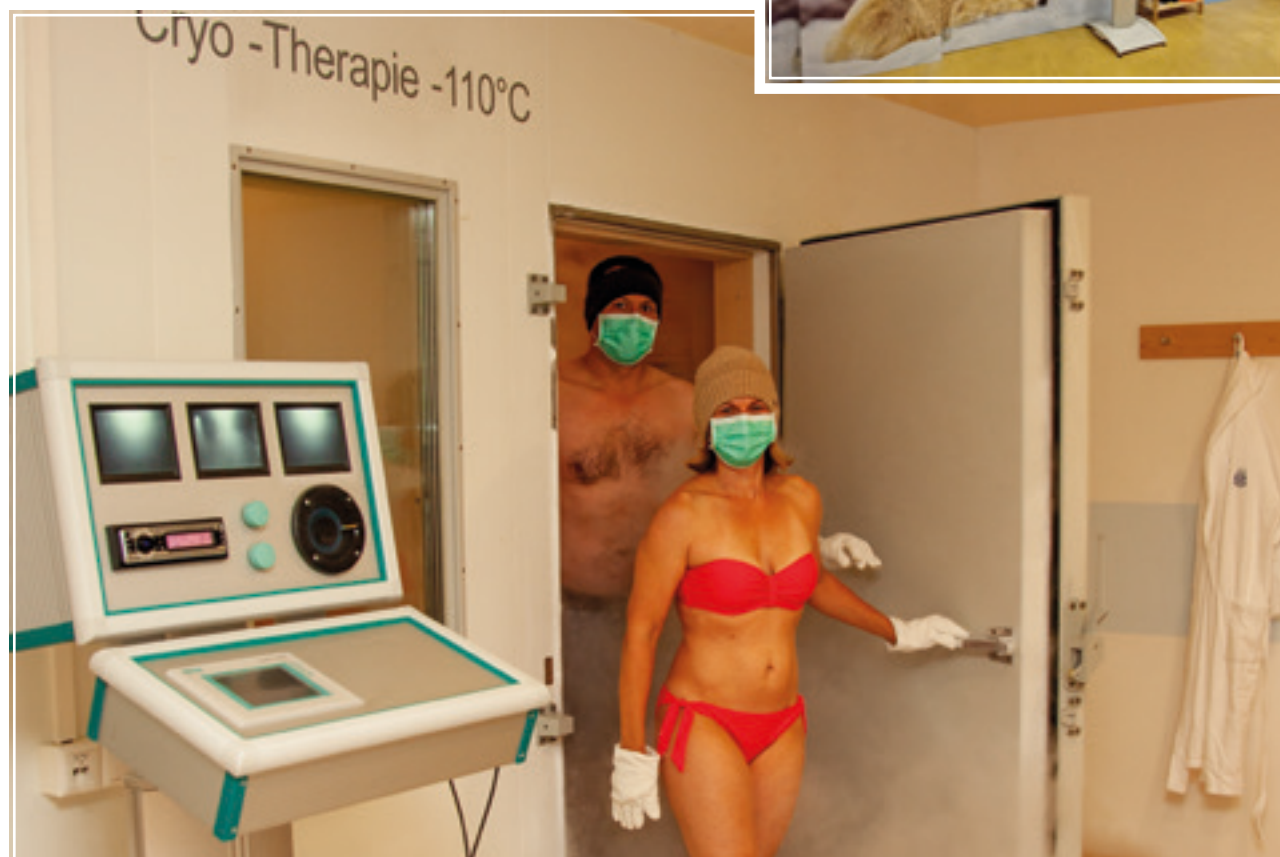
Nur drei Minuten in der Ganzkörperkältekammer und schon spüren Sie die positiven Effekte der Kälte. Bereits während des Aufenthaltes werden Schmerzen gelindert und die Muskulatur entspannt. Besonders seine entzündungshemmende Wirkung, die Mobilisierung von Abwehrkräften und Ausschüttung von Endorphinen zur Förderung des Heilungsprozesses machen den Kältereiz mit - 110 °C so interessant. Echte Linderung finden Personen mit entzündlich-rheumatischen Erkrankungen und Arthrosen, Wirbelsäulen-Beschwerden, chronischen Schmerzzuständen, Autoimmunerkrankungen, Neurodermitis und Schlafstörungen. Den besonderen Frischekick wissen auch Leistungssportler zu schätzen. Sie nutzen den Effekt der Muskel-Mehrdurchblutung, um ihre Trainingsergebnisse zu optimieren.

Die Ganzkörperkältetherapie erfolgt in einem Drei-Kammer-System. Die ersten beiden bilden mit Temperaturen von - 10 °C und - 60 °C Schleusenkammern, in denen man sich kurz ak-

limatisiert. In der Therapiekammer bleibt man ca. drei Minuten. Die extrem niedrige Temperatur wirkt sich auf den gesamten Körper aus. Um empfindliche Körperteile vor Erfrierungen zu schützen, tragen die Anwender Mund-, Nasen- und Ohrenschutz, Handschuhe sowie Socken und feste Schuhe.

Die extreme Kälte blockiert in erster Linie die Schmerzleitung. Das sogenannte Schmerzgedächtnis, welches sich bei chronischen Schmerzen ausbildet, wird durch die Ganzkörperkältetherapie positiv beeinflusst.

Bereits nach der ersten Behandlung ist der positive Effekt spürbar. Empfehlenswert sind täglich zwei bis drei Gänge in einem Abstand von jeweils drei bis vier Stunden. Ab einer Serie von 12 Kältekammergängen wirkt sich der Effekt nachhaltig aus. Dieser Zustand kann bis zu einem halben Jahr anhalten.



# ARRANGEMENTS UND PREISE

➤ Eine Übersicht und Infos  
über die verschiedenen  
Zimmerkategorien S. 9



# Gesundheitswoche

Anreise Sa oder So



Eine Woche ganz im Zeichen Ihrer Gesundheit: Dabei stimmen wir die Therapien auf Ihre Bedürfnisse ab, sei es mit Freiburger Naturfango, Heilmassage, Physiotherapie u. v. m.

## ARRANGEMENT <sup>1)</sup>

- ☑ 6 oder 7 Übernachtungen mit Vollpension (reichhaltiges Frühstück, Mittag: 3-Gänge-Wahlmenü, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ 2 ärztliche Beratungsgespräche mit Arztbrief
- ☑ 1 Blutuntersuchung (pro Aufenthalt)
- ☑ 14 auf Ihre Gesundheit abgestimmte Therapien (nach Wertigkeit 3 Rot, 3 Gelb, 8 Grün, siehe S. 33)

**INKLUSIV**  
Leistungen

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

# Radon-Heilquellenwoche <sup>2)</sup>

Anreise Sa oder So



Radon-Therapien wirken stark schmerzlindernd und entzündungshemmend und dies noch viele Monate nach ihrer Anwendung. In Form von Wannenbädern, bei der Inhalation, als Trinkkur und im Heilwasser-Therapiebecken nehmen Sie das Edelgas in Ihren Körper auf.

Infos zu Heilmitteltherapien mit Radon: S. 15

## ARRANGEMENT

- ☑ 6 oder 7 Übernachtungen mit Vollpension (reichhaltiges Frühstück, Mittag: 3-Gänge-Wahlmenü, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ 2 ärztliche Beratungsgespräche mit Arztbrief (pro Aufenthalt)
- ☑ 1 Blutuntersuchung (pro Aufenthalt)
- ☑ 5 x Radonmove
- ☑ 5 x Radontrockenbad
- ☑ 3 x Aquagymnastik im Radon-Therapiebecken
- ☑ 2 x Radon-Kohlensäure-Wannenbad
- ☑ 2 x Massage, teil

**INKLUSIV**  
Leistungen

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

6 Nächte | 7 Nächte  
So - Sa | Sa - Sa

	Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b>	Standard	1.012 €   1.102 €	1.094 €   1.191 €	1.134 €   1.231 €
	Komfort	1.042 €   1.132 €	1.124 €   1.221 €	1.164 €   1.261 €
	Komfort Seeblick	1.100 €   1.195 €	1.182 €   1.284 €	1.222 €   1.324 €
	Premium	1.160 €   1.255 €	1.242 €   1.344 €	1.282 €   1.384 €
<b>Einzelzimmer</b>	Standard	1.087 €   1.177 €	1.169 €   1.266 €	1.209 €   1.306 €
	Komfort	1.117 €   1.207 €	1.199 €   1.296 €	1.239 €   1.336 €
	Komfort Seeblick	1.175 €   1.270 €	1.257 €   1.359 €	1.297 €   1.399 €
	Premium	1.235 €   1.330 €	1.317 €   1.419 €	1.357 €   1.459 €
<b>Suite*</b>	Premium	1.210 €   1.305 €	1.292 €   1.394 €	1.332 €   1.434 €
	Deluxe	1.280 €   1.375 €	1.362 €   1.464 €	1.402 €   1.504 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Verlängerungswochenrabatt: 50 € pro Person pro Woche, gültig für 7 Nächte Arrangements. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen.

Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.

1) Zubuchungsoption: Tee und Tafelwasser zu den Mahlzeiten während des Aufenthaltes erhalten Sie zum Aufpreis von 28 € pro Person pro Woche.

6 Nächte | 7 Nächte  
So - Sa | Sa - Sa

	Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b>	Standard	1.012 €   1.102 €	1.094 €   1.191 €	1.134 €   1.231 €
	Komfort	1.042 €   1.132 €	1.124 €   1.221 €	1.164 €   1.261 €
	Komfort Seeblick	1.100 €   1.195 €	1.182 €   1.284 €	1.222 €   1.324 €
	Premium	1.160 €   1.255 €	1.242 €   1.344 €	1.282 €   1.384 €
<b>Einzelzimmer</b>	Standard	1.087 €   1.177 €	1.169 €   1.266 €	1.209 €   1.306 €
	Komfort	1.117 €   1.207 €	1.199 €   1.296 €	1.239 €   1.336 €
	Komfort Seeblick	1.175 €   1.270 €	1.257 €   1.359 €	1.297 €   1.399 €
	Premium	1.235 €   1.330 €	1.317 €   1.419 €	1.357 €   1.459 €
<b>Suite*</b>	Premium	1.210 €   1.305 €	1.292 €   1.394 €	1.332 €   1.434 €
	Deluxe	1.280 €   1.375 €	1.362 €   1.464 €	1.402 €   1.504 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Verlängerungswochenrabatt: 50 € pro Person pro Woche, gültig für 7 Nächte Arrangements. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen.

Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.

2) Bitte klären Sie vor Reisebuchung mit Ihrem Hausarzt Radontherapien für sich ab.



# Gesundheitstage

Anreise täglich  
(nach Verfügbarkeit)



Tanken Sie Kraft und Energie. Nutzen Sie zusätzlich die Möglichkeit, aus einer Vielzahl von Therapien Ihr persönliches Gesundheitsprogramm zusammenzustellen.

## ARRANGEMENT

- ☑ 3 oder 4 Übernachtungen mit Halbpension (reichhaltiges Frühstück, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ Rabatt auf alle unsere Therapien und kosmetischen Leistungen<sup>3)</sup>

**INKLUSIV**  
Leistungen

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

### 3 Nächte | 4 Nächte

	Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b> Standard	424 €   539 €	465 €   587 €	485 €   607 €	445 €   567 €
Komfort	439 €   559 €	480 €   607 €	500 €   627 €	460 €   587 €
Komfort Seeblick	468 €   598 €	509 €   646 €	529 €   666 €	489 €   626 €
Premium	498 €   638 €	539 €   686 €	559 €   706 €	519 €   666 €
<b>Einzelzimmer</b> Standard	462 €   589 €	503 €   637 €	523 €   657 €	483 €   617 €
Komfort	477 €   609 €	518 €   657 €	538 €   677 €	498 €   637 €
Komfort Seeblick	506 €   648 €	547 €   696 €	567 €   716 €	527 €   676 €
Premium	536 €   688 €	577 €   736 €	597 €   756 €	557 €   716 €
<b>Suite*</b> Premium	523 €   671 €	564 €   719 €	584 €   739 €	544 €   699 €
Deluxe	558 €   718 €	599 €   766 €	619 €   786 €	579 €   746 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Begrenzt Zimmerkontingent. Gesundheitstage 3 Nächte und Gesundheitstage 4 Nächte können nicht an aufeinanderfolgenden Tagen gebucht werden. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen. Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.  
3) Bei Zubuchung von Therapien und kosmetischen Leistungen erhalten Sie 20 % Rabatt. Ab einem Wert von 100 € pro Person pro Aufenthalt gewähren wir Ihnen 25 % Rabatt. Es gelten die regulären Preise, Mehrfachrabattierungen sind nicht möglich.

# Gesundheitstage 10

Anreise So oder Mi  
(nach Verfügbarkeit)



Widmen Sie sich ganz entspannt Ihrem persönlichen Wohlbefinden! Der lange Aufenthalt bietet Ihnen ausreichend Zeit, Ihre Therapien, die Naturschätze und das ortsgebundene Heilmittel Radon in unserem Haus zu nutzen und zu erleben.

## ARRANGEMENT<sup>4)</sup>

- ☑ 10 Nächte (So - Mi oder Mi - Sa) mit Vollpension (reichhaltiges Frühstück, Mittag: 3-Gänge-Wahlmenü, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ 2 ärztliche Beratungsgespräche mit Arztbrief
- ☑ 1 Blutuntersuchung (pro Aufenthalt)
- ☑ 14 auf Ihre Gesundheit abgestimmte Therapien (nach Wertigkeit 3 Rot, 3 Gelb und 8 Grün, siehe S. 33)

**INKLUSIV**  
Leistungen

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

### 10 Nächte So - Mi oder Mi - Sa

	Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b> Komfort	1.637 €	1.767 €	1.827 €	1.707 €
Komfort Seeblick	1.729 €	1.859 €	1.919 €	1.799 €
<b>Einzelzimmer</b> Komfort	1.750 €	1.880 €	1.940 €	1.820 €
Komfort Seeblick	1.842 €	1.972 €	2.032 €	1.912 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Begrenzt Zimmerkontingent. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen. Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.  
4) Zubuchungsoption: Tee und Tafelwasser zu den Mahlzeiten während des Aufenthaltes erhalten Sie zum Aufpreis von 45 € pro Person und Arrangement.



# Individualwoche

Anreise Samstag,  
Individuelle Anreisetage auf Anfrage



Unser Basisangebot für Individualisten: Sie haben dabei zusätzlich die Möglichkeit, aus einer Vielzahl von Therapien und kosmetischen Angeboten Ihr persönliches Erholungsprogramm zusammenzustellen – für Ihr perfektes Wohlbefinden.

Entdecken Sie unsere vielfältigen Anwendungen auf S. 32/33

## ARRANGEMENT

- ☑ 6 oder 7 Übernachtungen mit Halbpension (reichhaltiges Frühstück, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)  
Vollpension auf Wunsch kostenpflichtig zubuchbar
- ☑ Rabatt auf alle Therapien und kosmetischen Leistungen<sup>5)</sup>

INKLUSIV Leistungen

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

# Gesund Plus

Anreise Samstag



Für Ihre Gesundheit nur das Beste! Gönnen Sie sich und Ihrer Gesundheit das besondere Extra mit einem individuell erstellten Anwendungs- und Therapieprogramm für Ihren Urlaub.

## ARRANGEMENT

- ☑ 7 Übernachtungen mit Halbpension Plus (reichhaltiges Frühstück, Mittag: Suppe und Salat, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ 2 Gespräche mit Gesundheitsexperten
- ☑ 1 Blutuntersuchung
- ☑ 180 Minuten Einzelanwendungen - auf Ihre Gesundheit abgestimmt
- ☑ 180 Minuten physikalische Therapien

INKLUSIV Leistungen

## EXTRA-LEISTUNGEN

- ☑ Gesundheitsberatungsgespräch an Ihrem Wunschtermin (Montag)
- ☑ Kostenfreie individuelle Wahl der Mahlzeiten: Standard-, Basen- oder Intervallfastenmenü
- ☑ Kostenfreies Upgrade in eine höhere Zimmerkategorie (je nach Verfügbarkeit)

KURZENTRUM Plus

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

6 Nächte | 7 Nächte  
So - Sa | Sa - Sa

	Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b> Standard	796 €   886 €	878 €   975 €	918 €   1.015 €	838 €   935 €
Komfort	826 €   916 €	908 €   1.005 €	948 €   1.045 €	868 €   965 €
Komfort Seeblick	884 €   979 €	966 €   1.068 €	1.006 €   1.108 €	926 €   1.028 €
Premium	944 €   1.039 €	1.026 €   1.128 €	1.066 €   1.168 €	986 €   1.088 €
<b>Einzelzimmer</b> Standard	871 €   961 €	953 €   1.050 €	993 €   1.090 €	913 €   1.010 €
Komfort	901 €   991 €	983 €   1.080 €	1.023 €   1.120 €	943 €   1.040 €
Komfort Seeblick	959 €   1.054 €	1.041 €   1.143 €	1.081 €   1.183 €	1.001 €   1.103 €
Premium	1.019 €   1.114 €	1.101 €   1.203 €	1.141 €   1.243 €	1.061 €   1.163 €
<b>Suite*</b> Premium	994 €   1.089 €	1.076 €   1.178 €	1.116 €   1.218 €	1.036 €   1.138 €
Deluxe	1.064 €   1.159 €	1.146 €   1.248 €	1.186 €   1.288 €	1.106 €   1.208 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Verlängerungswochenrabatt: 50 € pro Person pro Woche, gültig für 7 Nächte Arrangements. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen.

Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.

<sup>5)</sup> Bei Zubuchung von Therapien und kosmetischen Leistungen erhalten Sie 20 % Rabatt. Ab einem Wert von 100 € pro Person pro Aufenthalt gewähren wir Ihnen 25 % Rabatt. Es gelten die regulären Preise, Mehrfachrabattierungen sind nicht möglich.

7 Nächte  
Sa - Sa

	Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b> Standard	1.412 €	1.501 €	1.541 €	1.461 €
Komfort	1.442 €	1.531 €	1.571 €	1.491 €
Komfort Seeblick	1.505 €	1.594 €	1.634 €	1.554 €
Premium	1.565 €	1.654 €	1.694 €	1.614 €
<b>Einzelzimmer</b> Standard	1.487 €	1.576 €	1.616 €	1.536 €
Komfort	1.517 €	1.606 €	1.646 €	1.566 €
Komfort Seeblick	1.580 €	1.669 €	1.709 €	1.629 €
Premium	1.640 €	1.729 €	1.769 €	1.689 €
<b>Suite*</b> Premium	1.615 €	1.704 €	1.744 €	1.664 €
Deluxe	1.685 €	1.774 €	1.814 €	1.734 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Verlängerungswochenrabatt: 50 € pro Person pro Woche, gültig für 7 Nächte Arrangements. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen.

Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.



# Unser "Gesundheits-Lädle"

Im „Gesundheits-Lädle“ unseres Online-Shops bieten wir rings um Ihre Gesundheit verschiedene Produkte aus den Bereichen Ernährung, Kosmetik und Therapie für die Nutzung und Anwendung zuhause an. Alle Produkte können

Sie natürlich auch vor Ort an unserer Rezeption oder Therapiereseption erwerben. Sei es als kleine Aufmerksamkeit und Mitbringsel für einen besonderen Menschen oder auch für sich selbst.

## Basenbrot-Backmischungen

Mit unseren Brot-Backmischungen gelingt Ihnen gesundes und leckeres Basen-Brot im eigenen Backofen. Einfacher geht es nicht: Die hochwertigen und fast ausschließlich pflanzlichen Zutaten einfach zusammenmischen, Wasser und einige gängige Kleinigkeiten hinzufügen – und ab in den Ofen.

Folgende Basenbrot-Sorten sind als Backmischungen erhältlich:



- Life Changing Bread
- Chia Superfood Brot
- Eiweissbrot



## Für ein ausgewogenes Frühstück: Das Basenmüsli

Die Basenmüsli-Sorten Dinkel und Hafer (auch glutenfrei verfügbar) kennen Sie vielleicht schon vom Frühstücksbuffet bei Ihrem Besuch im Kurzentrum. Zum Mitnehmen haben wir sie in praktische 500 g-Beutel abgepackt! Bei einer basischen Ernährung daheim die perfekte Ergänzung beim Start in den Tag. Jederzeit über unseren Online-Shop nachbestellbar.

**NEU**

## Die Aromaöl-Therapie

Die Aromaöltherapie ist die Anwendung von ätherischen Ölen zur Linderung von Beschwerden und Erkrankungen. Hier kommen in erster Linie Essenzen spezifischer Heilkräuter aus der Pflanzenheilkunde zum Einsatz (Phytotherapie = Therapie mit Heilkräutern). Die Inhaltsstoffe und Wirkungen von Heilpflanzen werden in den Ölrezepturen kombiniert, um eine möglichst große Wirkung zu entfalten und zusätzlich ein Zusammenspiel der Bestandteile zu erreichen. Die ätherischen Öle und Inhaltsstoffe wirken in ver-

schiedener Weise auf den Körper und die Gesundheit: Zum Einen über den Geruchssinn und einer damit verbundenen reflektorischen Reaktion des Körpers und der Körperfunktionen. Bei Anwendung auf der Haut – durch das Einreiben – werden die Wirkstoffe über diese aufgenommen und können an spezifischen Körperstellen direkt ihre heilungsfördernde oder auch bakterienhemmende Wirkung entfalten.



# Basenfastenwoche

Anreise Sa oder So



Entlasten und vitalisieren Sie Ihren Körper durch den Ausgleich Ihres Säure-Basen-Haushalts.

### ARRANGEMENT

- 6 oder 7 Nächte mit basischer Vollpension
- 1 ärztliches Beratungsgespräch
- 1 Blutuntersuchung (pro Aufenthalt)
- 1 BIA-Messung
- Fachvortrag zum Thema Basenfasten
- Basentreffen (Gesprächsgruppe)
- 3 x entgiftende Leberwickel (Heublumenpackung)

- 2 x Massagesprudelbad
- 4 x Wassertreten
- 1 x Basenbad
- 5 x morgendliche Aquagymnastik
- 1 x Gerätetraining (Gruppe)
- 2 x Nordic Walking mit Trainer
- 1 Abschlussgespräch (pro Aufenthalt)
- Tee während Ihres Aufenthaltes, Wasser zu den Hauptmahlzeiten

**INKLUSIV**  
Leistungen

### FÜR SIE ZU HAUSE

- Rezept-Sammlung mit basischen Gerichten

**KURZENTRUM**  
Plus

### HOTEL

- WLAN
- Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

### SPA

- Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbecken, Whirlpool
- Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

	6 Nächte   7 Nächte So - Sa   Sa - Sa	Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b>	Standard	1.034 €   1.127 €	1.116 €   1.216 €	1.156 €   1.256 €	1.076 €   1.176 €
	Komfort	1.064 €   1.157 €	1.146 €   1.246 €	1.186 €   1.286 €	1.106 €   1.206 €
	Komfort Seeblick	1.122 €   1.220 €	1.204 €   1.309 €	1.244 €   1.349 €	1.164 €   1.269 €
	Premium	1.182 €   1.280 €	1.264 €   1.369 €	1.304 €   1.409 €	1.224 €   1.329 €
<b>Einzelzimmer</b>	Standard	1.109 €   1.202 €	1.191 €   1.291 €	1.231 €   1.331 €	1.151 €   1.251 €
	Komfort	1.139 €   1.232 €	1.221 €   1.321 €	1.261 €   1.361 €	1.181 €   1.281 €
	Komfort Seeblick	1.197 €   1.295 €	1.279 €   1.384 €	1.319 €   1.424 €	1.239 €   1.344 €
	Premium	1.257 €   1.355 €	1.339 €   1.444 €	1.379 €   1.484 €	1.299 €   1.404 €
<b>Suite*</b>	Premium	1.232 €   1.330 €	1.314 €   1.419 €	1.354 €   1.459 €	1.274 €   1.379 €
	Deluxe	1.302 €   1.400 €	1.384 €   1.489 €	1.424 €   1.529 €	1.344 €   1.449 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Verlängerungswochenrabatt: 50 € pro Person pro Woche, gültig für 7 Nächte Arrangements. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen. Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.



# Heilsames Intervallfasten (16/8)<sup>6)</sup>

Anreise Sa oder So



Das Verschlankeungsprogramm mit unterstützenden Entspannungs- und Aktivtherapien – genießen Sie Ihr neues Ich.

## ARRANGEMENT

- ☑ 6 oder 7 Nächte mit ausgewählter Vollpension
- ☑ 1 ärztliches Beratungsgespräch (pro Aufenthalt)
- ☑ 1 EKG oder 1 Blutuntersuchung (pro Aufenthalt)
- ☑ 1 BIA-Messung
- ☑ 1 Blutdruckkontrolle
- ☑ Fachvortrag zum Thema Intervallfasten
- ☑ Fastentreffen (Gruppe)
- ☑ 1 x Carbovasal-Intensivtherapie

- ☑ 1 x Massagesprudelbad
- ☑ 1 x Massage, teil
- ☑ 1 x entschlackende Massage
- ☑ 1 x Entspannungstherapie PMR
- ☑ 2 x Aktivkurs
- ☑ 5 x Aquagymnastik (morgens)
- ☑ 2 x Nordic Walking mit Trainer
- ☑ 1 x Gesichtsmassage (ca. 30 min)
- ☑ Tee während Ihres Aufenthaltes, Wasser zu den Hauptmahlzeiten

**INKLUSIV**  
Leistungen

## FÜR SIE ZU HAUSE

- ☑ Intervallfasten-Rezept-Sammlung

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

**KURZENTRUM**  
Plus

# Kältetherapiewoche<sup>7)</sup>

Anreise Sa oder So



Minus 110 Grad Celsius zeigt das Thermometer in der Kältekammer an. Eine Temperatur, die zahlreiche Beschwerdebilder positiv beeinflusst und so Ihre Lebensqualität steigert.

[Weitere Infos zur Kältetherapie: S. 18](#)

## ARRANGEMENT

- ☑ 6 oder 7 Übernachtungen mit Vollpension (reichhaltiges Frühstück, Mittag: 3-Gänge-Wahlmenü, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ 2 ärztliche Beratungsgespräche mit Arztbrief
- ☑ 1 EKG (pro Aufenthalt)
- ☑ 12 Kältekammergänge inkl. Blutdruckkontrolle
- ☑ 5 Therapien auf Ihre Gesundheit abgestimmt (nach Wertigkeit 2 Rot und 3 Grün, siehe S. 33)

**INKLUSIV**  
Leistungen

## HOTEL

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

## SPA

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

6 Nächte   7 Nächte So - Sa   Sa - Sa		Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b>	Standard	1.084 €   1.177 €	1.166 €   1.266 €	1.206 €   1.306 €	1.126 €   1.226 €
	Komfort	1.114 €   1.207 €	1.196 €   1.296 €	1.236 €   1.336 €	1.156 €   1.256 €
	Komfort Seeblick	1.172 €   1.270 €	1.254 €   1.359 €	1.294 €   1.399 €	1.214 €   1.319 €
	Premium	1.232 €   1.330 €	1.314 €   1.419 €	1.354 €   1.459 €	1.274 €   1.379 €
<b>Einzelzimmer</b>	Standard	1.159 €   1.252 €	1.241 €   1.341 €	1.281 €   1.381 €	1.201 €   1.301 €
	Komfort	1.189 €   1.282 €	1.271 €   1.371 €	1.311 €   1.411 €	1.231 €   1.331 €
	Komfort Seeblick	1.247 €   1.345 €	1.329 €   1.434 €	1.369 €   1.474 €	1.289 €   1.394 €
	Premium	1.307 €   1.405 €	1.389 €   1.494 €	1.429 €   1.534 €	1.349 €   1.454 €
<b>Suite*</b>	Premium	1.282 €   1.380 €	1.364 €   1.469 €	1.404 €   1.509 €	1.324 €   1.429 €
	Deluxe	1.352 €   1.450 €	1.434 €   1.539 €	1.474 €   1.579 €	1.394 €   1.499 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Verlängerungswochenrabatt: 50 € pro Person pro Woche, gültig für 7 Nächte Arrangements. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen. Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer. 6) Menschen mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen oder Diabetes bitten wir um Vorbesprechung mit dem Hausarzt.

6 Nächte   7 Nächte So - Sa   Sa - Sa		Saison A 04.01. - 25.01.2025	Saison B 25.01. - 01.03.2025	Saison C 01.03. - 22.11.2025	Saison D 22.11. - 20.12.2025
<b>Doppelzimmer*</b>	Standard	1.112 €   1.202 €	1.194 €   1.291 €	1.234 €   1.331 €	1.154 €   1.251 €
	Komfort	1.142 €   1.232 €	1.224 €   1.321 €	1.264 €   1.361 €	1.184 €   1.281 €
	Komfort Seeblick	1.200 €   1.295 €	1.282 €   1.384 €	1.322 €   1.424 €	1.242 €   1.344 €
	Premium	1.260 €   1.355 €	1.342 €   1.444 €	1.382 €   1.484 €	1.302 €   1.404 €
<b>Einzelzimmer</b>	Standard	1.187 €   1.277 €	1.269 €   1.366 €	1.309 €   1.406 €	1.229 €   1.326 €
	Komfort	1.217 €   1.307 €	1.299 €   1.396 €	1.339 €   1.436 €	1.259 €   1.356 €
	Komfort Seeblick	1.275 €   1.370 €	1.357 €   1.459 €	1.397 €   1.499 €	1.317 €   1.419 €
	Premium	1.335 €   1.430 €	1.417 €   1.519 €	1.457 €   1.559 €	1.377 €   1.479 €
<b>Suite*</b>	Premium	1.310 €   1.405 €	1.392 €   1.494 €	1.432 €   1.534 €	1.352 €   1.454 €
	Deluxe	1.380 €   1.475 €	1.462 €   1.564 €	1.502 €   1.604 €	1.422 €   1.524 €

\* bei Doppelbelegung; Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag. Verlängerungswochenrabatt: 50 € pro Person pro Woche, gültig für 7 Nächte Arrangements. Für die Zeit vom 20.12.2025 bis 03.01.2026 siehe Weihnachts- und Silvesterwochen. Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer. 7) Wir empfehlen Ihnen vor der Reisebuchung die Abklärung der Kältetherapie mit dem Hausarzt.



# Weihnachtsglanz

20.12. - 27.12.2025



Tannenduft und bunte Kugeln, Plätzchenduft und heißer Punsch, Winterluft und glitzernder See – erleben Sie Ihre Weihnachtszeit mit heilsamen Anwendungen und Familiencharakter.

# Silvesterglück

27.12.2025 - 03.01.2026



Jahresrückblick und Neujahrswünsche – erholsamer Ausklang und energievoller Start. Heilsame Anwendungen wirken regenerierend und aufbauend. Tanzen Sie schwungvoll ins neue Jahr.

**ARRANGEMENT**

- ☑ 7 Übernachtungen mit Vollpension (reichhaltiges Frühstück, Mittag: 3-Gänge-Wahlmenü, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ festliches Weihnachtsmenü/Bufet
- ☑ verschiedene Abend-Events während des Aufenthaltes
- ☑ 2 x Naturfangopackung, teil
- ☑ 2 x Massage, teil
- ☑ 2 x Carbovasal-Intensivtherapie
- ☑ 1 x Massagesprudelbad
- ☑ 1 x Wassertreten
- ☑ 1 x Aquagymnastik

**HOTEL**

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

**INKLUSIV Leistungen**

**FESTTAGS-KOMBI WEIHNACHTEN/SILVESTER:**

- ☑ 14 Übernachtungen mit Vollpension
- ☑ plus alle Leistungen des Arrangements „Silvesterglück“

**SPA**

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

**ARRANGEMENT**

- ☑ 7 Übernachtungen mit Vollpension (reichhaltiges Frühstück, Mittag: 3-Gänge-Wahlmenü, Abend: 3-Gänge-Wahlmenü oder Buffet)
- ☑ festliches Silvestermenü/Bufet
- ☑ Tanzabend mit Live-Band
- ☑ Neujahrbrunch
- ☑ 2 x Naturfangopackung, teil
- ☑ 2 x Massage, teil
- ☑ 2 x Carbovasal-Intensivtherapie
- ☑ 1 x Massagesprudelbad
- ☑ 1 x Wassertreten
- ☑ 1 x Aquagymnastik

**HOTEL**

- ☑ WLAN
- ☑ Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- ☑ Unterhaltungs-, Aktiv- und Gesundheitsprogramm
- ☑ ein Tiefgaragenplatz pro Zimmer

**INKLUSIV Leistungen**

**FESTTAGS-KOMBI WEIHNACHTEN/SILVESTER:**

- ☑ 14 Übernachtungen mit Vollpension
- ☑ plus alle Leistungen des Arrangements „Weihnachtsglanz“

**SPA**

- ☑ Hallenbad und ganzjährig beheiztes Außenschwimmbaden, Whirlpool
- ☑ Finnische Sauna, Bio-Sauna, Soledampfbad, Aromadampfbad, Infrarotkabine
- ☑ Crushed Ice, Eimerdusche, Tauchbecken

7 Nächte   14 Nächte Sa - Sa   Sa - Sa		Weihnachtsglanz 20.12. - 27.12.2025	Kombi-Angebot Weihnachten + Silvester 20.12.2025 - 03.01.2026
<b>Doppelzimmer*</b>	Standard	1.184 €	2.408 €
	Komfort	1.214 €	2.468 €
	Komfort Seeblick	1.277 €	2.594 €
	Premium	1.337 €	2.714 €
<b>Einzelzimmer</b>	Standard	1.259 €	2.558 €
	Komfort	1.289 €	2.618 €
	Komfort Seeblick	1.352 €	2.744 €
	Premium	1.412 €	2.864 €
<b>Suite*</b>	Premium	1.387 €	2.814 €
	Deluxe	1.457 €	2.954 €

\* bei Doppelbelegung: Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag.  
Während der Weihnachts- und Silvesterwoche können in der Therapie keine Kassen- und Privatrezepte bearbeitet werden.  
Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.

7 Nächte   14 Nächte Sa - Sa   Sa - Sa		Silvesterglück 27.12.2025 - 03.01.2026	Kombi-Angebot Weihnachten + Silvester 20.12.2025 - 03.01.2026
<b>Doppelzimmer*</b>	Standard	1.274 €	2.408 €
	Komfort	1.304 €	2.468 €
	Komfort Seeblick	1.367 €	2.594 €
	Premium	1.427 €	2.714 €
<b>Einzelzimmer</b>	Standard	1.349 €	2.558 €
	Komfort	1.379 €	2.618 €
	Komfort Seeblick	1.442 €	2.744 €
	Premium	1.502 €	2.864 €
<b>Suite*</b>	Premium	1.477 €	2.814 €
	Deluxe	1.547 €	2.954 €

\* bei Doppelbelegung: Alle Preise pro Person zzgl. Kurbeitrag.  
Während der Weihnachts- und Silvesterwoche können in der Therapie keine Kassen- und Privatrezepte bearbeitet werden.  
Optional FlexTarif für eine kostenfreie Umbuchung bis zum Tag der Anreise: zzgl. 25 € pro Zimmer.



# Kosmetische Behandlungswelten

Die angegebene Dauer  
der Behandlungen sind ca.-  
Angaben inklusive Rüstzeiten.



Unser Partner:

**BABOR**

## GESICHTSBEHANDLUNGEN

Gesichtsbehandlung Klassik (ca. 60 Min.)	62,00 €
Gesichtsbehandlung Premium (ca. 90 Min.)	72,00 €
Augenbrauen-Korrektur	13,00 €
Augenbrauen färben	13,00 €
Wimpern färben	17,00 €
Ausreinigen	13,00 €

## HÄNDE & FÜSSE

Wellness-Maniküre (ca. 45 Min.)	43,00 €
mit Lack (ca. 55 Min.)	53,00 €
Fußpflege (ca. 40 Min.)	33,00 €
mit Lack (ca. 50 Min.)	43,00 €
Wellness-Pediküre (ca. 60 Min.)	58,00 €
mit Lack (ca. 70 Min.)	68,00 €



### Wünsche zu Einzeltherapien und kosmetischen Leistungen

Bitte beachten Sie: Die Anzahl, Uhrzeit, Art der Therapie und die Therapeutenauswahl nehmen wir gerne schriftlich als Wunsch entgegen, können aber nicht garantiert werden und richten sich nach der jeweiligen Verfügbarkeit.



## KÖRPER – BABOR SPA

### Peelings (Creme oder Meersalz-Öl)

Ganzkörperpeeling (ca. 45 Min.)	48,00 €
Rückenpeeling (ca. 30 Min.)	33,00 €

### Packungen (Softcreme, Anti-Aging-Vitamin, Anti-Aging-Lifting oder Algen-Mineral)

Ganzkörperpackung (ca. 45 Min.)	48,00 €
Rückenpackung (ca. 30 Min.)	33,00 €

### Entspannungs-Massagen

Teilkörperbehandlung (ca. 30 Min.)	38,00 €
Rücken-Paket: Peeling oder Packung inkl. 30 Min. Massage (ca. 60 Min.)	68,00 €
Ganzkörper-Paket: Peeling oder Packung inkl. 30 Min. Massage (ca. 75 Min.)	88,00 €

### Bäder (Öl, Meersalz-Öl, Milch oder Thalasso)

Wohlfühlbad (ca. 25 Min.)	28,00 €
---------------------------	---------

## ÄRZTLICHE BERATUNGSGESPRÄCHE

Blutdruckmessung	6,50 €
Blutuntersuchung/Labor	28,30 €
Erstgespräch	51,50 €
Folgegespräch	37,50 €
Abschlussgespräch mit Arztbrief	40,70 €

## ÄRZTLICHE LEISTUNGEN

EKG	43,90 €
Fachgespräch mit dem Arzt pro 15 Min.	27,50 €

## DIÄTOLOGISCHE LEISTUNGEN

BIA-Messung mit Beratung	35,50 €
BIA-Messung ohne Beratung	15,50 €
Ernährungsberatung	32,00 €
Erstellung indiv. Speiseplan	32,00 €

## MANUELLE BEHANDLUNGEN

Bindegewebsmassage	27,40 € ■
Fußreflexzonenmassage (ca. 20 Min.)	27,40 € ■
(ca. 40 Min.)	51,90 € ■■
Heilmassage, ganz (ca. 40 Min.)	48,20 € ■■
Heilmassage, teil (ca. 20 Min.)	25,10 € ■
Lymphdrainage (ca. 20 Min.)	27,40 € ■
(ca. 40 Min.)	51,90 € ■■
Marnitz-Therapie (ca. 20 Min.)	27,40 € ■
Segmentmassage	27,40 € ■

## ELEKTROPHYSIKALISCHE BEHANDLUNGEN

Galvanisation	18,70 € ■
Galvanisches Vollbad	28,30 € ■
Galvanisches Vierzellenbad	23,00 € ■
Galvanisches Zweizellenbad	23,00 € ■
Iontophorese	18,70 € ■
Magnetfeldtherapie	20,70 € ■
Mikrowelle	18,70 € ■
Rotlichtbestrahlung	14,40 € ■
Ultraschall	18,70 € ■
Ultraschall im Wasserbad	18,70 € ■

## INHALATIONEN

Medikamenteninhalation	16,40 € ■
Radontrockenbad*	19,70 € ■
Soleinhalation	16,40 € ■

# Unsere Therapiepreise

## KNEIPP THERAPIE

Wassertreten	12,20 € ■
--------------	-----------

## GYMNASTIK

Heilgymnastik, einzeln	30,70 € ■
Heilgymnastik, Gruppe (Atem, Gefäß, Beckenboden, Wirbelsäule, Hüfte/Knie, Osteoporose, Schulter)	18,50 € ■
Med. Gerätegymnastik, Gruppe	21,90 € ■
UW-Gymnastik, einzeln	30,70 € ■
UW-Gymnastik, Gruppe im Radon-Therapiebecken*	23,00 € ■

## PACKUNGEN

Heublumen-Leberwickel	27,20 € ■
Heublumenpackung, ganz	34,70 € ■■
Heublumenpackung, teil	27,20 € ■
Knetfango, warm	17,20 € ■
Naturfangopackung, ganz	34,70 € ■
Naturfangopackung, teil	24,00 € ■
Tretfango, warm	17,20 € ■
Topfenwickel	18,50 € ■

## BÄDER

Basenbad	23,00 € ■
Basisches Fußbad	18,90 € ■
Carbovasal-Intensivtherapie	23,00 € ■
Eukalyptusbad	23,00 € ■
Heublumenbad	23,00 € ■
Massagesprudelbad	29,80 € ■
Melissenbad	23,00 € ■
Rosmarinbad	23,00 € ■
Radonmove	18,60 € ■
Radon-CO <sub>2</sub> -Wannenbad	23,00 € ■
Radonwannenbad	20,80 € ■

## GANZKÖRPERKÄLTETHERAPIE – 110 °C

inkl. Arztbesuch, Ruhe-EKG, sowie Blutdruckkontrolle vor und nach jedem Kältekammergang (1 Anwendung ≙ ■)

5 Anwendungen	110,00 €
10 Anwendungen	160,00 €
20 Anwendungen	250,00 €
30 Anwendungen	330,00 €

Die angegebene Dauer der Behandlungen sind ca.-Angaben und enthalten die Zeit für das Aus- und Ankleiden.



\* Bitte klären Sie vor Reisebuchung mit Ihrem Hausarzt Radontherapien für sich ab.



# Wissenswertes



**Abholdienst** | Kostenloser Gästeabholdienst vom nächstgelegenen Bahnhof (Marktrechwitz).

**Abreise** | Der Check-Out erfolgt täglich bis 10.00 Uhr.

**Anreise** | Das Zimmer ist bei Anreise ab 15:00 Uhr beziehbar. Bitte berücksichtigen Sie dies bei Ihrer Reiseplanung.

**Bezahlung** | Die Hotelrechnung ist vor Abreise in bar, mit EC-/Maestro-Karte bzw. Kreditkarte zu begleichen.

**Diät** | In unserem Haus werden zahlreiche Diätvarianten angeboten. Unsere Diätassistentin berät Sie gerne.

**Empfehlungsgutschein** | Ihre Empfehlung zahlt sich aus: Für die Buchung eines Wochenarrangements aufgrund Ihrer Empfehlung erhalten Sie eine Gutschrift von 100 €, bei einer Buchung von Gesundheitstagen 40 € für Ihren nächsten Aufenthalt. Das Bonusguthaben ist übertragbar. Weitere Infos und Empfehlungscoupons erhalten Sie an der Hotelrezeption. Ausgenommen sind Buchungen über Reiseveranstalter.

**E-Ladestationen** | Auf dem Parkplatz vor dem Haus stehen kostenpflichtige Typ-2-Ladesäulen zur Verfügung.

**Gerichtsstand** | Dieser richtet sich nach dem Firmensitz.

**Haustiere** | Haustiere sind nicht gestattet.

**Internetzugang** | WLAN im gesamten Hotel.

**Nicht konsumierte Leistungen** | Der Abzug von nicht konsumierten Leistungen ist bei keinem Pauschalpreis möglich.

**Nichtraucher** | Ihrer Gesundheit zuliebe sind unsere Kurzentren rauchfrei. Das Rauchen ist nur in ausgewiesenen Bereichen gestattet.

**Preise** | Die angeführten Doppelzimmer- und Suite-Preise gelten nur bei Doppelbelegung. Alle Preisangaben pro Person inkl. MwSt. zzgl. gültigem Kurbeitrag.

**Rezepte** | Die Ärzte im Haus können ausschließlich Privatrezepte ausstellen.

**Shuttleservice** | Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat bieten wir einen Shuttleservice für die Strecke Berlin - Leipzig - Weissenstadt an, an jedem 2. und 4. Sonntag die Strecke Dresden - Chemnitz - Plauen - Weissenstadt. Mehr Infos und Preise an der Hotelrezeption.

**Stornogebühr** | Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Gesundheitshotel Weissenstadt GmbH & Co. KG. Gerne senden wir Ihnen die Stornobedingungen kostenlos zu. Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reisekostenrücktrittsversicherung und/oder den Abschluss einer Reiseabbruchversicherung.

**Tiefgarage** | Für Hotelgäste ist die Nutzung kostenfrei. Ein Wunsch-Stellplatz kann kostenpflichtig reserviert werden (13 €/Woche).

**Verlängerungswochenrabatt** | Pro Verlängerungswoche erhalten Sie 50 € Nachlass pro Person. Gültig nur für Verlängerungen von und mit Wochenarrangements (jeweils 7 Nächte). Z. B. erhalten Sie den Rabatt, wenn Sie Ihre Gesundheitswoche (7 ÜN) mit einer weiteren Gesundheitswoche (7 ÜN) verlängern – oder auch mit einem anderen 7-Nächte-Arrangement.

**Wünsche zu Einzeltherapien und kosmetischen Leistungen** | Bitte beachten Sie: Die Anzahl, Uhrzeit, Art der Therapie und die Therapeutenauswahl nehmen wir gerne als Wunsch entgegen, können aber nicht garantiert werden und richten sich nach der jeweiligen Verfügbarkeit.

**NEU:** Unser **FlexTarif** für alle, die mehr Sicherheit bei Ihrer Reiseplanung möchten. Der **FlexTarif** berechtigt zu einer **einmaligen kostenfreien Umbuchung** Ihres Aufenthalts **bis zum Tag der Anreise**.

- Der FlexTarif wird jeweils **pro Zimmer** gebucht, d. h. er ist für alle auf dieser Zimmerreservierung gebuchten mitreisenden Personen gültig.
- Der umgebuchte Reisetrip muss **innerhalb von 12 Monaten** nach dem ursprünglich gebuchten Auf-

enthalt liegen. Bei der Umbuchung wird zu dem **aktuellen Tarif des neuen Reisezeitraumes** gebucht.

- Der FlexTarif ist buchbar bei **Neubuchungen** über die Reservierungsabteilung oder in unserem hoteleigenen Online-Buchungsportal.
- Bei einer **Umbuchung ohne Flextarif** erheben wir eine **Gebühr von 75 €**. Bei einer **Stornierung** Ihrer Reise werden **bis zu 80 %** des Reisepreises fällig.



WEITERE INFOS: [www.kurzentrum-weissenstadt.de](http://www.kurzentrum-weissenstadt.de)

# Anreise und Kontakt

**Ihr Weg zu Erholung und Regeneration – wir wünschen Ihnen eine gute Anreise!**

Mit dem Auto über die A9 (München-Berlin), Autobahnanschluss Gefrees, oder über die A93 (Regensburg-Hof/Saale), Autobahnanschluss Thiersheim.

Mit der Bahn bis Marktrechwitz, von dort holen wir Sie gern mit unserem kostenlosen Gästeabholdienst ab.

Der nächstgelegene Flughafen ist Nürnberg (NUE).

**Kurzentrum Weissenstadt am See**  
Im Quellenpark 1  
95163 Weissenstadt  
Tel. 09253 9545-0  
Fax 09253 9545-40  
rezeption@kurzentrum-weissenstadt.de  
[www.kurzentrum-weissenstadt.de](http://www.kurzentrum-weissenstadt.de)



Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat bieten wir einen Shuttleservice für die Strecke **Berlin - Leipzig - Weissenstadt** an, an jedem 2. und 4. Sonntag die Strecke **Dresden - Chemnitz - Plauen - Weissenstadt**. **NEU: Zu speziellen Terminen** fahren wir einen Shuttleservice auf der Strecke **Stuttgart - Heilbronn - Würzburg - Bamberg - Weissenstadt**. Mehr Infos und Preise an der Hotelrezeption.

# Impressum

Gesundheitshotel Weissenstadt GmbH & Co. KG, 95163 Weissenstadt, Im Quellenpark 1, Komplementärin: Kurzentrum Weissenstadt Management GmbH, Sitz in Weissenstadt, HRB 3879, Amtsgericht Hof, Geschäftsführer: Stephan Gesell. Änderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten (Stand 09/2024). Bei Herausgabe einer neuen Preisliste verlieren alle bisherigen Angaben ihre Gültigkeit. Die aktuellen Preise entnehmen Sie der Homepage [www.kurzentrum-weissenstadt.de](http://www.kurzentrum-weissenstadt.de). Es gelten die AGB in der jeweils gültigen und aktuellen Fassung, die wir Ihnen auf Wunsch gern zusenden. Sie finden diese auch auf unserer Homepage unter [www.kurzentrum-weissenstadt.de/agb](http://www.kurzentrum-weissenstadt.de/agb). Foto-Nachweise: S. 2 mitte, S. 6/7 oben, S. 7 links: Tourist-Information Weissenstadt; S. 6 links: Tourismuszentrale Fichtelgebirge/ F. Trykowski; S. 6 rechts: Tourismuszentrale Fichtelgebirge/A. Hub; S. 7 rechts: Luisenburger-Festspiele/ © Florian Miedl; S. 14 links und oben: Hans G. Hauri KG Mineralstoffwerke; AdobeStock.





**Kurzentrum Weißenstadt am See**

Im Quellenpark 1  
95163 Weißenstadt

Tel. 09253 9545-0

Fax 09253 9545-40

[rezeption@kurzentrum-weissenstadt.de](mailto:rezeption@kurzentrum-weissenstadt.de)

[www.kurzentrum-weissenstadt.de](http://www.kurzentrum-weissenstadt.de)

