

Fit & Vital



Die 14-tägige Kompaktkur in 2024

Mit

Fitness

Vitalität

Lebenslust

Neue Energie für Beruf und Alltag

Liebe Versicherte,

gesund sein heißt, sich wohl zu fühlen und eine besondere Lebensqualität zu spüren.

Gesundheit ist aber keine Selbstverständlichkeit und kann von jedem selbst maßgeblich mit beeinflusst werden.

Veränderungen beginnen mit dem ersten Schritt! Richtig angeleitete, dosierte, sportliche Aktivitäten, Entspannung für Körper und Geist, kombiniert mit gesunder Ernährung – das sind die drei Bausteine für eine wirkungsvolle Veränderung. Hierzu bietet Ihnen unsere Krankenkasse eine besondere Unterstützung. Wir haben für Sie verschiedene ambulante Vorsorgeprogramme entwickelt, die Ihnen in 14-tägigen Kompaktprogrammen ideale Grundlagen für Ihre Fitness und zur Linderung Ihrer Beschwerden geben.

Für 2024 haben wir das Leitthema „Körperhaltung“ gewählt (siehe Seite 4).

Selbstverständlich gehören im neuen Katalog auch weiterhin alle bewährten Vorsorgeprogramme zum Angebot.

Je nach Indikation können Sie zwischen geprüften Kliniken in den verschiedensten Landschaften – von der See über die Mittelgebirge bis zu den Alpen – auswählen.

Im Mittelpunkt unserer kompakten Fit & Vital Vorsorgekuren steht Ihre aktive Teilnahme an einem ausgewogenen Therapieprogramm, das gemeinsam mit weiteren Teilnehmern durchgeführt und ärztlich geleitet wird. Dabei ist ebenso für begleitende Freizeitaktivitäten gesorgt, damit Sie die schönen Landschaften im Umfeld Ihrer Kureinrichtung erleben und genießen können. Voraussetzung für unsere Fit & Vital-Kur ist, dass Ihr Arzt Ihnen hierfür die medizinische Notwendigkeit bescheinigt. Unsere Krankenkasse beteiligt sich dann an den Kosten für das medizinisch-therapeutische Programm.

Antworten auf Ihre weiteren Fragen zu Voraussetzungen, Beantragung, Bewilligung und andere wichtige Informationen finden Sie am Ende dieses Kataloges.

Werden Sie aktiv, um Ihre Fitness und Vitalität zu erhalten und zu stärken.

Harri Ackermann

Vorstand BKK Deutsche Bank AG





10 Standorte
in ganz Deutschland

– ob an der Küste, in den Bergen oder dazwischen


17 verschiedene
Schwerpunkte

– für unterschiedliche Interessen

Die Fit & Vital Angebote als kompakte oder offene Kurmaßnahme

Im Rahmen der bewährten Kompaktprogramme erhalten Sie ein umfangreiches Therapieangebot für mehr Gesundheit. Je nach Indikation oder Schwerpunkt können Sie das für Sie passende Kurprogramm in den verschiedensten Landschaften und geprüften Kliniken oder Kurorten auswählen – Gesundheit mit großer Vielfalt!

Zusätzlich zu den bewährten Kompaktprogrammen bieten wir in Sibyllenbad/Bad Neualbenreuth auch offene Kuren an. Mit dem Angebot als offene Badekur erhalten Sie eine individuell abgestimmte Kurmaßnahme. Vor Ort wird die Kur durch den Arzt auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten und einzelne Behandlungen oder Therapien besprochen – Gesundheit, so individuell wie Sie!



Sie möchten Ihre persönliche Grundlage für eine langfristige Gesundheit legen?

Eine gute Körperhaltung wirkt sich auf gleich mehreren Ebenen positiv aus: Auf das Muskel-Skelett System, auf die Atmung, auf die psychische Belastbarkeit und somit auf Ihre Lebensqualität insgesamt. Lästige Rücken- oder Nackenschmerzen beispielsweise liegen bei etwa 75% der Berufstätigen in Deutschland vor und sind eines der häufigsten Hauptsymptome einer schlechten Körperhaltung.

Mit den vielfältigen Fit & Vital-Angeboten in den Bereichen Mobilität, Flexibilität und Körperwahrnehmung kann einer Fehlhaltung und damit körperlichen Problemen aktiv entgegen gewirkt – und Ihre persönliche Basis für eine nachhaltige Gesundheit gelegt werden.

Ambulantes Vorsorge Kompaktprogramm



| Schwerpunkte | | Seiten |
|--|--------------------------------------|----------------------|
| Allergien | | 6 |
| Atemwegserkrankungen | | 12, 16, 24 |
| „Burn out“-Prophylaxe | | 6, 8, 12, 14, 16, 20 |
| Chronische Autoimmunerkrankungen | | 22 |
| Chronische Wirbelsäulenbeschwerden | | 14, 18 |
| Degenerative Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädische Erkrankungen) | 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24 | |
| Entzündlich-rheumatische Erkrankungen | 6, 8, 10, 12, 14, 22 | |
| Erkrankung peripherer Nerven | | 22 |
| Gastroenterologische Erkrankungen | | 6 |
| Körperhaltung – Das Fundament Ihrer Gesundheit Jahresleitthema 2024 | 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24 | |
| Heilfasten, Basenfasten | | 6, 10 |
| Herz-Kreislaferkrankungen | 6, 8, 10, 14, 16, 20, 22, 24 | |
| Migräne | | 6 |
| Orthopädische Schmerzerkrankungen | | 14, 16, 18 |
| Psychovegetative Erschöpfungszustände | 6, 8, 12, 14, 16, 20, 22 | |
| Rheuma | 6, 8, 10, 12, 14, 22 | |
| Stoffwechselerkrankungen | | 6, 14, 16, 22 |



Die Malteser Klinik von Weckbecker liegt in Bad Brückenau, mitten im Biosphärenreservat Bayerische Rhön.

Die traditionsreiche Fachklinik kombiniert seit über 60 Jahren anerkannte naturheilkundliche Therapieformen wie das Heilfasten mit modernen medizinischen Erkenntnissen. Das integrative Konzept nach Dr. Erich von Weckbecker ist ideal zur Behandlung von chronischen Erkrankungen und Zivilisationserscheinungen wie Bewegungsmangel, Stressbelastung, Übergewicht, falsche Ernährung und entsprechenden Risikofaktoren.

Die Experten-Teams aus Ärzten, Sport- und Physiotherapeuten, Ernährungsberatern und Seelsorgern arbeiten hierbei Hand in Hand für Ihr körperliches, geistiges und seelisches Wohl. Mit sanfter Medizin, die nicht nur die Symptome kuriert, sondern bei den Ursachen der Beschwerden ansetzt.

In einer Zeit, in der Hektik und Stress zum Alltag gehören, bietet die Klinik einen besonderen Ort für Rückzug und Regeneration. Entdecken Sie hier, wie viel gesünder und energiegelauer Ihr Leben sein kann!

Ausstattung des Hauses

Die Nichtraucher-Häuser am Südhang liegen in einem gepflegten Park am Waldrand mit Panoramablick ins Tal. Wander- und Nordic Walking-Wege beginnen direkt am Klinikgelände. Geschmackvolles Ambiente und komfortable Zimmer tragen zum Wohlbefinden bei. Allen Gästen, die nicht fasten können oder wollen, steht eine vegetarische basische Bio-Vitalküche zur Verfügung.

Standard-Kategorie / Haus 1:

Standard-Zimmer mit Dusche/WC/TV und teilweise Balkon

Komfort-Kategorie / Haus 2:

Komfort-Zimmer mit Balkon, Dusche/WC/TV/Radio, Internetanschluss und Föhn

Auf Wunsch auch allergiker- und behindertenfreundliche Zimmer.

Zusätzliche Leistungen

- Nutzung der Saunalandschaft, Dampfbad, Infrarotkabine, Lichtdusche, Hallenbad und Cardiogeräte (Milon-Zirkel-Einweisung kostenpflichtig)
- Tee- und Wasserbar zur ständigen freien Verfügung



14 Tage
ab **1.021,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen
- Entzündlich-rheumatischen Erkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen
- Herz-Kreislauferkrankungen
- Migräne und Allergien
- Gastroenterologischen Erkrankungen
- Psychovegetativer Erschöpfung („Burn out“-Prophylaxe)

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Betreuung (Aufnahme-, Zwischen- und Abschlussvisite)
- Heilfastentherapie unter ärztlicher Kontrolle
- Colontherapie*
- feucht-heißer Leberwickel (Kartoffelsack)*
- Ernährungsvorträge
- Wasseranwendungen nach Kneipp (Wechselsitzbad, Wechselfußbad, Wechselarmbad mit Kräuterzusatz, Wechselguss)
- Sport- und Bewegungstherapie (Morgenfitness, Nordic Walking, geführte Terrainwanderungen)
- Cardio-Training (therapeutisch kontrolliert)
- Entspannungstherapie (Progressive Muskelentspannung / Meditation)
- Arztvorträge
- Massage

*Bei Variante Heilfasten

Zusätzlich bei Schwerpunkt „Körperhaltung“:

- „Start in den Tag“: Kombination aus Bewegungs- und Atemübungen im Freien
- Bewegungseinheiten zur Körperkräftigung z. B. BodyFit, Theraband o. ä. (Angebote variieren im wöchentlichen Wechsel)

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | |
|----------------------------|----------------------------|
| Br 01: 07.04. – 20.04.2024 | Br 06: 28.07. – 10.08.2024 |
| Br 02: 05.05. – 18.05.2024 | Br 07: 01.09. – 14.09.2024 |
| Br 03: 02.06. – 15.06.2024 | Br 08: 22.09. – 05.10.2024 |
| Br 04: 23.06. – 06.07.2024 | Br 09: 20.10. – 02.11.2024 |
| Br 05: 14.07. – 27.07.2024 | Br 10: 24.11. – 07.12.2024 |

Weitere Termine auf Anfrage.

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Fastenverpflegung alternativ Vollpension (Vegetarische Basische Bio-Vitalküche mit Lebensmitteln aus biologischem und/ oder regionalem Anbau), Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

Malteser Klinik von Weckbecker

Standard-Kategorie / Haus 1

| | |
|-----------------|-----------|
| im Doppelzimmer | 1.021,- € |
| im Einzelzimmer | 1.041,- € |

Komfort-Kategorie / Haus 2

| | |
|-----------------|-----------|
| im Doppelzimmer | 1.321,- € |
| im Einzelzimmer | 1.341,- € |

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Verordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt 152,- €
Spezielle Kostformen (z. B. bei Allergien und Intoleranzen) sind gegen einen Aufpreis zubuchbar.



Neue Energie
für Körper und Seele



Malteser

Klinik von Weckbecker
Fachklinik für Naturheilverfahren



Einfach da sein. Wohlfühlen. Weckbecker.

Die Malteser Klinik von Weckbecker ist eine der führenden Fachkliniken für Integrative Medizin in Europa und verbindet traditionelle Naturheilverfahren mit den neuesten Erkenntnissen der Schulmedizin. Engagierte, bestqualifizierte Therapeuten sorgen für Ihr körperliches, geistiges und seelisches Wohl.

Dabei wird ein ganzheitlicher und nachhaltiger Ansatz verfolgt, der nicht nur die Symptome, sondern die Ursache effektiv behandelt.

Die Klinik mit Hotelkomfort liegt in der schönen Bayerischen Rhön, am Waldrand mit Panoramablick ins Tal – ideal zum Wandern und Entspannen vom Alltagsstress. Die herrliche Natur und ein Ambiente zum Wohlfühlen sind ideale Bedingungen für einen erholsamen Aufenthalt.

Freuen Sie sich auf naturheilkundliche Therapien, eine moderne Kneippabteilung, Schwimmbad, Saunalandschaft (Bio-Sauna, Finnische Sauna, Dampfbad), Infrarotkabine, Lichtdusche, Fitnessraum mit Milon®-Zirkel, Lehrküche, 24 Stunden Tee- und Wasserbar und Kosmetik. Sport- und Entspannungsangebote runden Ihren Aufenthalt ab.

Das Weckbecker Vier-Säulen-Konzept für eine ganzheitliche Regeneration:

- Heilfasten, Ernährung & Diätetik
- Bewegung & Entspannung, Osteopathie, Physiotherapie
- Wassertherapie nach Kneipp, Colonthérapie
- Spiritualität, Lebensberatung & Achtsamkeit

Verbinden Sie **Genießen** mit **Genesen** in der Bayerischen Rhön.

Malteser Klinik von Weckbecker

Rupprechtstraße 20
97769 Bad Brückenau
Telefon 09741 – 830
Telefax 09741 – 83800
weckbecker@malteser.org
www.weckbecker.com



www.facebook.com/weckbecker



Das familiengeführte Wunsch Hotel Mürz vereint Gesundheit und Wellness zu einem unverwechselbaren Urlaubserlebnis. Das Natural Health & Spa Hotel bietet alles, was das Herz begehrt: komfortable Zimmer und Suiten, einen eigenen Wellness- & Spabereich mit heilsamen Bad Füssinger Thermalmineralwasser, Kosmetikstudio und Vitaltherapie sowie eine ausgezeichnete regionale Küche. Umfangreiche Bewegungs- und Gesundheitsangebote, wie basenfasten – die wacker-methode®, laden zu einem gesünderen Lebensstil ein. Die überschaubare Größe von gerade einmal 47 Zimmern bzw. Suiten garantiert einen besonders individuellen Aufenthalt.

Rund um den Kurort Bad Füssing gibt es allerhand zu entdecken, wie die Naturregion Bayerischer Wald und die Dreiflüssestadt Passau. Im Wunsch Hotel Mürz ist Erholung garantiert und dank dem Abholservice mit dem „Wunsch-Mobil“ verläuft sogar die Anreise entspannt.

Zusätzliche Leistungen

- Nutzung des Wellness- und Spabereiches mit hauseigener Mineral-Heil-Therme (Schwimmbecken 31 °C und Whirlpool 36 °C)
- Saunalandschaft mit Finnischer Sauna, Dampfsauna und Infrarotsauna
- Nutzung unseres Wellness- und Spabereiches am Anreisetag und am Abreisetag open end
- Garten mit Natur-Schwimm-Teich und Liegewiese
- Verschiedene Ruhebereiche zum Entspannen
- Fitnessbereich mit verschiedenen Cardio- und Kraftgeräten
- 1x Flasche Wasser und kleiner Vitamingruß zur Begrüßung auf dem Zimmer
- Kuscheliger Leih-Bademantel und Badetasche für die Dauer Ihres Aufenthaltes, Badeslipper auf Anfrage
- Einweisung in die Fitness- und Cardio-Geräte (auf Anfrage)
- Nordic Walking-Stöcke während Ihres Aufenthaltes
- Teebar in der Spa Lounge
- Trinkbrunnen mit „EWO belebtem Wasser“
- WLAN im gesamten Haus
- Parkplätze und Tiefgarage direkt am Hotel
- Ladestation für Tesla-Modelle und Elektrofahrzeuge mit Typ-2-Stecker
- Kur- und Gästekarte mit zahlreichen Leistungen



14 Tage
ab **1.269,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Degenerativen und entzündlich rheumatischen Erkrankungen
- Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädische Erkrankungen)
- Mitbehandlung von Erkrankungen aus dem internistischen Fachgebiet und psychovegetativen Erschöpfungszuständen (Burn Out)

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Aufnahme- und Abschlussuntersuchung
- Tägliche Thermalbewegungsbäder
- Bewegungs- und Entspannungstraining
- Unterwassergymnastik in der Gruppe
- Klassische Massage
- Packung mit natürlichen Peloiden (Naturfango)
- Lymphdrainage
- Elektrotherapie
- Einzel-Krankengymnastik
- Medizinische Bäder je nach Verordnung (Kohlesäurebad, Luftpudelbad mit Zusatz oder Stangerbad)

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| FüM 01: 07.01. – 20.01.2024 A | FüM 12: 09.06. – 22.06.2024 B |
| FüM 02: 21.01. – 03.02.2024 A | FüM 13: 23.06. – 06.07.2024 B |
| FüM 03: 04.02. – 17.02.2024 A | FüM 14: 07.07. – 20.07.2024 B |
| FüM 04: 18.02. – 02.03.2024 A | FüM 15: 21.07. – 03.08.2024 B |
| FüM 05: 03.03. – 16.03.2024 A | FüM 16: 04.08. – 17.08.2024 B |
| FüM 06: 17.03. – 30.03.2024 B | FüM 17: 18.08. – 31.08.2024 B |
| FüM 07: 31.03. – 13.04.2024 B | FüM 18: 29.09. – 12.10.2024 B |
| FüM 08: 14.04. – 27.04.2024 B | FüM 19: 13.10. – 26.10.2024 B |
| FüM 09: 28.04. – 11.05.2024 B | FüM 20: 27.10. – 09.11.2024 A |
| FüM 10: 12.05. – 25.05.2024 B | FüM 21: 10.11. – 23.11.2024 A |
| FüM 11: 26.05. – 08.06.2024 B | FüM 22: 24.11. – 07.12.2024 A |

Weitere Termine auf Anfrage – Anreise immer Sonntags.

A = Saison A, B = Saison B

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Verwöhn-Halbpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| Wunsch Hotel Mürz | Saison A | Saison B |
|------------------------------|-----------|-----------|
| Einzelzimmer mit Gartenblick | 1.269,- € | 1.379,- € |
| Doppelzimmer mit Sonnenblick | 1.269,- € | 1.379,- € |
| Suite | 1.659,- € | 1.769,- € |

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Ordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 160,- €

HOTEL MÜRZ

WUNSCH HOTEL

Gönnen Sie sich eine Auszeit zum *Aufleben*



Natural
natur erleben



Health
gesund leben



Spa
körper & geist beleben

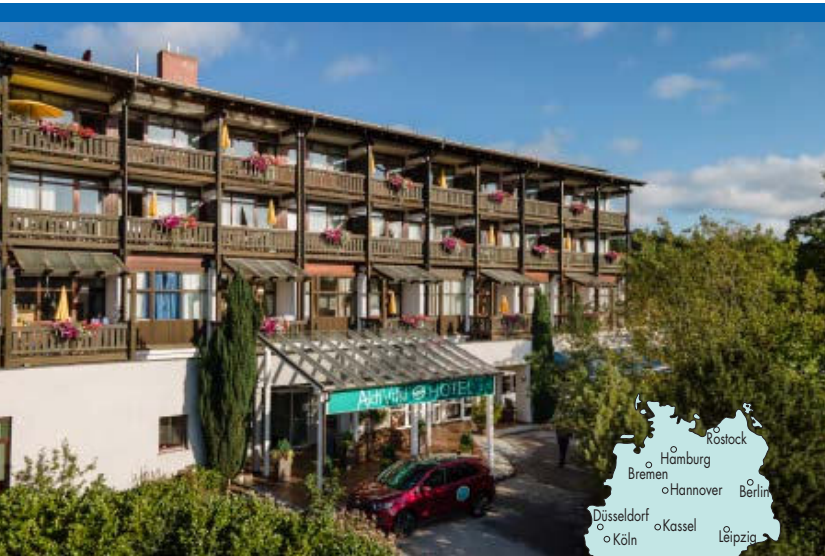


Hotel



Wunsch Hotel Mürz
Kurhotel Mürz GmbH & Co. KG
Birkenallee 7-9
94072 Bad Füssing
info@muerz.de
08531 958-0

muerz.de



Bad Griesbach – ein schönes Fleckerl Erde mit guter Luft und heilsamem Thermal-Mineralwasser.

Das „AktiVital Hotel“ bietet viele zahlreiche Möglichkeiten, um Ihren Aufenthalt in Bad Griesbach zu bereichern.

Ein kompetentes Team erwartet Sie mit vielen Tipps und Anregungen, um Gesundheit mit Spaß und Freude zu erleben. Zudem bietet Bad Griesbach wunderschöne Ausflugsmöglichkeiten nach Passau, die berühmte Dreiflüssestadt oder nach Schärding am Inn, eine alte Barockstadt im nahegelegenen Österreich.

Ausstattung des Hauses

Zimmer und Suite sind modernisiert und ausgestattet mit Dusche/WC, Föhn, Kosmetikspiegel, Safe, Minibar, WLAN, Telefon, TV sowie Balkon oder Terrasse

Die Halbpension umfasst ein vitales Frühstücksbuffet sowie Mittag- oder Abendessen (4-Gang-Wahlmenü). Alternativ ist eine „Ernährungsumstellung durch Basenfasten“ buchbar (gegen Aufpreis von 338,- € pro Person) mit rechts stehenden Leistungen.

Zusätzliche Leistungen

- Vitamingruß und 1 Flasche Wasser auf dem Zimmer bei Anreise
- Tägliche Nutzung des Thermalbades im Hotel mit Thermal-mineralwasser aus der Bad Griesbacher Karlsquelle
- Tägliche Nutzung der Kräutersauna und der Finnischen Außensauna
- Tägliche Nutzung der Physiotherm-Infrarotwärmekabine
- Flauschiger Leihbademantel während des Aufenthaltes im Hotel
- Bis zu 25% Greenfee-Ermäßigung auf ausgewählten Golfplätzen der Region Donau-Inn und im Quellness Golf Resort Bad Griesbach
- WLAN in der Lobby und auf dem Zimmer
- Parkplatz am Hotel



14 Tage
ab **862,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- **Entzündlich-rheumatischen Erkrankungen**
- **Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädische Erkrankungen)**
- **Herz- und Kreislauferkrankungen**

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Betreuung (Aufnahme- und Abschlussuntersuchung)
- Thermalbewegungsbäder
- Bewegungstraining
- Entspannungstraining
- Unterwassergymnastik
- Klassische Massage
- Packung mit natürlichen Peloiden (Naturfangoo)
- Lymphdrainage
- Elektrotherapie
- Einzel-Krankengymnastik
- Medizinische Bäder (Kohlensäurebad, Luftsprudelbad mit Zusatz oder Stangerbad)

Zusätzlich bei „Ernährungsumstellung durch Basenfasten“ (gegen Aufpreis*)

- Basischer Tee zur Begrüßung
- Basenfasten im Rahmen der Halbpension
- Stilles Wasser & basische Bio-Kräutertees
- Betreuung durch Guest Manager
- Begrüßungspaket mit persönlichem Fastenbuch
- Einführungs-, Ernährungs- und Abschlussgespräch
- Basenfußbad
- Leberwickel zur eigenen Anwendung

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| BGr 01: 14.01. – 27.01.2024 A | BGr 13: 30.06. – 13.07.2024 B |
| BGr 02: 28.01. – 10.02.2024 A | BGr 14: 14.07. – 27.07.2024 B |
| BGr 03: 11.02. – 24.02.2024 A | BGr 15: 28.07. – 10.08.2024 B |
| BGr 04: 25.02. – 09.03.2024 A | BGr 16: 11.08. – 24.08.2024 B |
| BGr 05: 10.03. – 23.03.2024 A | BGr 17: 25.08. – 07.09.2024 B |
| BGr 06: 24.03. – 06.04.2024 A | BGr 18: 08.09. – 21.09.2024 B |
| BGr 07: 07.04. – 20.04.2024 A | BGr 19: 22.09. – 05.10.2024 B |
| BGr 08: 21.04. – 04.05.2024 A | BGr 20: 06.10. – 19.10.2024 B |
| BGr 09: 05.05. – 18.05.2024 A | BGr 21: 20.10. – 02.11.2024 A |
| BGr 10: 19.05. – 01.06.2024 A | BGr 22: 03.11. – 16.11.2024 A |
| BGr 11: 02.06. – 15.06.2024 A | BGr 23: 17.11. – 30.11.2024 A |
| BGr 12: 16.06. – 29.06.2024 B | BGr 24: 01.12. – 14.12.2024 A |

Weitere Termine auf Anfrage.
A = Saison A, B = Saison B

Preis pro Person

bei 13 Übernachtungen / Halbpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| AktiVital Hotel | Saison A | Saison B |
|--------------------------------------|-----------|-----------|
| 2-Raum-Doppelzimmer | 862,- € | 927,- € |
| Einzelzimmer | 927,- € | 992,- € |
| Junior Suite | 972,- € | 992,- € |
| 2-Raum-Doppelzimmer (Einzelbelegung) | 1.187,- € | 1.252,- € |
| Junior Suite (Einzelbelegung) | 1.382,- € | 1.447,- € |

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Verordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 112,- €

*Aufpreis für „Ernährungsumstellung durch Basenfasten“: 338,- € pro Person

AktiVital HOTEL

Leben im Gleichgewicht



gesund
voller leben

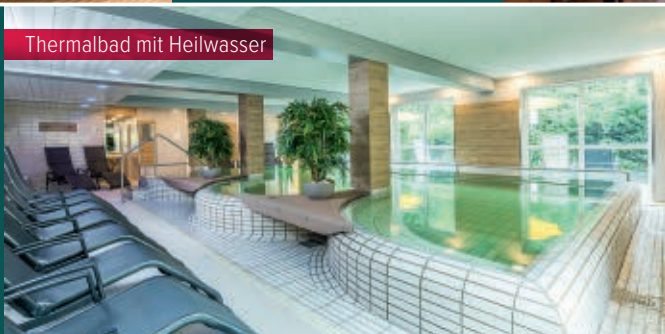


Wintergarten



Aktivprogramm mit Nordic Walking

natürlich
natur erleben

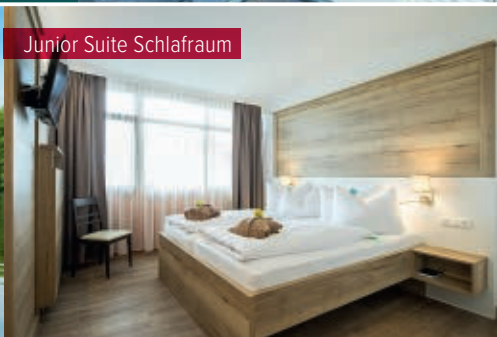


Thermalbad mit Heilwasser

erholen
körper & geist beleben



Außensauna



Junior Suite Schlafraum



AktiVital Hotel

Wunsch Hotel OHG
Prof.-Baumgartner-Str. 1
94086 Bad Griesbach
☎ 08532 708-0

aktivitalhotel.de



Die Kur-Residenz Villa Henckel bietet die optimale Ausgangslage für zahlreiche Unternehmungen. Zum Kurpark mit Gradierwerk sind es nur wenige Schritte, in unmittelbarer Nähe befinden sich auch die Konzertrotunde und die Fußgängerzone. Basis unserer Gesundheitsleistungen ist die naturgelöste Reichenhaller AlpenSole. Kostbare Mineralien und Spurenelemente aus den Tiefen der Reichenhaller Bergwelt machen sie so einzigartig. Daher ist die Reichenhaller AlpenSole nicht nur Mittelpunkt unserer Therapien, wir verwenden diesen einzigartigen Schatz der Natur auch für die Zubereitung unserer Speisen. Unser Menüangebot haben wir auf einen ausgewogenen Säure-Basen-Haushalt ausgerichtet. Auf unseren Menüplänen weisen wir auf die Beschaffenheit und Wirkung verschiedener Lebensmittel hin und stellen unsere Kochrezepte gerne zum Nachkochen für zu Hause zur Verfügung. Durch das Zusammenwirken des familiären Ambientes, einer gemütlichen Unterkunft, der umfassenden Therapieleistung sowie einer gesunden Ernährung und der Herzlichkeit der Mitarbeiter wird die Villa Henckel seit vielen Jahren von zahlreichen Stammgästen geschätzt. Denn es ist eine Tradition unseres Hauses: wir messen unsere Leistung daran, wieviel „Wohlgefühl“ wir unseren Gästen vermitteln, denn mit dem Wohlgefühl beginnt die Gesundung. Wir freuen uns auf Sie!

Ausstattung des Hauses

Die Kur-Residenz Villa Henckel ist im italienischen Stil gebaut und befindet sich im Herzen der Stadt, im verkehrsberuhigten Bereich. Das Haus verfügt über 45 Betten, dadurch erlebt der Gast eine familiäre und persönliche Atmosphäre. Unsere Ein- und Zweibettzimmer sind mit Dusche, WC, Kabel-TV und Radiowecker ausgestattet. Lift ist vorhanden. Fast alle Zimmer verfügen über einen breiten, überdachten Liegebalkon, der den Blick auf die faszinierende Bergwelt ermöglicht. Zimmer und Aufenthaltsräume sind gemütlich eingerichtet und spiegeln die harmonische Atmosphäre des Hauses wider. Unser Haus ist noch einer von vier, die das Privileg genießen, unsere Sole direkt aus der Alten Saline in Bad Reichenhall beziehen zu können, die als zertifizierte Heilquelle ausgeschrieben ist.

Zusätzliche Leistungen

- Berücksichtigung von speziellen Ernährungsweisen (vegan, laktosefrei etc.)

14 Tage
ab **849,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Erkrankungen der Atemwegsorgane
- Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädische Erkrankungen)
- Rheumatischen Erkrankungen (auf Anfrage)
- Erschöpfungssyndromen (Burn out)

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Aufnahme- und Abschlussuntersuchung
- Klassische Massage
- Moorpackungen mit Naturmoor
- Solebewegungsbad (in der Rupertustherme)
- Nordic Walking vor traumhafter Bergkulisse
- Qi Gong mit Naturerlebnis „Reichenhaller Bergwelt“
- Wannenbad mit AlpenSole
- Entspannungstherapie nach Jacobson

Zusätzlich bei Atemwegserkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Inhalationstherapie mit Reichenhaller AlpenSole mit/ohne Medikament nach Verordnung
- Bindegewebsmassage
- Schulung Atem- und Hustentechnik

Zusätzlich bei Orthopädischen Erkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Kneippsche Güsse
- Krankengymnastik/Physiotherapie
- Elektrotherapie
- Bewegungsübungen Fit für den Alltag

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

Re 01: 26.02. – 10.03.2024 Re 04: 15.07. – 28.07.2024
Re 02: 22.04. – 05.05.2024 Re 05: 14.10. – 27.10.2024
Re 03: 08.07. – 21.07.2024 Re 06: 28.10. – 10.11.2024

Weitere Termine auf Anfrage.

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Halbpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| Kur-Residenz Villa Henckel | DZ | EZ |
|----------------------------|---------|-----------|
| Standard | 849,- € | 953,- € |
| Komfort | 901,- € | 1.096,- € |

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Verordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 168,- €

Herzlich Willkommen in Bad Reichenhall

Bad Reichenhall – auch bayerisches Meran genannt – hat durch seine von Bergen geschützte Lage als heilklimatischer Kurort Weltruhm erlangt und ist der erste zertifizierte „Alpine Gesundheitsort“ Deutschlands. Durch das Zusammenwirken des milden Gebirgsklimas mit der einzigartigen Bad Reichenhaller AlpenSole ist eine effektive Behandlung von Erkrankungen der Atemwegsorgane garantiert.

Die „Villa Henckel“ liegt im Herzen der Kurzone im verkehrsberuhigten Bereich in unmittelbarer Nähe zu Kurpark und Gradierwerk.

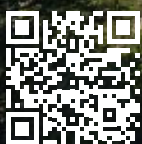
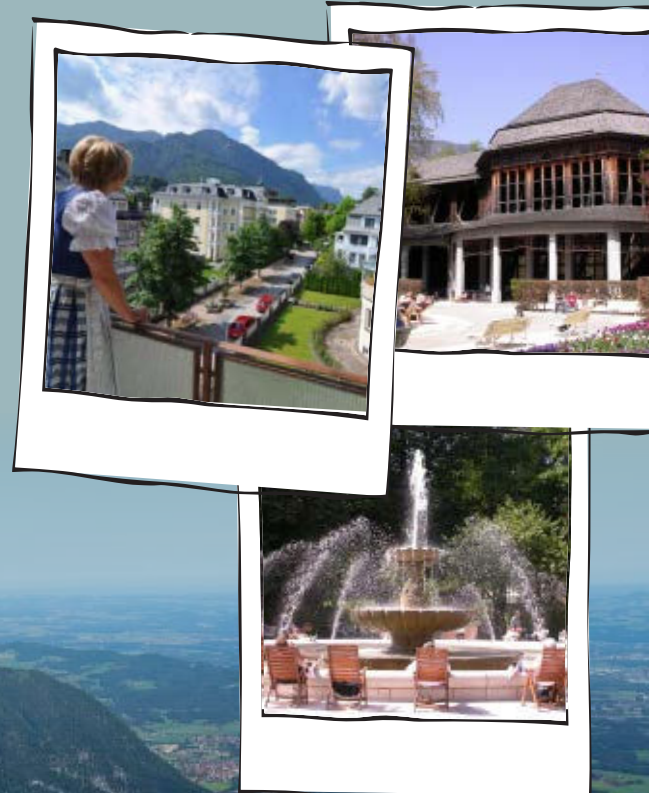
Weltberühmte Sehenswürdigkeiten wie der Königssee oder die Mozartstadt Salzburg sind nur wenige Kilometer entfernt und mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

Die Reichenhaller Philharmoniker sind das einzige Sinfonieorchester Südostbayerns und tragen die lange Tradition der Kurmusik weiter.

WANDERN IST NATURGENUSS PUR.

Wälder, glitzernde Bergbäche, grüne Wiesen und unvergleichliche Bergpanoramen - unerschöpflich sind die Wandermöglichkeiten in der grandiosen Alpenszenerie Bad Reichenhalls.

KUR-RESIDENZ
Villa Henckel
Ihre Reha-Einrichtung mit ❤️



Kur-Residenz Villa Henckel ❤️
Mackstr. 7, 83435 Bad Reichenhall
Tel: 086519870, e-mail: info@villa-henckel.de
www.villa-henckel.de





Das hessische Mineral- und Moorheilbad liegt inmitten der Gebirgsausläufer des UNESCO-Biosphärenreservates Rhön und dem Naturpark Vogelsberg. Ob liebevoll erhaltene Fachwerkhäuser, romantische Gassen oder Jugendstilgebäude, Bad Salzschlirf bietet Angebote in vielfältiger Weise. Erkundungen in das Rhöner Hochland führen vorbei an der Barockstadt Fulda. Aktivitäten in der herrlichen Natur der vom Vulkanismus geprägten Landschaft im Naturpark Vogelsberg stärken Ihr Herz-Kreislauf-System genauso, wie Wanderungen in die nahegelegene Burgenstadt Schlitz.



Ausstattung des Hauses

Das Klinik und Gesundheitszentrum vereint den Komfort eines Hotelbetriebes mit der hohen Strukturqualität einer Fachklinik für Rehabilitation und Prävention.

Sie übernachten in gemütlich und komfortabel ausgestatteten Zimmern, mit Bad/WC, Föhn, Bademantel, Telefon, Radio, Kabel-TV und kostenfreiem WLAN-Gastzugang. Alle Zimmer sind bequem mit dem Lift zu erreichen. Gemütliche Aufenthaltsräume, das Kultur-Bistro und Kaffeehaus „Blaues Wunder“ mit seinen Außenterrassen direkt an der Kurpromenade oder der Wintergarten bieten ein Ambiente zum Entspannen oder sich mit netten Menschen zu treffen. Auch mit Gehbehinderungen oder Rollstuhl sind Sie in unserer barrierefreien Einrichtung herzlichst willkommen.

Zusätzliche Leistungen

Täglich kostenfreie Nutzung des fit & vital Gesundheitsclubs mit modernen Kraft- und Herz-Kreislaufgeräten, umfangreichem Kurs- und Aktivprogramm z. B. Yoga, Tai Chi, Slow Active sowie der Sauna und dem Schwimmbad im Gesundheitszentrum.



14 Tage
ab **930,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Degenerativen Erkrankungen des Bewegungsapparates und der Wirbelsäule
- Rheumatischen Erkrankungen
- Übergewicht mit den Folgen für Herz-Kreislauf und Stoffwechsel
- Chronischen Schmerzerkrankungen
- Psychosomatischen Erkrankungen
- Erschöpfungssyndromen (Burn out)

sowie für Personen, die

- Angehörige zuhause pflegen und eine Auszeit zur Regeneration suchen – gerne auch in Begleitung Ihrer pflegebedürftigen Angehörigen

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Aufnahme- und Abschlussuntersuchung mit ergänzender Diagnostik
- Klassische Massagetherapie, einschließlich Schmerzpunktmassage
- Krankengymnastik / Physiotherapie / Lymphdrainage
- Ausdauer- und Krafttraining inkl. Zirkeltraining
- Bewegungstherapie / Nordic Walking / Aquatraining
- Achtsamkeitstraining / Muskelentspannung nach Jacobson / Yoga
- Verhaltenstherapie und psychologische Beratung
- Kochschule und Ernährungsberatung
- Seminare: „Stressbewältigung“ und „Ernährung“
- Naturmoor- und Wärmetherapie

Zusätzlich bei Fit & Vital „für pflegende Angehörige“

- Spezielle Ernährungsberatung rund um die Pflege
- Rückengerechte Pflege (Kinästhetik / Bobath)
- Pflege- und Sozialberatung, auf Wunsch nach § 45 SGB XI
- Psychologische Beratung und Achtsamkeitstraining

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| Sal 01: 14.01. – 27.01.2024 | Sal 07: 30.06. – 13.07.2024 |
| Sal 02: 11.02. – 24.02.2024 | Sal 08: 28.07. – 10.08.2024 |
| Sal 03: 10.03. – 23.03.2024 | Sal 09: 25.08. – 07.09.2024 |
| Sal 04: 07.04. – 20.04.2024 | Sal 10: 22.09. – 05.10.2024 |
| Sal 05: 05.05. – 18.05.2024 | Sal 11: 20.10. – 02.11.2024 |
| Sal 06: 02.06. – 15.06.2024 | Sal 12: 17.11. – 30.11.2024 |

Weitere Termine auf Anfrage.

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Vollpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

Klinik und Gesundheitszentrum am Kurpark

| | |
|-----------------|---------|
| im Doppelzimmer | 930,- € |
| im Einzelzimmer | 995,- € |

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Ordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 114,- €

Besonderer Hinweis:

Aufnahme von pflegebedürftigen Angehörigen in der Kurzzeitpflegeabteilung (je nach Pflegegrad) möglich oder auf Wunsch, Aufnahme von pflegebedürftigen Angehörigen in den benachbarten Kooperationspflegeheimen (je nach Pflegegrad) zur Kurzzeitpflege möglich. Zugelassen für alle Pflegekassen gem. § 72 SGB XI. Beratung, Auskunft und Preise auf Anfrage.

Aktiv erleben, Gesundheit erfahren!

Zwischen den Naturparks von Rhön und Vogelsberg...

... liegt das hessische Mineral- und Moorheilbad Bad Salzschlirf im Landkreis der Barockstadt Fulda.

Liebevoll erhaltene Fachwerkhäuser, romantische Gassen und Jugendstilgebäude prägen das Ortsbild. Wertvolle Landschaftsräume, Laub- und Mischwälder sowie eine einzigartige Flora und Fauna finden Sie rund um Bad Salzschlirf. Ein mildes Klima und viel Natur, gepaart mit attraktiven Rad- und Wanderwegen, bieten viel Raum für aktive und passive Erholung.

Durch die Kombination von Muskelaufbautraining, Bewegung und Entspannung sowie gesunder Ernährung und Achtsamkeit, stärken Sie Ihre Ausdauer, Fitness und Leistungsfähigkeit und verbrennen ganz nebenbei auch noch eine Menge Kalorien.

 **Klinik & Gesundheitszentrum**
am Kurpark GmbH

TOMESA FACHKLINIK

Informationen zur Unterbringung:

Ihren Aufenthalt können Sie wählen zwischen „Klinik und Gesundheitszentrum am Kurpark GmbH“ (Bild 1) oder der „TOMESA Fachklinik“ (Bild 2).

Die zwei Kliniken liegen in unmittelbarer Nähe zueinander, ganz zentral, direkt am Kurpark oder in fünf Gehminuten entfernt.

Alle Anwendungen finden in der Klinik & Gesundheitszentrum am Kurpark GmbH statt.

Ob Schwimmbad, Sauna und ausgewählte Fitnesskurse, attraktive kosmetische Angebote für Wellness, Beauty und Medical Wellness oder die abwechslungsreiche kulturelle und gastronomische Vielfalt der teilnehmenden Häuser, bieten vielfältige Möglichkeiten für jeden Geschmack. Ob Vollkost, spezielle Diät, vegetarisches und veganes Essen, Lebensmittelunverträglichkeiten oder Allergien, wir stellen uns auf Ihre Bedürfnisse ein.



Zentrale Information

Klinik und Gesundheitszentrum
am Kurpark GmbH

Lindenstr. 5 · 36364 Bad Salzschlirf

Tel.: 0 66 48/54-0

E-Mail: info@kurparkklinik-badsalzschlirf.de

Website: www.kurparkklinik-badsalzschlirf.de





Die FRISIA Klinik in der oberbayerischen Kurstadt Bad Tölz heißt Sie im liebevoll geführten Familienunternehmen herzlich willkommen. Bad Tölz, die „Perle des Isarwinkels“, umgeben von traumhafter Landschaft und doch mitten drin. Nur wenige Gehminuten entfernt liegt die malerische Altstadt von Bad Tölz nahe dem Isarufer. Kultur, Freizeit und Erholung kommen während Ihres Aufenthaltes in der Reha-Klinik FRISIA nicht zu kurz. Entdecken Sie bei einem gemütlichen Spaziergang die historische Altstadt von Bad Tölz, oder erkunden Sie Ausflugsziele in der Umgebung, und genießen Sie Ihren Aufenthalt in Oberbayern.

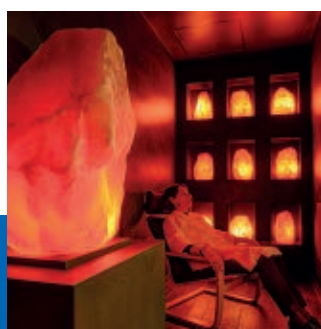
Ausstattung des Hauses

Das liebevoll geführte Familienunternehmen bietet Ihnen seit rund 50 Jahren mit gehobenem Ambiente den perfekten Ausgangspunkt für Ihre Erholung und Entspannung. Unsere behaglichen und stilvoll eingerichteten Zimmer sind alle ausgestattet mit Dusche/WC, Durchwahltelefon, Flachbild-TV und Tresor. Die einzelnen Etagen sind durch einen Lift verbunden und barrierefrei.

Die Küche des Hauses präsentiert sich frisch, regional und saisonal. Die unter gesundheitlichen Aspekten zubereiteten Speisen umfassen ein Vital Frühstück Buffet und 3 Mittagmenüs zur Auswahl mit Salatbuffet, sowie abends Buffet mit Tagessuppe. Tee und Tafelwasser zu den Mahlzeiten.

Zusätzliche Leistungen

- Tägliche Nutzung des hauseigenen Schwimmbades und Wellnessbereiches
- Tägliche Nutzung der hauseigenen Salzgrotte
- Zu allen Mahlzeiten werden Speisen im Rahmen „Darmgesundheit“ angeboten
- Gesundheitsseminare



Fit & Vital für Personen mit

14 Tage
ab **937,- €**
pro Person

- **Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädischen Erkrankungen)**
- **Orthopädischen Schmerzerkrankungen**
- **Erkrankungen der Atemwege**
- **Herz- und Kreislauferkrankungen**
- **Stoffwechselerkrankungen**
- **Psychovegetativer Erschöpfung (PVE); drohendem Burnout** sowie für Personen, die
- **Angehörige zuhause pflegen und eine Auszeit zur Regeneration suchen – gerne auch in Begleitung Ihrer pflegebedürftigen Angehörigen**

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Aufnahme- und Abschlussuntersuchung
- Bewegungs- und Sporttherapie in Gruppen z. B. Nordic Walking, geführte Wanderungen, Ergometer- und Aquatraining
- Balneo-physikalische Therapie (Bäder, Massagen und Mooranwendungen)
- Entspannungstherapien (Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson etc.)
- Elektrotherapie
- Atemtherapie
- Inhalation oder Kneipsche Güsse
- Ernährungs- und physiotherapeutischer Vortrag
- Arztvortrag

Zusätzlich bei Schwerpunkt „Gesund älter werden“:

- Tölzer Naturmoor (Naturmoorbad / Naturmoorpackung)
- Schulung Atem- und Hustentechnik
- Geh- und Rückenschule

Zusätzlich bei Fit & Vital „für pflegende Angehörige“

- Resilienz pflegender Angehöriger fördern und entwickeln – „Selbstfürsorge“
- Hinweise zur Förderung der Mobilität, Beweglichkeit und Positionierung der Pflegebedürftigen (Rückengerechte Pflege)
- Beratung in der Kleingruppe:
 - Gesprächstherapie
 - Hilfe rund um die Pflege

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | |
|------------------------------|------------------------------|
| Bt 01: 11.01. – 24.01.2024 | Bt 06: 10.10. – 23.10.2024 |
| Bt 02: 06.03. – 19.03.2024 * | Bt 07: 14.11. – 27.11.2024 * |
| Bt 03: 21.03. – 03.04.2024 | Bt 08: 28.11. – 11.12.2024 * |
| Bt 04: 12.06. – 25.06.2024 * | Bt 09: 18.12. – 31.12.2024 * |
| Bt 05: 20.06. – 03.07.2024 | Bt 10: 19.12. – 01.01.2025 |

Weitere Termine auf Anfrage.

Weihnachtsprogramm zu den Terminen: Bt 09 und Bt 10 (Weihnachts- und Silvesterfeier mit festlichen Abendmenüs)

*Kurs pflegende Angehörige: nach Terminabsprache (Durchführung ab 4 Teilnehmern)

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Vollpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| Reha-Klinik FRISIA | DZ | EZ |
|--------------------|-----------|-----------|
| Standard-Zimmer | 937,- € | 1.097,- € |
| Klassik Plus | 1.017,- € | 1.177,- € |

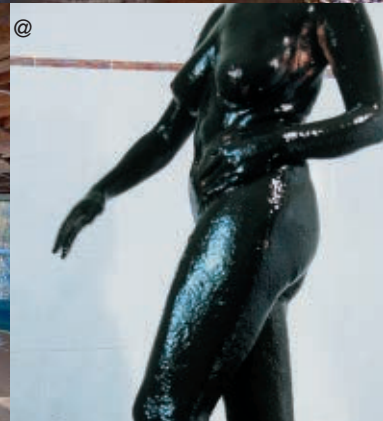
zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Verordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 124,- €

Besonderer Hinweis:

Aufnahme von pflegebedürftigen Angehörigen in benachbarten Kooperationspflegeheimen (zugelassen für alle Pflegekassen gem. § 72 SGB XI). Beratung, Auskunft und Preise auf Anfrage.



@ Archiv Stadt Bad Tölz



@

REHA-KLINIK FRISIA BAD TÖLZ



Kogelweg 8 | 83646 Bad Tölz

Tel. 0 80 41 - 503 - 0

Fax 0 80 41 - 503 - 605

www.frisia-toelz.de

reservierung@frisia-toelz.de



Das Gesundheitszentrum Helenenquelle liegt im nordhessischen Kurort Bad Wildungen. Das Staatsbad zählt zu den größten deutschen Heilbädern und genießt weltweit einen sehr guten Ruf. Die zahlreichen Heilquellen und das milde Reizklima sind ideale Voraussetzungen für Ihren erfolgreichen Gesundheitsaufenthalt. Nahe des Erholungsgebiets Kellerwald-Edersee und direkt gelegen an Europas größtem Kurpark fördern wir in der Helenenquelle Ihre Gesundheit persönlich und individuell.



Ausstattung des Hauses

Unser Haus verfügt über 189 gemütliche Ein- oder Zweibettzimmer, die in drei unterschiedliche Kategorien aufgeteilt sind. Die moderne Ausstattung der Zimmer, sowie die Speiseräume bieten neben der großzügigen Cafeteria eine einladende Atmosphäre, die zu Ihrem Wohlbefinden beiträgt. Gemütliche Logen, eine große Sonnenterrasse, sowie der offene Innenhof laden zum Entspannen und Erholen ein. Neben den umfangreichen Gesundheitsleistungen bieten wir ein interessantes Freizeitangebot mit Livemusik im Haus, Ausflügen in die Region und saisonalen Sonderveranstaltungen. Ihr Wohlbefinden hat bei uns oberste Priorität, daher erfüllen wir gerne auch individuelle Wünsche.

Zusätzliche Leistungen

- Informationsveranstaltung zum Haus mit Willkommensgetränk
- Nutzung des Fitness-, Ergometerraums, Koordinationsparcours und Wassertretbecken
- Schwimmbadbenutzung
- Leihfahrräder sowie Nordic-Walking-Stöcke zur Erkundung der traumhaften Landschaft
- Erlebnisprogramm (geführte Wanderungen, Gedächtnisspiele, Spiele-, Kinoabende, kostenfreie Schnuppertherapien uvm.)
- Kostenfreier WLAN-Zugang (Cafeteria und Empfangsbereich, teilweise auch in den Komfortzimmern)
- Kostenfreier Parkplatz
- Kofferservice bei An- und Abreise
- 24-Stunden-Nutzung der hauseigenen Wasserzapfstelle
- Kurkarte mit zahlreichen Leistungen

14 Tage
ab **862,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates
- Orthopädischen Schmerzerkrankungen
- Chronischen Wirbelsäulenbeschwerden
- Rückenproblemen

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Betreuung (Aufnahme- und Abschlussuntersuchung)
- Bewegungs- und Sporttherapie in Gruppen (Nordic Walking, Aquafitness und Rückengymnastik)
- Einzelgymnastik, Muskelaufbautraining (MTT)
- Balneo-physikalische Therapie (Massage, Moor- und Wärmeanwendungen)
- Entspannungstherapien (Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Qi-Gong, Yoga)
- Ernährungsvorträge und -beratung
- Ärztliche und physiotherapeutische Vorträge

Zusätzlich bei degenerativen Gelenkerkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Elektrotherapien (Reizstromanwendungen)
- Magnetfeldtherapie
- Paraffinhandbäder

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | | | |
|----------------------------|----------|----------------------------|----------|
| Wi 01: 18.01. – 31.01.2024 | A | Wi 05: 10.06. – 23.06.2024 | C |
| Wi 02: 14.02. – 27.02.2024 | B | Wi 06: 20.10. – 02.11.2024 | C |
| Wi 03: 07.03. – 20.03.2024 | B | Wi 07: 06.12. – 19.12.2024 | A |
| Wi 04: 03.04. – 16.04.2024 | C | | |

Weitere Termine auf Anfrage.

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Vollpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| Gesundheitszentrum Helenenquelle | A | B | C |
|----------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| Standard-Einzelzimmer | 862,- € | 992,- € | 1.122,- € |
| Komfort-Einzelzimmer | 1.057,- € | 1.187,- € | 1.317,- € |

Doppelzimmer/ -preise auf Nachfrage.

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Ordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 129,-€

A = Saison A, B = Saison B, C = Saison C





Wir fördern Ihre Gesundheit – in Bad Wildungen, Nordhessen

Wohltuende Gesundheitsaufenthalte

In der Helenenquelle erleben Sie Gesundheitskompetenz in familiärer Atmosphäre. Wir bieten unseren Gästen Gesundheitsaufenthalte mit Vollpension und einem breiten Spektrum an medizinischen Anwendungen sowie aktiven und erholsamen Therapien.

Mit einer über 100-jährigen Erfahrung in den Bereichen Medizin und Kurbehandlungen ist das Gesundheitszentrum Helenenquelle eine etablierte Gesundheitseinrichtung in Bad Wildungen. Im Rahmen von Gesundheitswochen bieten wir ein aktives sowie entspannendes Behandlungs- und Therapieprogramm für chronische Krankheitsbilder, insbesondere bei Verschleißerkrankungen des Bewegungsapparates.

Bei uns wird die Gesundheit unserer Gäste in den Fokus gestellt – unser kompetentes Ärzte- und Therapeutenteam steht in familiärer und sympathischer Atmosphäre täglich zur Verfügung. Neben klassischen Kuranwendungen umfasst unser Therapieangebot zudem Anwendungen der Komplementärmedizin, um unseren Gästen einen ganzheitlichen Ansatz zur Gesundheitsprävention oder gezielter Behandlung zu ermöglichen.

Medizinische Kompetenz

- Traditionelle Chinesische Medizin
- Osteopathie & Atlasterapie
- Ambulante Badekuren
- Arthrose-Therapie
- Osteoporose-Therapie
- Homöopathie
- Erfahrene Chefärzte
- Qualifizierte Therapeuten
- Ausgebildete Heilpraktikerinnen
- 24h-Schwesternbereitschaft
- Klassische Kuranwendungen
- Zertifizierte Kurse





Mit seiner herrlichen Lage im südlichen Allgäu – umgeben von den Alpen – bietet Oberstdorf ideale Voraussetzungen für die Durchführung von Präventiv-, Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen. Die Angebote sind ausgerichtet auf Orthopädische- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, aber auch auf psychovegetative Erschöpfungszustände.

Oberstdorf ist Luftkurort, heilklimatischer Kurort und Kneippkurort. Der „Klimaatlas von Bayern“ weist das südliche Oberallgäu mit Oberstdorf und seiner näheren Umgebung als die sonnenreichste Region des Freistaats auf. Ringsum laden berühmte Nachbarn wie die Königsschlösser oder der Bodensee zum Tagesausflug ein. Das Allgäuer Bergbad liegt in ruhiger Ortslage von Oberstdorf.

Ausstattung des Hauses

Unsere Patienten sind in geschmackvoll eingerichteten, wohnlichen Zimmern untergebracht, mit herrlichem Blick auf Oberstdorf oder die Tiefenbacher Berge.

Alle Zimmer verfügen über Bad/Dusche, WC, Föhn, Safe, TV, Radiowecker, Telefon, Kühlschrank, WLAN und teilweise Balkon. Zum Entspannen und Ausruhen laden unsere Sauna mit großzügiger Panorama-Ruhezone, die Sonnenterrasse, die Liegewiese, eine Panorama-Lounge und das Hallenbad ein.

Die Küche verwöhnt Sie mit einem abwechslungsreichen Speiseplan, der verschiedene Kostformen anbietet, die den Ansprüchen und Erfordernissen der einzelnen Patienten gerecht wird.

Zusätzliche Leistungen

- Angebote zur Freizeitgestaltung
- Freies Schwimmen
- Unterbringung von Begleitpersonen und Ehepartnern, nach Absprache auch von Kindern
- Verschiedene Vorträge zur Gesundheitsinformation



14 Tage
ab **508,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Psychovegetativen Erschöpfungszuständen („Burn out“-Prophylaxe)
- Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädische Erkrankungen)
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Ärztliche Aufnahme- und Abschlussuntersuchung
- Krankengymnastik / Physiotherapie
- Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule
- Wassergymnastik
- Aquajogging
- Nordic Walking, im Winter Skilanglauf
- Geführte Wanderungen
- Erlernen von Entspannungsverfahren
- Fango, Massagen, Bäder, Kneipp-Therapie, Elektrotherapie, Ultraschall, Sauna
- Ernährungsberatung im Einzel- und Gruppengespräch, Ernährungstherapie, Einkaufstraining
- Möglichkeit zur Teilnahme an der Lehrküche

Endlich raus! – Mehr Vitalität im Freien entdecken – ein Motto für Ihre Fit & Vital-Maßnahme in Oberstdorf.

Zusätzlich bei „Burn out“-Prophylaxe nach ärztlicher Verordnung:

- Psychologisches Einzelgespräch
- Workshops und Vorträge zu Stressbewältigung durch Achtsamkeit und gesunden Schlaf

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | |
|----------------------------|----------------------------|
| Ob 01: 30.01. – 12.02.2024 | Ob 07: 06.08. – 19.08.2024 |
| Ob 02: 12.03. – 25.03.2024 | Ob 08: 10.09. – 23.09.2024 |
| Ob 03: 16.04. – 29.04.2024 | Ob 09: 15.10. – 28.10.2024 |
| Ob 04: 07.05. – 20.05.2024 | Ob 10: 12.11. – 25.11.2024 |
| Ob 05: 11.06. – 24.06.2024 | Ob 11: 04.12. – 17.12.2024 |
| Ob 06: 23.07. – 05.08.2024 | |

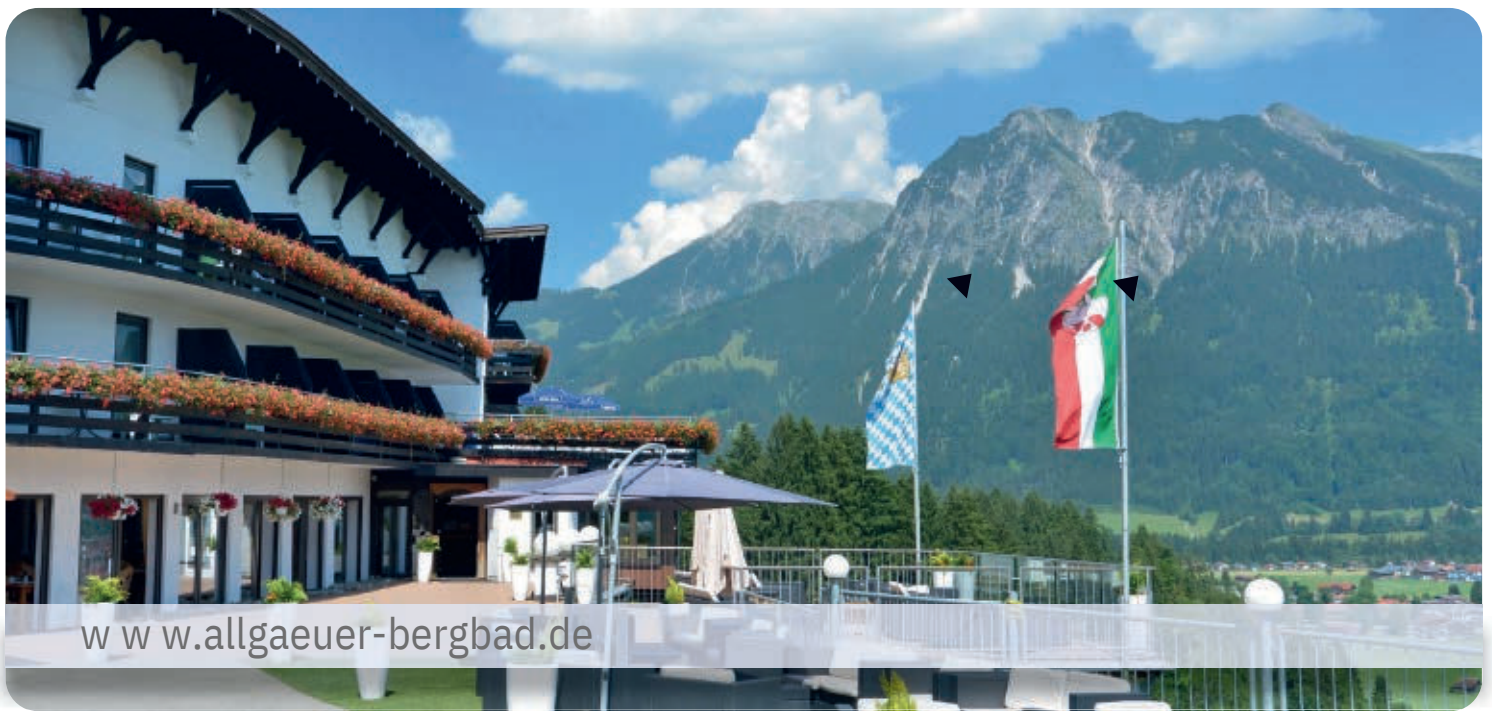
Weitere Termine auf Anfrage.

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Vollpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| Kurklinik Allgäuer Bergbad | DZ | EZ |
|---------------------------------|---------|---------|
| Kat I Zimmer Standard | 508,- € | 704,- € |
| Kat II Zimmer mit Panoramablick | 646,- € | 811,- € |

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Verordnungsgebühr sowie Kurtaxe, in Höhe von rund 155,- €.



www.allgaeuer-bergbad.de

KURKLINIK ALLGÄUER BERGBAD

Ganzheitliche Prävention und Rehabilitation in den Fachbereichen
Orthopädie • Innere Medizin • Psychosomatik

Körperliche, psychische und soziale Folgen einer Erkrankung auf ein Minimum zu reduzieren, das ist das Ziel unserer drei Fachbereiche. Unser Programm verbindet dabei die alpinen und heilklimatischen Besonderheiten von Oberstdorf mit den Therapiekomponenten zu einem ganzheitlichen Konzept.

In der Atmosphäre eines familiär geführten Hauses und einer Umgebung, die zu allen Jahreszeiten vielfältige Möglichkeiten der Bewegung in Kombination mit dem Genuss von Natur und Landschaft bietet, wird Ihrer Rehabilitation nichts mehr im Wege stehen!



KURKLINIK ALLGÄUER BERGBAD

Jauchen 17 | 87561 Oberstdorf
 Tel.: 08322 - 913 - 0
 Fax: 08322 - 913 - 183
 info@allgaeuer-bergbad.de

Kostenfreies Servicetelefon:



KURKLINIK ALLGÄUER BERGBAD



Das Sibyllenbad steht seit 25 Jahren für medizinische Kompetenz und eine deutschlandweit einzigartige Heilwassertherapie mit radon- und kohlendioxidhaltigen Heilwässern.

Verbinden Sie Ihre Badekur mit einem entspannten Aufenthalt in unserer attraktiven Bade- und Saunalandschaft mit dem einzigartigen orientalischen BadeTempel. Bad Neualbenreuth als jüngstes Heilbad im Gesundheitsland Bayern liegt idyllisch eingebettet in die sanfte Hügellandschaft des Oberpfälzer Waldes. Die unberührte Natur der Mittelgebirgslandschaft lässt sich auf über 200 Kilometern markierten Wanderwegen erleben.

Im Sibyllenbad steht Gästen mit Badearztschein ein besonderer Service offen: Die Telefonsprechstunde des leitenden Badearztes ermöglicht es Ihnen, vorab medizinische Fragen und Anwendungsmöglichkeiten zu besprechen. Damit können wir Ihre Termine im Kurmittelhaus noch besser mit Ihren Wünschen verbinden.

Wir freuen uns auf Sie!

Bitte bringen Sie den von Ihrer Krankenkasse ausgefüllten Kurarztschein mit (diesen finden Sie im Kurmittelscheck), da dieser Ihr Berechtigungsschein für die ambulante Kur ist.

Zusätzliche Leistungen

- Willkommensgeschenk und Abschiedsgeschenk
- Täglicher Eintritt in die Badelandschaft mit Dampfkammer und Heilwasserparcours
- Teilnahme an Workshops und Vorträgen
- Nutzung von Nordic Walking-Stöcken
- Möglichkeit zur Teilnahme an Aquarobic und Wassergymnastik
- Benutzung des Vitalparcours und des Motorikparks
- Mit der Gästekarte gibt es verschiedene Vorteile und sind Fahrten mit den BAXI-Linien innerhalb des Gemeindegebiets von Bad Neualbenreuth-Sibyllenbad kostenlos
- Vegane, laktose- und glutenfreie Kostformen auf Anfrage möglich.



14 Tage
ab **939,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates
 - Orthopädischen Erkrankungen
 - Osteoporose
 - Spondylarthropathien
- Orthopädisch-rheumatischen Erkrankungen
 - Morbus Bechterew
- Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen
- Erkrankungen peripherer Nerven und des vegetativen Nervensystems
 - Fibromyalgie-Syndrom
- Stoffwechselerkrankungen
- Chronischen Autoimmunkrankheiten
- Psychische-physische Erschöpfungszustände

Therapie- und Trainingsprogramm

Offene Badekur

- Ärztliche Aufnahme- und Abschlussuntersuchung
- Sport- und Bewegungstherapie (z. B. Functional Fit, Aquafitness, Pilates, Nordic Walking)
- Entspannungstherapie
- Radonbalneotherapie
- Kohlendioxidbalneotherapie
- Radon-Kohlendioxid-Kombinationstherapie
- Heilwasserbadelandschaft
- Spirituelle und psychologische Kurbegleitung

Im Rahmen einer ambulanten Vorsorgemaßnahme (Badekur) entscheidet der Badearzt über Anzahl und Art der Anwendungen wie z.B. Radon- bzw. Radon-Kohlendioxid-Kombinationsbädern vor Ort. Patienten mit Badearztschein können im Vorfeld der Kur die Telefonsprechstunde des leitenden Badearztes in Anspruch nehmen. Weitere Informationen finden Sie auf Seite 27.

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | |
|----------------------------|----------------------------|
| Si 01: 09.06. – 22.06.2024 | Si 06: 22.09. – 05.10.2024 |
| Si 02: 07.07. – 20.07.2024 | Si 07: 13.10. – 26.10.2024 |
| Si 03: 04.08. – 17.08.2024 | Si 08: 10.11. – 23.11.2024 |
| Si 04: 18.08. – 31.08.2024 | Si 09: 01.12. – 14.12.2024 |
| Si 05: 01.09. – 14.09.2024 | |

Weitere Termine auf Anfrage.

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Halbpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| | DZ | EZ |
|--------------------------------------|-----------|-----------|
| Pension und FeWo**** | 939,- € | 1.069,- € |
| Appartement-Hotel Sibyllenbad | 1.025,- € | 1.169,- € |
| Landschloss Ernestgrün****s | 1.069,- € | 1.169,- € |
| Kurhotel Pyramide**** | 1.145,- € | 1.405,- € |

zuzügl. gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm (10%), Verordnungsgebühr sowie Kurtaxe

Das Kurhotel Pyramide mit Bademantelgang zum Kurmittelhaus.

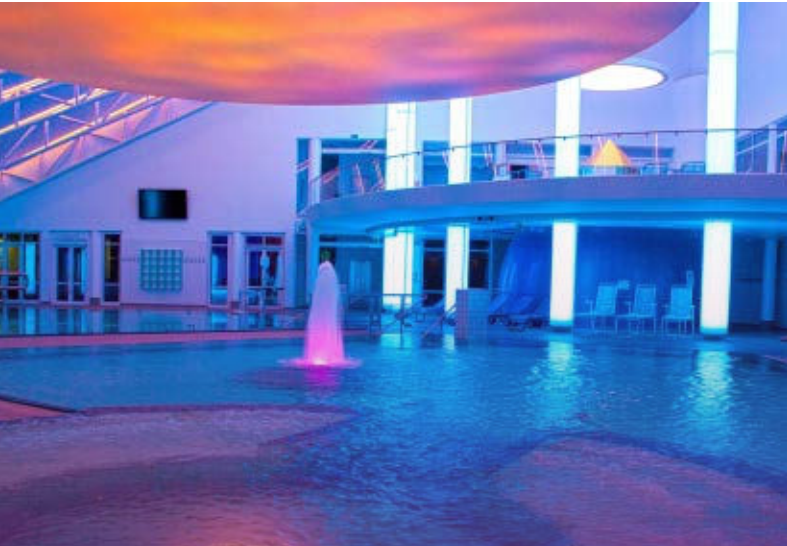
Vom „Landschloss Ernestgrün“ kostenloser Shuttle zum Sibyllenbad.

Im Rahmen der Halbpension erhalten Sie einen Gutschein, der vor Ort in verschiedenen Gaststätten einlösbar ist. Abwechslung garantiert!

Telefonsprechstunde Dienstags von 12:30 Uhr bis 13:30 Uhr und nach Vereinbarung unter Tel.: 09638 933-0.

Preise und Termine für die Kurdauer von 21 Tagen auf Anfrage.

Sibyllenbad tut einfach gut!



Kur, Wellness und orientalischer BadeTempel

Erholen Sie sich ...

... in der komplett sanierten und erweiterten Heilwasser-Badelandschaft mit Außenbadebereich.

Erleben Sie ein Märchen aus 1001er Nacht ...

... im einzigartigen orientalischen BadeTempel mit Kräuterduftraum, Dampfkuppel mit drei Dampfkammern, warmen Marmor-Massagestein, Rasulbad unter strahlendem Sternenhimmel und maurischer Ruheoase.

Lassen Sie sich verwöhnen ...

... mit entspannenden Massagen, pflegenden Bädern und exklusiven Stempelmassagen.

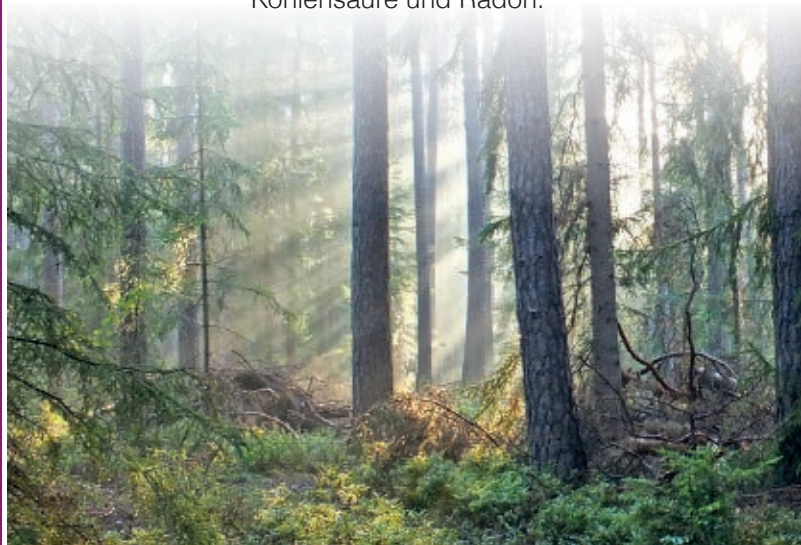


Entspannen Sie...

... bei unserer Waldtherapie und danach in der großzügigen Wellnesslandschaft mit acht unterschiedlichen Saunen, individuellen Ruhebereichen und herrlich angelegtem Saunagarten.

Bleiben Sie gesund...

... mit zertifizierten Gesundheitskursen, Waldgesundheitstraining und mit unseren beiden hochwirksamen Heilwässern mit natürlicher Kohlensäure und Radon.





Warnemünde ist das ideale Erholungsziel für alle Ostsee-Liebhaber. Das Fischerdorf bei Rostock beeindruckt durch seinen breiten, weißen Sandstrand, frische Meeresluft und den idyllischen Alten Strom mit den roten Kuttern.

Entdecken Sie Warnemünde bei Hafenrundfahrten oder Führungen, erkunden Sie Ausflugsziele in der Umgebung und genießen Sie Ihren Aufenthalt an der Ostsee während Sie sich und Ihrer Gesundheit etwas Gutes tun!

Ausstattung des Hauses

Unser Hotel „Am Alten Strom“ liegt im Herzen von Warnemünde nur wenige Gehminuten vom Strand entfernt, in unmittelbarer Nähe des Bahnhofs und zahlreicher Freizeitmöglichkeiten.

Besuchen Sie das Wellness-Vital-Thalasso-Zentrum des Hotels und gönnen Sie sich neben Ihrer Fit & Vital-Kur mit belebenden Massagen und Wellnessanwendungen Verwöhmomente.

Die komfortabel ausgestatteten und individuell gestalteten Zimmer bieten Ihnen nach einem ereignisreichen Tag einen Erholungshafen. Fast alle Zimmer sind mit einem Aufzug erreichbar.

Das „Restaurant am Strom“, das Café „Mahlwerk“ und die Lobby-Bar „Zur Galeone“ laden Sie mit köstlichen Spezialitäten und Getränken zum Genießen und Verweilen ein!

Verschiedene Anwendungen wie Akupunktur und Massagen sind nach Absprache mit der Naturheilpraxis des Hauses zubuchbar und werden vor Ort direkt verrechnet.

Zusätzliche Leistungen

- 1 Flasche Wasser am Anreisetag
- WLAN
- Saunanutzung



14 Tage
ab **821,- €**
pro Person

Fit & Vital für Personen mit

- Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädische Erkrankungen)
- Atemwegserkrankungen / Long Covid
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Therapiesgespräch und Erstellung Therapieplan
- Massagen / manuelle Therapie
- Fangopackung
- Atemgymnastik
- Entspannungsübungen
- Individuelles Nordic Walking am Strand, 2 x nach Anleitung möglich

Zusätzlich bei orthopädischen Erkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Einzel-Krankengymnastik
- medizinische Bäder (Moor oder Rügener Heilkreide)
- Elektrotherapie

Zusätzlich bei Atemwegserkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Einzel-Krankengymnastik
- manuelle Therapie
- Atemübungen am Strand
- Bewegungslehre / Gesundheitswandern

Zusätzlich bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Einzel-Krankengymnastik
- Massagen
- manuelle Therapie
- Bewegungslehre / Gesundheitswandern

Zusätzlich bei Erholung nach Corona / Long Covid nach ärztlicher Verordnung:

- Bewegungslehre / Gesundheitswandern
- Entgiftung und Entschlackung (Lymphdrainage, Ganzkörperpackung mit Rügener Heilkreide)

Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

| | | | |
|---------------------------|----------|---------------------------|----------|
| W 01: 21.01. – 03.02.2024 | A | W 08: 08.09. – 21.09.2024 | C |
| W 02: 18.02. – 02.03.2024 | A | W 09: 22.09. – 05.10.2024 | B |
| W 03: 03.03. – 16.03.2024 | A | W 10: 13.10. – 26.10.2024 | B |
| W 04: 14.04. – 27.04.2024 | B | W 11: 27.10. – 09.11.2024 | A |
| W 05: 09.06. – 22.06.2024 | C | W 12: 10.11. – 23.11.2024 | A |
| W 06: 14.07. – 27.07.2024 | C | W 13: 24.11. – 07.12.2024 | A |
| W 07: 18.08. – 31.08.2024 | C | | |

Weitere Termine auf Anfrage.

Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Halbpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 100,- €

| Hotel | Saison A | Saison B | Saison C |
|-------------------------|-----------|-----------|-----------|
| „Am Alten Strom“ | | | |
| im Doppelzimmer | 821,- € | 1.031,- € | 1.251,- € |
| im Einzelzimmer | 1.051,- € | 1.251,- € | 1.451,- € |

zuzüglich gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Ordnungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 151,- € bei orthopädischen Erkrankungen, 150,- € bei Atemwegserkrankungen, 144,- € bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen und 150,- € bei Erholung nach Corona / Long Covid



familiär, freundlich, für Sie da

Das Hotel „Am Alten Strom“ in Warnemünde steht für familiäre Atmosphäre und persönliche Gästebetreuung. Zusammen mit dem „Restaurant am Strom“ und der Naturheilpraxis im Haus werden Sie rundum versorgt und können Ihre Zeit an der Ostsee optimal nutzen.

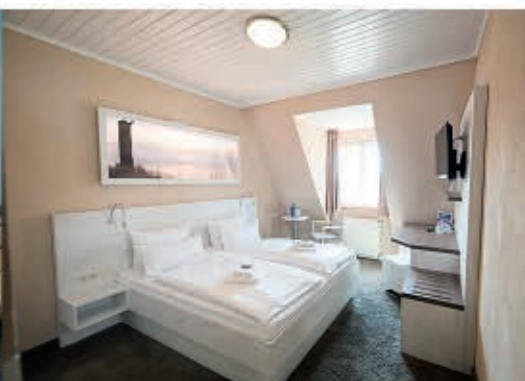
Meer fühlen

Genießen Sie die frische Brise bei langen Strandspaziergängen und unterstützen durch Sonne, Wind und Meeresluft Ihr Herz-Kreislauf-System und Ihre Atemwege. In Kombination mit ganzheitlicher Heilkunde werden Ihre Abwehrkräfte geschützt und gestärkt.

Schiffe gucken

Unser Haus liegt im Herzen von Warnemünde und bietet viele Möglichkeiten zum Erkunden der Umgebung - ob das Fischerdörfchen selbst, die Stadt Rostock oder der nahegelegene weiße Sandstrand. Entdecken Sie die Vielfalt des Ostseebades.

Hotel „Am Alten Strom“ // Am Strom 60/61 // 18119 Warnemünde
www.hotel-am-alten-strom.de // info@hotel-am-alten-strom.de



Ausgleich und Entlastung für pflegende Angehörige

Ihr 14-tägiges Fit & Vital-Programm in ■ Bad Salzschlirf ■ Bad Tölz

Derzeit sind in Deutschland mehr als zwei Millionen Menschen pflegebedürftig. Mehr als 2/3 aller zu Pflegenden werden im häuslichen Umfeld versorgt. Diese Betreuungsleistung wird insbesondere von Frauen – oftmals als Doppelbelastung neben Beruf und Familie – erbracht. Häufige Folge: chronische, körperliche und psychosomatische Beschwerden. Folglich führen diese Erkrankungen zu einer vermehrten Pflegebedürftigkeit bei den pflegenden Angehörigen selbst.

Pflegende Angehörige stellen oft die eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund. Doch gerade Ausgleich und Entlastung sind maßgeblich für Prävention bei Pflegebelastungen und zur Förderung der eigenen Gesundheit. Das Therapie- und Trainingsprogramm der 14-tägigen Vorsorgekur bietet ein Erholungspaket mit Angeboten rund um Gesundheit und Entspannung. Verschiedene Vorträge zu Gesundheitsthemen, Übungen zur Entspannung, Erholung bei sportlichen Aktivitäten, Massagen und viele weitere Angebote mit professioneller Unterstützung von Experten stehen Ihnen bei den Fit & Vital-Programmen in Bad Salzschlirf und Bad Tölz zur Verfügung.

In den Pflegekursen erhalten pflegende Angehörige viele Tipps für zu Hause und zur Erleichterung des Pflegealltags. Erfahren Sie mehr über die verschiedenen Aspekte der Hygiene oder Betreuung, und werden Sie anhand von praktischen Übungen am Krankenbett sicherer im Umgang mit der / dem zu Pflegenden.

Ziele der speziellen Fit & Vital-Maßnahmen

- Verbesserung der Qualität der häuslichen Pflege
- Prävention von Pflegebelastungen und Gesundheitsförderung für die Pflegenden mit Transfer in den Alltag
- Erholungsmöglichkeiten für die Pflegenden
- Förderung von Selbsthilfe durch Erfahrungsaustausch
- Langfristige Sicherstellung der Angehörigen-Pflege
- Sicherstellung der Betreuung der zu Pflegenden bei den Fit & Vital-Maßnahmen

Besonderer Hinweis:

In den Einrichtungen besteht jeweils die Möglichkeit, dass die / der zu Pflegenden in der Klinik oder nahe gelegenen Pflegeeinrichtungen zur Kurzzeitpflege mit aufgenommen werden kann.





▶ Das sollten Sie wissen

Wie wird das Kompaktprogramm beantragt?

Füllen Sie einfach die Passagen „Versicherter“ in den beigefügten Antragsunterlagen aus und nehmen diese, zusammen mit dem Katalog, mit zu Ihrem Arzt. Damit sich Ihr Arzt ein Bild von unseren Kompaktprogrammen machen kann, sprechen Sie gemeinsam mit ihm durch, welches Programm am besten für Sie geeignet ist. Ihr behandelnder Arzt füllt dann das Formular „Vorschlag des Arztes“ mit seiner medizinischen Begründung für das ausgewählte Kompaktprogramm aus.

Im Rahmen einer offenen Kur (Badekur) entscheidet der Badearzt über Anzahl und Art der Anwendungen vor Ort, wie z.B. Sport- und Bewegungstherapie, Krankengymnastik, Massagen etc.

Die kompletten Unterlagen reichen Sie bei Ihrer BKK Deutsche Bank AG zur weiteren Prüfung ein. Wenn alle Voraussetzungen erfüllt sind, wird die Maßnahme bewilligt, und Sie werden umgehend benachrichtigt.

Die Antragsunterlagen erhalten Sie auch bei der BKK Deutsche Bank AG oder zum Download unter www.fit-u-vital.info/antrag.

Besonderer Service für Sie

Um die weitere Bearbeitung, Terminierung und vor allem die Betreuung vor und während des Aufenthalts für Sie zu erleichtern, wird unser Gesundheitsservice alles Weitere für Sie erledigen.

Termine

Dem Katalog können Sie vielfältige Termine entnehmen. Planen Sie Ihren Aufenthalt zu einer anderen Zeit, so teilen Sie dies bitte schon in Ihrem Antrag mit. Wir werden uns bemühen, Ihrem Terminwunsch gerecht zu werden.

Welche Kosten übernimmt die BKK Deutsche Bank AG?

Erfüllen Sie die entsprechenden Voraussetzungen, übernehmen wir die Kosten für das medizinische und therapeutische Trainingsprogramm – bis auf den gesetzlich geregelten Eigenanteil. Ebenso geben wir einen Zuschuss zu den übrigen Leistungen (Unterkunft, Kurtaxe und Fahrtkosten) von insgesamt 100,- Euro. Beides wird nach Abschluss der Maßnahme von uns direkt mit der Klinik abgerechnet. Ein Zuschuss von 100,- Euro ist im Katalogpreis bereits berücksichtigt. Über den Kostenzuschuss und Ihre Zuzahlung beraten wir Sie jederzeit gerne.

Welche Kosten kommen auf Sie zu?

Bei Anspruch auf einen Krankenkassen-Zuschuss von 100,- Euro gelten die im Katalog genannten Preise. Ihr Eigenanteil sowie die gesetzlich vorgeschriebenen Zuzahlungen und Kurtaxe sind von Ihnen vor Ort bei der Kureinrichtung zu entrichten. Die Kosten für An- und Rückreise (Auto, Bus, Bahn, Fähre etc.) trägt die Versicherte/der Versicherte selbst. Wir empfehlen bei der Anreise mit Bus, Bahn oder Fähre jeweils frühzeitig eine Reservierung vorzunehmen.

Allgemeine Rechte und Pflichten

Mit der Anmeldung schließen Sie mit dem Veranstalter (Klinik, Kureinrichtung, Hotel, Resort) einen Vertrag verbindlich ab. Die Anmeldung erfolgt schriftlich und gilt auch für alle in der Anmeldung mit aufgeführten Personen, für deren Vertragserfüllung der Anmelder einsteht. Mit der Reservierungsbestätigung durch die Klinik/die Kureinrichtung/ das Hotel/ das Resort an den Teilnehmer kommt zwischen dem Teilnehmer und der Klinik/der Kureinrichtung/dem Hotel/dem Resort ein Reisevertrag zustande.

Datenverarbeitung

Der Gesundheitsservice gewährleistet eine angemessene Sicherheit bei der Verarbeitung Ihrer Daten. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie auch auf www.fit-u-vital.info

Zweckbindung

Der Gesundheitsservice verpflichtet sich, Ihre Daten nur dem Zweck angemessen und sachlich relevant sowie auf das für den Zweck der Datenverarbeitung notwendige Maß beschränkt zu verarbeiten.

Widerrufsrecht

Die Einwilligung zur Weiterleitung Ihrer Daten – auch einzelner Daten – können Sie jederzeit widerrufen. Dazu genügt es, Ihren Widerruf an info@gsm-gesund.de zu senden.

Betroffenenrechte

Es ist für uns selbstverständlich, Ihre Rechte erkennbar zu wahren und sicherzustellen. Jede betroffene Person hat hinsichtlich ihrer Daten das Recht auf Auskunft einschl. Datenübertragung sowie Berichtigung und Löschung ihrer Daten. Zudem können Sie eine Einschränkung der Verarbeitung verlangen und der Verarbeitung widersprechen.

Bei Anregungen oder Kritik zum Datenschutz wenden Sie sich bitte an uns: datschutz@gsm-gesund.de | Tel.: 0214 35769-0 | Fax: 0214 35769-170. Beschwerden hinsichtlich des Datenschutzes können Sie an die zuständige Datenschutzaufsichtsbehörde richten.

Reiserücktritt / Stornierung / Umbuchung / Verlängerungen

Bei Reiserücktritt, Stornierung oder bei Umbuchung des gebuchten Fit & Vital-Programms können beim Veranstalter Bearbeitungsgebühren von 15,- € pro Buchung sowie evtl. nicht unerhebliche Stornierungskosten entstehen. Diese richten sich nach dem Reiserecht und sind vom Eingang der Rücktrittserklärung/Stornierung/Umbuchung abhängig, die schriftlich per Post, Fax (0214 35769-171) oder E-Mail (fitundvital@gsm-gesund.de) beim Gesundheitsservice einzureichen ist. Wir empfehlen deshalb den Abschluss einer speziellen Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Unter www.fit-u-vital.info können Sie ganz unkompliziert direkt eine Reiserücktrittsversicherung bei unserem Partner, MDT travel underwriting GmbH, abschließen.

Vermittler dieser Reiserücktrittsversicherung ist:
Gesundheitsservice Management GSM GmbH
Dönhoffstr. 27 | 51373 Leverkusen

Natürlich steht es Ihnen frei, alternativ bei einem anderen Versicherungsunternehmen eine Versicherung abzuschließen.

Kontaktdaten der Beschwerde- und Schlichtungsstelle (sog. „Ombudsmann“):

Versicherungsombudsmann e. V.
Postfach 080632 | 10006 Berlin | Telefon: 0800 3696000 | Fax: 0800 3699000
E-Mail: beschwerde@versicherungsombudsmann.de
Homepage: www.versicherungsombudsmann.de

Was sonst noch wichtig ist

Alle unsere Partner verfügen über ein mit den jeweiligen örtlichen Behörden abgestimmtes Hygienekonzept für die Durchführung der Fit & Vital-Programme und werden alles dafür tun, dass Ihr Aufenthalt angenehm und erfolgreich sein wird.

Diese ambulante Vorsorgemaßnahme ist geprägt von aktiver Bewegung, genau dosierter Entspannung und verständlichen, nachvollziehbaren Anleitungen für gesundes Verhalten im Beruf und im Alltag. Motivierte und engagierte Teilnehmer werden schon bald bemerken, dass ihr persönliches Wohlbefinden zunimmt und Perspektiven für eine neue Lebensqualität entwickelt werden.

Weitere Informationen zu den Programmen und Unterkünften erhalten Sie unter

▶ www.fit-u-vital.info

▶ fitundvital@gsm-gesund.de

▶ Service-Telefon: 0214 35769-0

 **GESUNDHEITSSERVICE**
MANAGEMENT

 **30**
JAHRE

Die Angaben in diesem Katalog wurden mit größter Sorgfalt zusammengestellt. Dennoch können Druck- und Rechenfehler auftreten, für die nicht gehaftet werden kann. Alle Angaben entsprechen dem Stand bei Drucklegung im Dezember 2023.

IMPRESSUM HERAUSGEBER Gesundheitsservice Management GSM GmbH, Dönhoffstraße 27, 51373 Leverkusen. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck (auch auszugsweise) bedarf der schriftlichen Genehmigung durch den Herausgeber sowie die Lizenzgeberin Gesundheitsservice gGmbH. KONZEPTION/IDEE Gesundheitsservice gGmbH und Gesundheitsservice Management GSM GmbH, vertrieb@gsm-gesund.de, GESTALTUNG/REALISATION Bejoyn, 54470 Bernkastel-Kues, kontakt@bejoyn.de. FOTOS Kurorte | Kliniken | Hotels | Archiv Bejoyn | www.shutterstock.com, vectorfusionart.com | www.istockphoto.com

**Betriebskrankenkasse
Deutsche Bank AG**



Königsallee 60c
40212 Düsseldorf
Telefon 0211 9065-0

www.bkkdb.de

