



1 Woche
Schrothkur
ab € 546

CONCORDIA WELLNESS & SPA HOTEL * * * * SUPERIOR

Auf einen Blick

- in traumhafter Allgäuer Landschaft
- Lindau/Bodensee und Kempten je ca. 40 km
- umfangreiches Sport- und Freizeitprogramm "FIT for life"

Kur, Wellness, Fitness und Urlaubsflair bei zuvorkommendem Service und charmanter Atmosphäre - dafür steht das im Landhausstil erbaute Wohlfühlhotel.

62 stilvoll gestaltete Zimmer und Suiten (auch Nichtraucher), mit Bad oder Dusche/WC, Föhn, Körperwaage, Telefon, DSL Highspeed-Internet, Radio, Kabel-TV, haus-eigenem Videoprogramm, Safe, Minibar, Sitzecke sowie Balkon oder Terrasse. EZ Standard ca. 19 qm, Ost- oder Nordseite, DZ Standard ca. 30 qm, Ost- oder Südseite, EZ French ca. 27 qm, DZ Komfort ca. 30 qm, Westseite.

Delikat und leicht präsentiert sich die Küche. **Verwöhn-Halbpension:** Frühstücksbuffet mit Vital-Ecke, abends 5-Gänge-Menü oder Salatbuffet und 4-Gänge-Menü mit regionalen Schmankerln und internationalen Spezialitäten. Auch vegetarisch, lactose- oder glutenfreie Küche. LOGI-Diät und Schrothkurdiät siehe Infokasten. Separater Speiseraum für Schrothkurgäste. Mahlzeiten am Kommunikationstisch möglich.

Badelandschaft mit Innenpool (ca. 28° C), Wasserfall, Stuben-Sauna, Aroma-Dampfbad mit Farblight, Kräuter-Schwitzstube, Erlebnisduschen, Eisbrunnen, Ruheraum, Sonnenterrasse, Tee- und Wassertheke.

Gesund und schön - im **Beauty & Wellness-center** (360 qm, mit Tageslicht), täglich für Sie & Ihn. Thalasso ganzheitlich, Ayurveda, Colon-Hydro-Therapie sowie alle klassischen Anwendungen. Arzt für Naturheilkunde und Allgemeinmedizin im Haus (Badearzt). Produkte z.B. von Clarins und Thal'ion.

KurZuschuss, Ambulante Kur/Offene Badeskuren können mit der Krankenkasse bzw. den zuständigen Kostenträgern abgerechnet werden, siehe Seite 15.

Aktivurlaub im Allgäu: Bewegungsprogramm mit der hauseigenen Sportleiterin im **Gymnastik- und Fitnesspark** mit modernen Geräten im Cardio-, Fitness- und Funktionsbereich (Mo.-Fr.). Nachmittags z.B. Wanderungen,

Nordic Walking, Fahrrad- u. E-Bike-Verleih. 1x wöchentlich Ernährungs- und Gesundheitsvorträge. Personal Trainer für individuelle Fitness- u. Gesundheitsberatung, Qi Gong.

Die 645-1833 m hoch gelegene Region Oberstaufen zählt zu den großen **Wintersportzentren** im Allgäu - ideal für Abfahrt und Langlauf (Loipe in unmittelbarer Nähe) - und bietet auch im Sommer umfangreiche und vielseitige Möglichkeiten zur **aktiven Freizeitgestaltung**. Wanderwege (Sommer/Winter), Mountainbiking, Tennis u.v.m.

Golf Golparadies Allgäu: attraktive Greenfee-Ermäßigung, Startzeitenreservierung und Kurse auf den Golfplätzen Oberstaufen-Steibis und Golf Park Bregenzwald.

Schlank & entschlackt

LOGI-Diät: "Low Glycemic and Insulinemic", ca. 1.100 kcal, zucker- und stärke-reduzierte Kost zur **Gewichtsreduktion und Stoffwechselanregung**

Detox mit Schrothkur: klassisches, medizinisch anerkanntes Naturheilverfahren mit fett-, salz- und eiweißarmer Kost (VP-Diät, ca. 650 kcal.), das den ganzen Menschen einbezieht. **Gewichtsabnahme und Entschlackung** führen zu neuem Wohlbefinden. Ideal bei Übergewicht, Übersäuerung, Fettstoffwechselstörungen, hohem Blutdruck, Diabetes uvm.

fit inklusive

- Benutzung von Badelandschaft mit Saunen, Fitnesspark und Bademantel
- Teilnahme am Sport- und Animationsprogramm "Fit for life" (Mo.-Fr., z.B. Pilates, Yoga, Stretching, Fatburner) und an geführten Wanderungen und Nordic Walking Touren
- Teilnahme an Ernährungs- und Gesundheitsvorträgen nach Angebot sowie Tanz- und Unterhaltungsmusik (live, ca. 2-3 Tage/Woche)
- tagsüber Teeauswahl und frisches Obst an der Wellnessbar
- samstags Sekt-Empfang
- Transfer ab/bis Bahnhof Oberstaufen

Verwöhntage

Abtauchen & entschlackigen.

- Übern., Frühstücksbuffet mit Vitalecke
- Benutzung Badelandschaft, Fitnesspark
- Sport- und Animationsprogramm
- **fit inklusive**

Original Schrothkur

Eine zeitgemäße Detoxkur.

Ungesunde Ess- und Lebensgewohnheiten sowie Bewegungsmangel führen oft zu Übergewicht, hohem Blutdruck, Diabetes und vielen anderen Zivilisationskrankheiten. Als ganzheitliches, medizinisch anerkanntes Naturheilverfahren zur Entschlackung und Gewichtsabnahme gilt hier die **Schrothkur als optimale Gesundheitsvorsorge**.

- Anreise: Sonntag empfohlen
- ab 7 Übern./Kur- und Aufbaudiät
 - pro Tag 0,2 l naturreiner Kurwein, an Trockentagen 1 Kurdrink (Mo., Mi., Fr.)
 - Kräutertees tagsüber an der Teebar
 - Benutzung Badelandschaft, Fitnesspark
 - Sport- und Animationsprogramm
 - **fit inklusive**

Vor Ort zu zahlen: Kurpackervergütung (pro Packung € 13 Mo.-Sa.) u. ärztl. Anfangsuntersuchung (ab € 65, Mo.-Fr. ca. 8-10 Uhr, So. Abend auf Anfrage), obligatorisch. **KurZuschuss** Auch als **ambulante Kur** - dann werden Kurpackervergütung, Arzt und evtl. Massagen über Badearztschein abgerechnet, siehe S. 15.

Schlank mit LOGI-Diät

Abnehmen & sich wohlfühlen.

LOGI'sche Vitalität: mit kulinarischem Genuss zur dauerhaft guten Figur.

- Übern., stoffwechselanregende **LOGI-Diät-VP** (ca. 1.100 kcal.): Frühstücksbuffet (Vitalecke), mittags und abends 2-Gänge-Menü
- Benutzung Badelandschaft, Fitnesspark
- Sport- und Animationsprogramm
- **fit inklusive**

Zubuchbar

Gesund & Vital mit Naturmoor

- 2x Packung mit frischem Naturmoor
 - 2x Teilkörpermassage mit wertvollen Ölen
 - 1x Ganzkörpermassage mit wertvollen Ölen oder Lymphdrainage (30')
- Zuschlag ab 4 Ü **FIT 144Z8 € 120**

Beauty & Wellness à la carte

- **Teilkörper-Massage** (20') **FIT 144Z1 € 28**
- **Ganzkörper-Massage** (40') **FIT 144Z2 € 43**
- **Allgäuer Heubad** im Softpack (20') **FIT 144Z3 € 35**
- **Klassische Gesichtsbehandlung** inkl. Reinigung, Peeling, Crememaske, Gesicht- und Dekolletémassage (75') **FIT 144Z4 € 65**

Preise pro Person in €	Verwöhntage		Schrothkur		Schlank mit LOGI-Diät							
	je ÜF		je Ü/VP-Diät 650 kcal		je Ü/Diät-VP 1100 kcal.							
2.1.-23.12.2012	H 144	ab 1 Ü	ab 7 Ü	H 144	ab 1 Ü	ab 7 Ü	ab 14 Ü					
8.1.-4.2./10.6.-1.9./11.11.-23.12.	DZ	D51G	74	71	68	D71V	78	75	D61V	91	88	85
	EZ	E51G				E71V			E61V			
2.1.-7.1./5.2.-9.6./2.9.-10.11.	DZ	D51G	79	76	73	D71V	83	80	D61V	96	93	90
	EZ	E51G				E71V			E61V			
Zuschlag/Tag: DZ/Komfort (D.2.) € 3, EZ-French (E.2.) € 16, Wochenende bei 1-2 Ü € 3, HP Verwöhntage (...H) € 17.												
! € 3 je Ü sparen ab 21 Übern. EZ zum DZ-Preis ganzjährig.												

ANREISE Bahnhof: Oberstaufen, ca. 1 km zum Hotel. Bahnpreise siehe letzte Seiten. **Transfer (Bhf.) inkl.** nach Voranmeldung. Flughafen: Memmingen, ca. 70 km.
INFOS Kurtaxe ca. € 2,50 pro Tag ist am Ort zu zahlen. **Parkplatz inklusive** (begrenzt). **Garage** ca. € 6 pro Tag. **Hunde:** ca. € 12 pro Tag, nach Voranmeldung.

FIT Deluxe