



1 Woche
Basenfasten
ab € 844

KNEIPPANUM HOTEL & SPA****

Auf einen Blick

- Kneipp- und Naturheilzentrum
- Medical Wellness & Gesundheit
- Ideal auch für Alleinreisende
- Füßen ca. 60 km, München ca. 90 km

Ruhig, direkt am schönen Kurpark, inmitten eines großen Gartens, nur ca. 5 Min. vom Zentrum des berühmten Kneipp-Kurorts Bad Wörishofen gelegen. Im Mittelpunkt des **Well-Vital-Hotels** steht die ganzheitliche Gesundheitsphilosophie von Sebastian Kneipp, der das Haus im Jahre 1896 selbst gründete. 2007 renoviert, mit modernem Komfort und entspannter Wohlfühl-Atmosphäre bietet es ideale Bedingungen für einen erholsamen Gesundheitsurlaub mit Medical Wellness.

43 Doppel-, 76 Einzel-Zimmer und 6 Appartements, alle Nichtraucher im puristischen Design mit Dusche, WC, Sat.-TV (Flat Screen), Radio, Telefon, Internetzugang, Föhn, Safe, teilweise Balkon oder Terrasse. Auch behindertengerechte und Allergikerzimmer. Lift.

Gesunde Kneipp'sche Küche mit naturbelassener und abwechslungsreicher Kost, Vollwert- und vegetarischen Gerichten, Salatbuffets, Diäten, Heilfasten, metabolic balance®, Spezialitätenabende. Ernährungsberatung, kleine Kochkurse. Eigener Kräutergarten.

KneippSPA (ca. 2000 qm, täglich ca. 6-21 Uhr geöffnet) mit lichtdurchflutetem Hallenschwimmbad, Sprudelbecken, Dampf- und Biosauna, Solarium, Phonotheek, Fitnessraum. Außenblock-Sauna mit Whirlpool und Sonnenterrasse. Neu: RegenerationsINSELN im Garten - Orte zum Verweilen nach den Elementen Feuer, Erde, Wasser und Luft. Naturkosmetik Dr. Hauschka, Dr. Boos, alpienne, Kneipp.

Moderne Badeabteilung im KneippSPA (tägl. geöffnet) mit 12 harmonischen SPA Suiten. Qualifizierte Ärzte, Therapeuten, Baderarzt. Das klassische Naturheilverfahren nach Kneipp steht im Vordergrund. Hydrotherapie, Waschungen, Kneipp-Wickel, Auflagen, Güsse, medizin. Bäder, Heublumensack, heiße Dämpfe, Akupunktur, Colon-Hydrotherapie, Homöopathie. Individuelle Bewegungstherapie mit krankengymnasti-

schen Einzelbehandlungen, Chirotherapie, Lomi-Lomi-Massage, Rückenschule, Wirbelsäulengymnastik. Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) - die Heilkräuter können Sie täglich im Teestüble oder bei Kneipp'schen Anwendungen erleben.

Indikationen: Herz- und Kreislauf-, Gefäß-, Wirbelsäulen-, Gelenk-, Stoffwechselerkrankungen, Psychovegetative Störungen und Erschöpfungszustände, Migräne, Tinnitus, Immunabwehrschwäche.

Kurzschluss siehe Seite 15. Annahme von **Badearztscheinen**, Kurmittelschecks. Direkte Abrechnung von ambulanten und stationären Reha-Maßnahmen bei Vorlage einer Kostenübernahme. Heilmittel auf **Hausarzt-rezept** (nicht älter als 10 Tage) werden mit den Krankenkassen abgerechnet.

Entspannende Therapien wie Qi Gong, Eutonie, musikalische Meditationen, spirituelle Angebote, Gottesdienste in der Hauskapelle. Konzerte, Wanderungen, Nordic Walking, Aqua-Jogging, Pilates. In der Nähe Rad- und Wanderwege, Minigolf, Bad Wörishofener Kurpark mit einem der schönsten Heilkräuter- und Aromagärten, Tennisplätze.

Golf 2 x 18 Loch (ca. 7 km), Greenfee-Ermäßigung.

- fit inklusive**
- Benutzung von KneippSPA mit Innenpool, Saunen, Fitnessbereich u.v.m.
 - Bademantelservice
 - Begrüßungsaperitif (montags)
 - Teilnahme am kulturellen Wochen- und Aktivprogramm z.B. Morgengymnastik, Nordic Walking, Pilates, Aqua-Jogging
 - 1 Fl. Mineralwasser auf dem Zimmer
 - Kräutertee in der Teestube
 - Transfer (Bhf) nach Voranmeldung



- Kneippianum Tage**
- ab 3 Übern./Halbpension
 - Benutzung von KneippSPA
 - Teilnahme am Wochen-/Aktivprogramm
 - **fit inklusive**

- Carpe diem**
- 2 Übern./Halbpension
 - 1x Ganzkörper-Softpack mit Johanniskraut oder Lemongras
 - 1x Gesichtsguss
 - 1x Qi Gong oder Aquajogging
 - **fit inklusive**

- Entspannen & Genießen**
- Eine gesunde Schönheitswoche.*
- 5 Übern./Halbpension
 - 1x klassische Verwöhn-Gesichtsbehandlung mit Reinigen, Klären, Augenbrauenkorrektur, Kneipp-Waschung, Sanddorn- oder Rosenfluidum, Gesichts-Dekolleté-Massage, Naturpeeling, Packung, Tagespflege (90')
 - 1x Maniküre mit Handmassage
 - 1x Pediküre mit Fußmassage
 - 1x Kopf-Lymphdrainage für einen freien Kopf (30')
 - 1x Kräuter-Fußbad
 - 2x kleiner Gesundheitsguss
 - 2x Pilates
 - 2x Qi Gong
 - **fit inklusive**

Die Anwendungen können nach ärztlicher Verordnung auf Ihren Gesundheitszustand individuell angepasst werden.

Basenfasten

Das **ganzheitliche Basenfasten** basiert auf den **5 Elementen der Kneipptherapie: Kraft des Wassers, Innere Balance, Leben in Bewegung, gesunde Küche und die Wirkung von Kräutern.** Es ist eine sanfte Entsäuerungs-, Heil- und Entlastungskur, eine **besonders milde, aber sehr effektive Form des Fastens.** Sie werden intensiv durch eine ausgebildete Fastenbegleiterin betreut.

- Anreise: Sonntag
- 7 Übern. mit basischer Ernährung
 - Kräutertees und Mineralwasser
 - ärztliche Grunduntersuchung, medizinisches Abschlussgespräch
 - individuelle Ernährungsberatung
 - täglich „Kraftquelle“ (Fastenimpuls in der Gruppe) z.B. Fastenspaziergang, Anleitung zur Körperbürstenmassage oder Naturpeeling, Meditation, progressive Muskelentspannung
 - 1x Sanddorn- oder Naturmoor-Ganzkörperpackung
 - 1x Honig-Zirbenbad oder Hamamelis Sitzbad
 - 2x individuelles Bodyforming unter Anleitung (30')
 - 1x klassische Ganzkörpermassage (40')
 - 6x entgiftende und stoffwechsellanregende Kneippanwendungen (lt. ärztlicher Verordnung)
 - 3x entgiftende Leberwickel
 - 4x Bewegungs- o. Entspannungsangebote z.B. Pilates, Rückenschule, Qi Gong
 - **fit inklusive**

Preise pro Person in €	Kneippianum Tage		Carpe diem		Entspannen & Genießen		Basenfasten	
	ab 3 Ü je Ü/HP							
4.1.-31.12.2012	H 198	4.1.-29.2./ 1.11.-19.12.	1.3.-31.10./ 20.-31.12.	H 198	2 Ü/HP	H 198	5 Ü/HP	H 198 7 ÜX
DZ	D12H	79	84	D22H	199	D82H	605	D62X 844
EZ	E12H	84	89	E22H	209	E82H	630	E62X 879

Zuschlag pro Tag: VP (=...V) € 6, **Zimmer/Balkon** (=...I) € 5, **Kneippianum Tage** unter 4 Ü € 4.
Mindestaufenthalt Ostern, Weihnachten, Silvester: 5 Ü.
Weihnachten & Silvester: obligatorischer Zuschlag je ca. € 50 am Ort zu zahlen.

ANREISE Bahnhof: Bad Wörishofen ca. 400 m. Bahnpreise siehe letzte Seiten. **Transfer Bhf. inkl.**, nach Voranmeldung. Flughafen: Memmingen (ca. 40 km) oder München (ca. 100 km). **INFOS Kurtaxe** ca. € 1,90-2,70/Tag ist am Ort zu zahlen. **Parkplatz/Garage:** ca. € 3,50/Tag. **Hunde:** nicht erlaubt.