

Well-Fit Programm

Das Aktiv-Programm für Ihre Gesundheit
Von der Nordsee bis zum Bayerischen Wald





Lust auf Bewegung, Entspannung und gesunde Ernährung?

Ihre **BKK Bergisch Land** bietet Ihnen in enger Zusammenarbeit mit der **AKON Aktivkonzept** ein Well-Fit-Programm an, das in ausgewählten Häusern innerhalb der ganzen Bundesrepublik durchgeführt wird.

Damit Sie sich rundherum wohl fühlen, bieten wir Ihnen ein ebenso interessantes wie aktives Gesundheitsprogramm an. Jedes Programm besteht aus zwei unterschiedlichen Themenbereichen, wie Entspannung, Bewegung und Ernährung. Hierbei können Sie Ihren gewünschten Themenbereich mit den entsprechenden Kursbausteinen zu einem möglichen Termin auswählen.*



Unser Leitgedanke ist: „Gesundheit, die sich jeder leisten kann.“

Die Programme sind so angelegt, dass Ihr Eigenanteil als Teilnehmer aufgrund der Bezuschussung durch Ihre **BKK Bergisch Land** in Höhe von 150,00 Euro auf ein Minimum begrenzt wird und trotzdem ein kompaktes Angebot zur Verfügung steht. So ist es möglich, zwei verschiedene Gesundheitsprogramme, wie Rückenschule, Wirbelsäulengymnastik, Autogenes Training, Taiji, Nordic Walking oder Progressive Muskelentspannung und Ernährung inklusive Übernachtungen und Vollpension zu einem für Sie geringen Eigenanteil von 69 Euro** in Anspruch zu nehmen.



* Die Well-Fit Programme richten sich ausschließlich an vitale und gesunde Personen. An vier Tagen Ihres Aufenthaltes erwarten Sie im Durchschnitt 14 Stunden Kursprogramm aus den von Ihnen gewünschten Kursbausteinen. Bei Bedenken wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt, der Sie gerne beraten wird.

** außer Gesundheitsklinik Stadt Hamburg in St.Peter-Ording und Gesundheits-Zentrum Saarschleife in Orscholz



Kostenbeispiel

Gesamtkosten (inklusive Unterkunft, Vollpension und Teilnahme an den Well-Fit-Kursen)	219,00 €
Zuschuss Ihrer BKK Bergisch Land	- 150,00 €
Ihr Eigenanteil	= 69,00 €

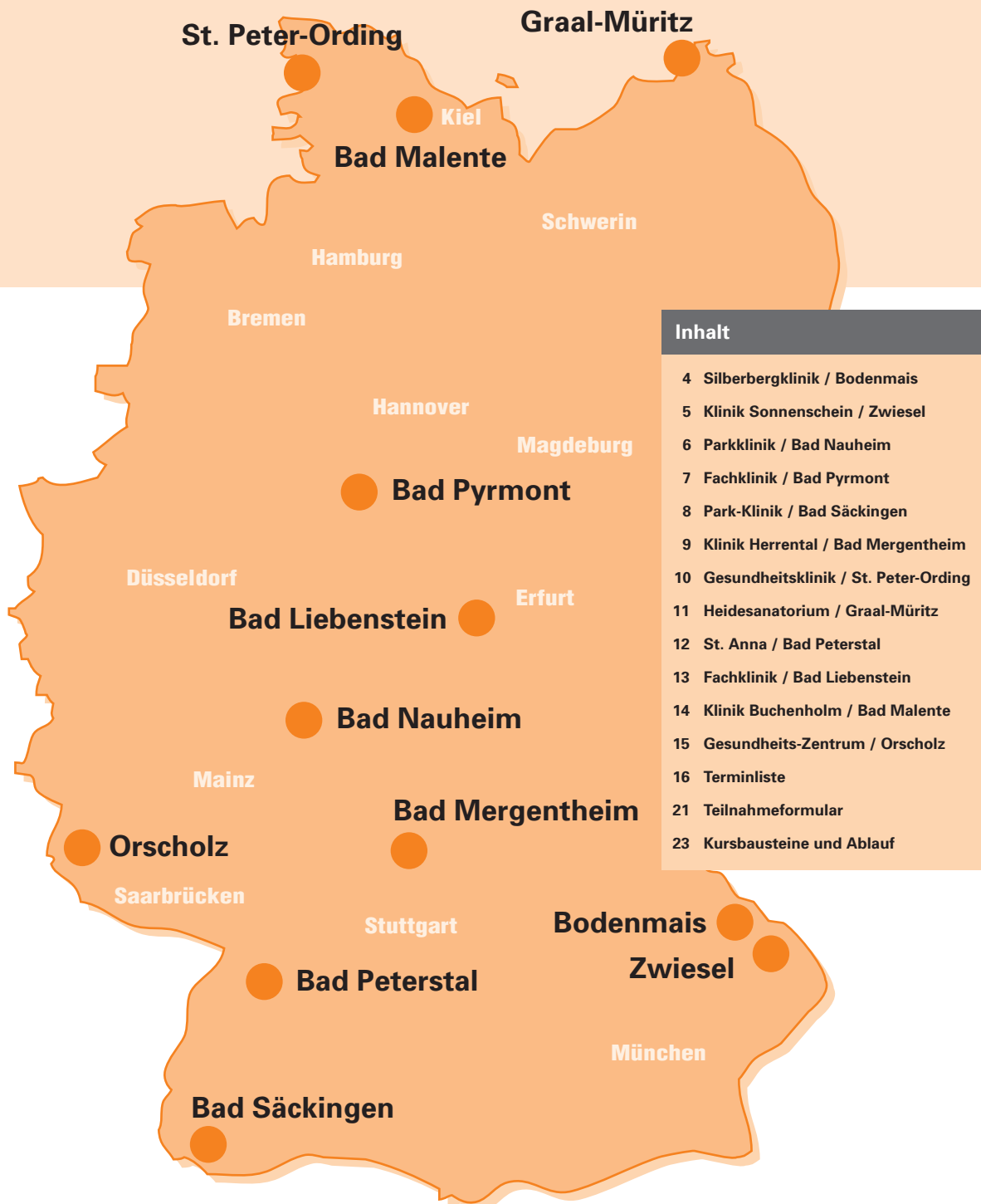
Die Kurse finden über einen Zeitraum von 4 Tagen (3 Übernachtungen) statt. In der Regel nehmen 8 bis 15 Teilnehmer an einem Kurs teil.



Geprüft und zertifiziert durch
den BKK Bundesverband

Standorte

Übersicht unserer Angebote in Deutschland



Silberbergklinik

Silberbergklinik in Bodenmais

inklusive Kinderbetreuung



Kinderbetreuung
pauschal
75,- €
(inkl. 3 Ü/VP)

ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Im Naturpark Bayerischer Wald und zu Füßen des Großen Arber liegt der heilklimatische Kurort Bodenmais.

Inmitten dieser traumhaft schönen Landschaft finden Teilnehmer jeden Alters beste Voraussetzungen für erfolgreiche und gleichzeitig entspannende Behandlungen. Umgeben von besonders reiner Luft und zahlreichen Freizeitmöglichkeiten ist die Klinik der ideale Platz für Menschen, die Erholung und Gesundheit gleichermaßen suchen.



Unsere Pluspunkte für Sie

- komfortable Unterbringung
- persönlicher Service
- Mutter- / Vater-Kind-Aufenthalte
- hauseigene Kinderbetreuung ab dem 1. Lebensjahr
- Schulunterricht für jedes Alter
- Untertageklimatherapie im pollen- und allergenfreien Therapiestollen
- zahlreiche Freizeitmöglichkeiten



Die Cafeteria und eine große Terrasse laden zum gemeinsamen Verweilen ein. Für Ihre Fitness stehen das hauseigene Hallenbad, die Sauna, das Kneippbecken sowie Tennisplätze zur Verfügung.



In der Silberbergklinik finden Sie Gemütlichkeit und beste Betreuung. Unsere komfortablen Ein- und Zweibettzimmer wurden 1998 komplett renoviert und verfügen über Bad / Dusche, WC, größtenteils Balkon, TV, Radio und Telefon.



Preise privater Zusatzangebote

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen)

219,00 €

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung	EZ/DZ	46,00 €
Verlängerungstag inkl. Übernachtung und Frühstück	EZ/DZ	33,00 €
Kinderbetreuung pauschal inkl. 3 Übernachtungen/VP		75,00 €

Rotlicht/Heißluft (zzgl. Massage)	13,00 €
-----------------------------------	---------

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Balneo-Photo-Therapie:	
Solebad und Ganzkörper-UVA/UVB-Bestrahlung	25,00 €

Massagebehandlungen

Fußreflexzonenmassage	20,00 €
Unterwassermassage	15,00 €
Manuelle Lymphdrainage	25,00 €
Klassische Massage	10,00 €

Wärmeanwendungen

Parafango (zzgl. Massage)	15,00 €
---------------------------	---------

Weitere Angebote

Walking (45 min)	6,00 €
------------------	--------

Klinik Sonnenschein in Zwiesel

mitten im Bayerischen Wald



Die Klinik Sonnenschein ist eine Fachklinik für Mutter/Vater und Kind sowie für Kinder und Jugendliche. Nicht nur hier, sondern überall in Zwiesel sind Mütter/Väter mit Kindern besonders herzlich willkommen. Dafür sprechen viele kindgerechte Freizeitangebote und nicht zuletzt die Auszeichnung des Ortes mit drei „Bayerwald-Bärchen“.



Die kleine hübsche Stadt liegt eingebettet in ein Tal zwischen den höchsten Bergen des Bayerwaldes - dem Großen Arber und dem Großen Rachel. Dank seines heilsamen Klimas wurde Zwiesel bereits 1972 das Prädikat „staatlich anerkannter Luftkurort“ zuerkannt.

Kinderbetreuung pauschal
75,- €
(inkl. 3 Ü/VP)

ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Die Klinik liegt am Ortsrand, umgeben von landwirtschaftlich genutzten Wiesen sowie in unmittelbarer Nähe eines Nadelwaldgebietes. Die landschaftlichen Gegebenheiten werden ganzjährig mit in die therapeutischen Verordnungen einbezogen.



Die Klinik verfügt über 89 Appartements mit 214 Betten.



Unsere Pluspunkte für Sie

- persönlicher Service
- Kinderbetreuung
- Aufnahme von Kindern
ab 3 Monate bis 12 Jahre
(darüber hinaus nach Absprache)
- Lernbetreuung
- Hallenbad mit Kinderbecken
- Sauna und Solarium
- allergikergerecht ausgestattete Appartements
- Bastel- und Kreativangebote
- für Rollstuhlfahrer geeignet

Preise privater Zusatzangebote

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen)

219,00 €

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung EZ/DZ 45,00 €

Verlängerungstag inkl. Übernachtung und Frühstück EZ/DZ 33,00 €

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Med. Bad + 1 med. Zusatz

oder Schwefelsole, Meerwasser 17,00 €

Kneipp-Teilguß 4,20 €

Cleopatrabad 17,00 €

Klinik Sonnenschein in Zwiesel

Wärmeanwendungen

Parafango 8,00 €

Heiße Rolle 4,20 €

Rotlicht / Heißluft 4,20 €

Massagebehandlungen

Fußreflexzonenmassage 18,00 €

Manuelle Lymphdrainage 25,00 €

Teilmassage 12,00 €



Park-Klinik

Parkklinik in Bad Nauheim

direkt an den Ausläufern des Taunus

Unsere Einrichtung liegt in der schönen Kurstadt Bad Nauheim, die über Europas größte zusammenhängende Jugendstilkuranlagen verfügt. Mit seinem vielfältigen kulturellen Angeboten bietet sie ein hervorragendes Umfeld für einen erholsamen und interessanten Urlaub.

Eingebettet in die Ausläufer des Taunus ist Bad Nauheim der ideale Ausgangspunkt für ausgedehnte Wanderungen und Ausflüge in die Natur.



ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Unsere Pluspunkte für Sie

- komfortable Unterbringung
- persönlicher Service
- großzügige Parkanlage
- zahlreiche Freizeitmöglichkeiten
- Sauna, Kraft- und Trainingsraum
- Schwimmbad



Die Parkklinik verfügt über 147 Einzel- und 9 Doppelzimmer, überwiegend mit Balkon. Alle Zimmer sind hell und freundlich eingerichtet sowie mit Dusche, WC, Telefon und TV ausgestattet.



Bäder, Massagen, der Fitness-Bereich und verschiedene Therapiemöglichkeiten sorgen optimal für Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden.

Die Parkklinik verbindet auf einzigartige Weise erholsamen Urlaub mit medizinischer Betreuung. Holen auch Sie sich bei uns ein Stück Lebensfreude!

Bei uns werden Sie Wellness auf allen Ebenen erleben. Schließlich steht bei unseren ganzheitlich angelegten Verwöhnprogrammen immer der Mensch im Mittelpunkt.



Preise privater Zusatzangebote

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen)

219,00 €

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung EZ/DZ **65,00 €**

Wärmeanwendungen

Parafango (Teilfango)	8,70 €
Heiße Rolle	6,15 €
Rotlicht/Heißluft	5,20 €

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Hand-, Fußbad mit med. Zusätzen, Sandbad	8,00 €
Med. Bad + 1 med. Zusatz oder Schwefelsole, Meerwasser	15,50 €
Wassertreten	2,60 €

Massagebehandlungen

Sportmassage (20 min)	33,15 €
Klassische Massage	15,50 €

Fachklinik

Fachklinik Bad Pyrmont

inmitten des Weserberglandes



Das größte niedersächsische Staatsbad Bad Pyrmont liegt in der Nähe der Rattenfängerstadt Hameln. Der Ort ist eingebettet in die sanfte, hügelige Landschaft des Weserberglandes. Dank seiner reizvollen Umgebung mit mildem Reizklima zählt er zu den schönsten Kurorten Deutschlands.

Der historische Kurpark mit seinem barocken Alleensystem und seinem Palmengarten - der nördlichsten Palmenfreianlage Europas - ist das

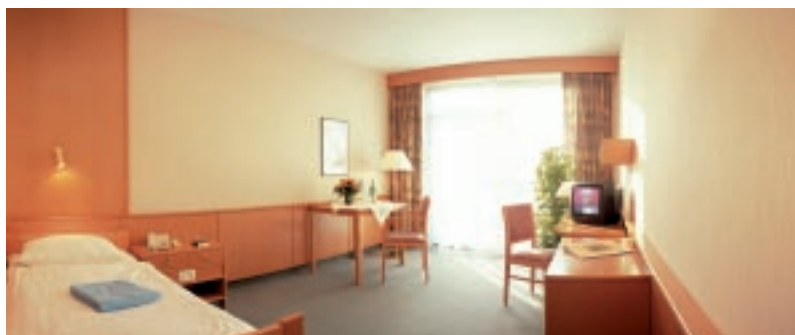


Schmuckstück der Stadt. Hier spürt man das Flair eines modernen Badeortes in Harmonie mit der Architektur der Biedermeierzeit.

Die Fachklinik liegt in unmittelbarer Nähe des Kurparks.

ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme



Die freundlichen und geräumigen Zimmer bieten den Patienten einen angenehmen Aufenthalt. Die Zimmer sind mit Dusche / WC, Sat.-TV, Telefon und Balkon ausgestattet.

Unsere Pluspunkte für Sie

- Hausbibliothek
- Cafeteria mit Terrasse
- Ernährungsberatung
- Waschraum
- Schwimmhalle
- Frisör
- Multimedia-Terminal (Internet + Fax)
in der Cafeteria



Das funktionelle Bewegungsbad überzeugt durch seine helle und lebensfrohe Architektur.

Preise privater Zusatzangebote

Fachklinik Bad Pyrmont

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen)

219,00 €

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung EZ/DZ 50,00 €

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Moorpackung 16,00 €

Moorpackung mit Teilmassage 25,00 €

Krankengymnastik -Einzelbehandlung 17,00 €

Krankengymnastik -Intensive Einzelbehandlung 35,00 €

Krankengymnastik -Einzelbehandlung im Wasser 20,00 €

Entspannungstherapie im Wasser 25,00 €

Wärmeanwendungen

Heißluft mit Teilmassage 16,00 €

Heiße Rolle mit Teilmassage 20,00 €

Massagebehandlungen

Teilmassage 11,00 €

Fußreflexzonenmassage 21,00 €

Akupunkturmassage nach Penzel 45,00 €

Cranio-Sacral Therapie 50,00 €



Park-Klinik

Park-Klinik in Bad Säckingen

direkt an der Schweizer Grenze

Die Park-Klinik liegt in einem parkähnlichen Grundstück mit wertvollem altem Baumbestand und schließt sich direkt an den Kurpark an.

Mit ihrer einmaligen Lage bietet die Stadt Bad Säckingen zahlreiche Möglichkeiten, Ihre Freizeit zu gestalten. Freuen Sie sich auf die herrliche Lage der Stadt am Fuße des Schwarzwaldes mit Blick auf den Rhein und die angrenzende Stadt. Die Park-Klinik ist nach modernsten Gesichtspunkten konzipiert und besteht aus zwei Bettenhäusern, die mit dem Zentralbau verbunden sind. Hier befinden sich neben den diagnostischen Einrichtungen das Thermalbewegungsbad, die balneophysikalische Abteilung und eine geräumige Sporthalle zur Therapie und Freizeitgestaltung.



ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Unsere Pluspunkte für Sie

- geführte Wanderungen und Radtouren
- Gratisnutzung des hauseigenen Thermalbades
- Mannschaftsspiele und Turniere
- Diavorträge
- Bastel- und Kreativkurse
- gut sortierte Bibliothek und Audiothek

Die Grundlage der medizinischen Therapie stellt das seit Jahrhunderten aus dem Bad Säckinger Urgestein sprudelnde Heilwasser (34°C Natrium-Chlorid-Therme) dar: Ein unerschöpflicher Quell der Gesundheit und Lebenskraft.



Die 200 Betten sind vorwiegend in modern ausgestatteten und geräumigen Einzelzimmern untergebracht. Jedes Zimmer ist mit Dusche, WC, TV, Radio und Telefon versehen. Wintergarten, Cafeteria und gemütliche Sitzecken machen Lust auf ein Kaffeekränzchen. Außerdem bietet Ihnen die Vitaminbar mit ihrer Vielfalt an frisch zubereiteten Säften die Möglichkeit, zu verweilen und andere Gäste kennenzulernen.



Preise privater Zusatzangebote

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen)

219,00 €

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung	EZ	52,50 €
	DZ	47,50 €
Verlängerungstag inkl. Halbpension je Übernachtung	EZ/DZ	48,90 €
Verlängerungstag inkl. Übernachtung und Frühstück	EZ/DZ	45,00 €
Verlängerungstag inkl. VP bis 14 Jahre je Übernachtung		30,00 €
Bäder, Packungen, Hydrotherapie		
Gashaltiges (Kohlensäure)-Bad		18,00 €
Hand-, Fußbad mit med. Zusätzen, Sandbad		8,00 €
An- oder absteigendes Teilbad		7,00 €
Med. Bad + 1 med. Zusatz oder Schwefelsole, Meerwasser		18,00 €
Kneipp-Vollguss		5,00 €
Moorlaugebad		18,50 €
Aromabad		18,50 €

Park-Klinik in Bad Säckingen

Wärmeanwendungen	
Parafango	12,00 €
Heisse Rolle	10,00 €
Rotlicht / Heissluft	5,00 €
Sandliege	5,80 €
Massagebehandlungen	
Sportmassage (20 min)	14,00 €
Reflexzonenmassage	18,00 €
Unterwassermassage	22,00 €
Manuelle Lymphdrainage	25,00 €
Wellnessmassage (30 min)	16,00 €
Weitere Angebote	
Walking (45 min)	4,00 €

Klinik Herrental in Bad Mergentheim

mitten im lieblichen Taubertal



ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Die reizvolle Natur und das milde Klima im "lieblichen Taubertal" bieten einen ebenso hervorragenden Rahmen für Ihre Prävention wie die angenehme Unterbringung in der Klinik Herrental.

Bad Mergentheim, der größte Kurort in Baden-Württemberg, liegt im lieblichen Taubertal, direkt an der Romantischen Straße, der weltbekannten Entdeckungsrouten deutscher Kunst und Geschichte. Die außergewöhnliche Verbindung von Heilbad und historischer Atmosphäre ist der besondere Reiz Bad Mergentheims.

Reizvolle Ausflüge nach Weikersheim, Rothenburg o. d. Tauber, Tauberbischofsheim und Würzburg runden einen Aufenthalt ab.



Die Klinik Herrental befindet sich inmitten des Kur- und Rehasentrums von Bad Mergentheim. Das moderne, lichtdurchflutete Haus gestattet einen herrlichen Blick über die historische Altstadt. Den malerischen Kurpark erreichen Sie zu Fuß in drei, das Stadtzentrum in 15 Minuten.

Die Klinik verfügt über ein großes Schwimmbad mit separatem Therapiebecken, Fitness- und Gymnastikräume sowie physiotherapeutische Behandlungsräume.

Die Klinik verfügt über 92 Einzel- und 9 Doppelzimmer (größtenteils mit Balkon). Alle Zimmer sind mit Dusche, WC, Telefon und TV ausgestattet. Unsere Küche bietet Ihnen alle Kostformen an.



Unsere Pluspunkte für Sie

- Abhol-Service vom Bahnhof
- kostenlose Benutzung des Fitnessstudios
- kostenlose Benutzung des hauseigenen Schwimmbades
- Kurpark in unmittelbarer Nähe
- alle Kostformen
- Busanbindung gegenüber der Klinik

Preise privater Zusatzangebote

Klinik Herrental in Bad Mergentheim

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen) **219,00 €**

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung EZ/DZ **51,00 €**

Therapien

Psychologisches Einzelgespräch (50 min) **50,00 €**

Ernährungstherapie, einzeln (50 min) **25,00 €**

Massagebehandlungen

Klassische Massage (20 min) **10,00 €**

Manuelle Lymphdrainage (30 min) **25,00 €**

Fußreflexzonenmassage (30 min) **18,00 €**

Weitere Angebote

- ärztliche Leistungen werden nach der Gebührenordnung für Ärzte abgerechnet.

- Kosmetische Behandlung und Beratung in Kooperation mit

SANADERM Esthetics



Gesundheitsklinik „Stadt Hamburg“ St. Peter-Ording

direkt an der Nordseeküste

ab **129,-€**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Die freundliche und hotelähnliche Atmosphäre der Gesundheitsklinik „Stadt Hamburg“ ist ein ideales Umfeld, um aktiv Ihr ganzheitliches Befinden zu verbessern.

Mitten im Kurzentrum im Ortsteil Bad gelegen, erreichen Sie in wenigen Schritten die Kurpromenade, die Seebrücke und eine bunte Vielfalt von Geschäften.



Unsere Pluspunkte für Sie

- Meeresnähe
- persönlicher Service
- Bewegungsbäder
- zahlreiche Freizeitmöglichkeiten
- Sauna, Solarium, Fitness-Studio

Sie wohnen in einem freundlichen Einzelzimmer, mit Partner im Doppelzimmer oder in einem 2-Zimmer Apartment. Alle Zimmer mit Duschbad und WC, Telefon, Radio und auf Wunsch Kabel-TV.



Umgeben von besonders reiner Luft und zahlreichen Freizeitmöglichkeiten, ist die Klinik der ideale Platz für Menschen, die Erholung und Gesundheit gleichermaßen suchen. Für Ihre Fitness stehen das hauseigene Hallenbad, die Sauna, das Kneippbecken sowie Tennisplätze zur Verfügung.

Preise privater Zusatzangebote

Gesundheitsklinik „Stadt Hamburg“ in St. Peter-Ording

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen) **279,00 €**

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung EZ/DZ **59,00 €**

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Balneo-Photo-Therapie:	
Solebad + Ganzkörper-UVA/UVB-Bestrahlung	32,80 €
Gashaltiges (Kohlensäure-) Bad	19,50 €
Hand-, Fußbad mit med. Zusätzen, Sandbad	6,70 €
An- oder absteigendes Teilbad	12,30 €
Med. Bad + 1 med. Zusatz oder Schwefelsole, Meerwasser	18,50 €
Je weiterem Zusatz für med. Bad	3,10 €
Kneipp-Teilguß	3,10 €

Kneipp-Vollguß	4,60 €
Wassertreten	3,10 €
Schlickteilpackung	20,50 €
Schlickgroßpackung	28,20 €

Wärmeanwendungen

Heiße Rolle	10,30 €
Rotlicht/Heißluft	5,70 €

Massagebehandlungen

Unterwassermassage	23,10 €
--------------------	---------

Heidesanatorium im Ostseeheilbad Graal-Müritz

direkt an der Ostseeküste



Das Heidesanatorium liegt direkt im Ortsteil Graal und fügt sich harmonisch in die traditionelle Bäderarchitektur ein. Unmittelbar am Rhododendronpark und ca. 200 Meter vom Strand entfernt bietet das Haus den idealen Rahmen, um sich wohl zu fühlen.



Kinderbetreuung
pauschal
75,- €
(inkl. 3 Ü/VP)

ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme



Die 2-Zimmer Apartments sind mit Dusche, WC, Telefon und Babyfon ausgestattet.

Neben der Physiotherapieabteilung gibt es eine Sauna, Kreativwerkstätten, eine Lehrküche, einen Fitness- und Sportraum, eine Bibliothek und eine Sonnenterrasse.

Das Haus bietet auf Wunsch Vollkost, vegetarische und Reduktionskost und alle indikationsbezogenen Sonderkostformen. Für die kleinsten Gäste wird kleinkindgerechte Kost zubereitet.

Unsere Pluspunkte für Sie

- Aufnahme von Kindern ab 6 Monate bis 12 Jahre, nach Absprache auch älter
- Aufnahme von Kindern mit physischen und psychischen Einschränkungen
- für Rollstuhlfahrer geeignet



Preise privater Zusatzangebote

Heidesanatorium in Graal-Müritz

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen)		219,00 €
Verlängerungstag Erwachsener/Tag inkl. Vollpension	EZ/DZ 35,00 €	Kinderbetreuung pauschal inkl. 3 Übernachtungen/VP 75,00 €
Verlängerungstag Kind/Tag inkl. Vollpension	25,00 €	
Massagebehandlungen		Bäder, Packungen, Hydrotherapie
Klassische Massage	20,00 €	Moorpackung
		20,00 €

Gesundheitszentrum „St. Anna“ in Bad Peterstal-Griesbach

mitten im Schwarzwald

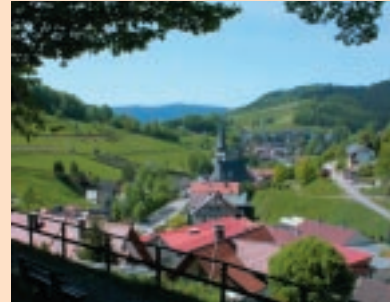


ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Das St. Anna Gesundheitszentrum liegt, eingebettet in eine reizvolle Landschaft, in der Renchtalgemeinde Bad Peterstal-Griesbach im Schwarzwald. Das milde Mittelgebirgsklima bietet ideale heilklimatische Voraussetzungen bei Erkrankung verschiedenster Art.

Bad Peterstal-Griesbach ist umgeben von vielfältigen und sehenswerten Ausflugsmöglichkeiten. Nutzen Sie die Gelegenheit und besuchen Sie zum Beispiel das nahegelegene Elsaß, Freudenstadt oder das Freiburger Münster.



Unsere Pluspunkte für Sie

- Massagen
- Moorbäder und medizinische Bäder
- Bewegungsbäder
- Elektrotherapie
- Therme, Schwimmbad, Solarium
- Kohlensäurewannenbäder

St. Anna ist eine anerkannte Klinik für Vorsorge und Rehabilitation, eine Einrichtung der Müttergenesung und ein ambulantes Therapiezentrum. Das Haus liegt im Renchtal, einem Seitental des Rheins.



Sie wohnen in gemütlich eingerichteten Einzel- und Doppelzimmern. Die Zimmer verfügen über Dusche und WC. Alle für die Therapie notwendigen Einrichtungen finden Sie hier unter einem Dach. Das Haus ist rollstuhlgerecht ausgebaut.

Bad Peterstal-Griesbach ist Mineralheilbad, Moorheilbad und Kneipp-Kurort.



Preise privater Zusatzangebote

Gesundheitszentrum „St. Anna“ Bad Peterstal-Griesbach

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen)

219,00 €

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung EZ/DZ 62,00 €
Verlängerungstag inkl. Halbpension je Übernachtung EZ/DZ 56,00 €

Wärmeanwendungen
Rotlicht/Heißluft 9,00 €

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Gashaltiges (Kohlensäure-) Bad 18,20 €
Kneipp-Teilguß ab 7,00 €
Aromabad 15,00 €
Moorpackung 19,00 €

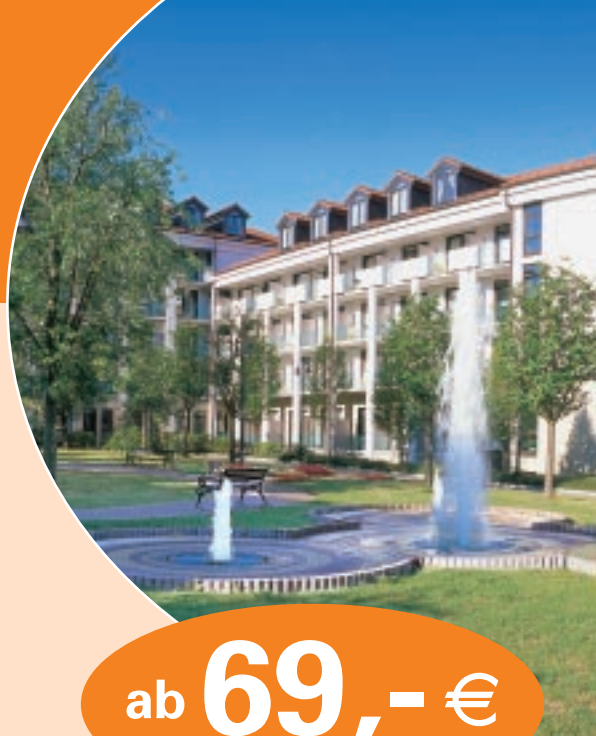
Massagebehandlungen

Fußreflexzonenmassage 29,00 €
Klassische Massage 16,00 €
Wellnessmassage (30 min) 29,00 €

Fachklinik

Fachklinik Bad Liebenstein

im grünen Herzen Deutschlands



Die Stadt Bad Liebenstein liegt am Fuße des Rennsteigs im Thüringer Wald. Die klimatisch günstigen Bedingungen am Fuße des Rennsteigs und die Schönheit der Landschaft wußten schon Johann Wolfgang von Goethe und Herzog Georg II von Sachsen-Meiningen zu schätzen.

Die gegen Ende des 16. Jahrhunderts entdeckte Heilquelle hat Bad Liebenstein zum ältesten Badeort Thüringens gemacht. Und seit Ende des 18. Jahrhunderts trägt das Städtchen den Beinamen "die Perle des Thüringer Waldes".



ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme



Die freundlichen und geräumigen Zimmer bieten unseren Patienten eine angenehme Aufenthaltsqualität. Die Zimmer sind mit Dusche / WC, Sat.-TV, Telefon und Balkon ausgestattet.

Unsere Pluspunkte für Sie

- Bibliothek
- Cafeteria
- Diätberatung
- TV und
- Safe
- Sauna und Schwimmbad
- Waschraum



Das hotelähnlich, modern ausgestattete Haus ist eine klassische Rehabilitations-einrichtung, die über entsprechendes Patienten Klientel verfügt. Kursteilnehmer und Patienten befinden sich in gemeinsamen, gesellschaftlichen Räumlichkeiten (z.B. Speisesaal).

Preise privater Zusatzangebote

Fachklinik Bad Liebenstein

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen) **219,00 €**

Verlängerungstag Erwachsener/Tag inkl. Vollpension	EZ	65,00 €
Verlängerungstag Erwachsener/Tag inkl. Vollpension	DZ	45,00 €
Massagebehandlungen		
Sportmassage 20 min		9,00 €
Fußreflexzonenmassage 30 min		12,00 €
Manuelle Lymphdrainage 30 min		15,00 €
Unterwassermassage		20,00 €
Klassische Massage		9,00 €

Wärmeanwendungen	
Heiße Rolle	6,00 €
Bäder, Packungen, Hydrotherapie	
Med. Bad + 1 med. Zusatz oder Schwefelsole, Meerwasser	13,00 €
An- oder absteigendes Teilbad	6,00 €
Moorpackung	9,00 €
Weitere Angebote	
Nordic Walking	8,00 €
Aqua-Jogging	8,00 €



Vital-Klinik Buchenholm in Bad Malente

direkt am Dieksee

ab **69,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

In Schleswig-Holsteins einzigem anerkannten Kneipp-Heilbad und heilklimatisiertem Kurort Bad Malente liegt direkt am Dieksee die moderne Klinik Buchenholm. Die traumhaft schöne Landschaft bildet den idealen Rahmen sowohl für Entspannung vom Alltagsstress als auch für sportliche Aktivitäten.



Unsere Pluspunkte für Sie

- direkt am See
- kostenlose Nutzung von Schwimmbad, Sauna und Fitnessraum
- kostenloser Transfer vom und zum Bahnhof
- Fahrradverleih
- Internetzugang in der Klinik

Der hohe Standard der Klinik wurde von der Krankenhausgesellschaft Schleswig-Holstein mit dem Reha-Gütesiegel ausgezeichnet.



In der 2005 renovierten Klinik stehen Ihnen ein komplett neuer Saunabereich, die moderne Bäder- und Therapieabteilung, eine gemütliche Cafeteria und ansprechende Freizeiträume zur Verfügung.



Für Freizeit und Therapie stehen das Hallenbad (30°C), Fitnessraum, Sauna, Kegelbahn sowie ein Fahrradverleih zur Verfügung. Die Unterbringung erfolgt in benachbarten Pensionen.



Preise privater Zusatzangebote

Vital-Klinik Buchenholm in Bad Malente

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen) **219,00 €**

Verlängerungstag inkl. Vollpension je Übernachtung EZ **40,00 €**

Verlängerungstag inkl. Halbpension je Übernachtung EZ **30,00 €**

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Moorpackung **7,80 €**

Med. Wannenbad **13,00 €**

Hydrojet **8,50 €**

Massagebehandlungen

Fußreflexzonenmassage **8,50 €**

Klassische Massage **8,50 €**

Gesundheits-Zentrum Saarschleife in Orscholz

im Naturpark Saar-Hunsrück

Die idyllisch im Naturpark Saar-Hunsrück gelegene Einrichtung bietet Ihnen sowohl den Komfort und das Ambiente eines modernen Hotels als auch ein medizinisches und therapeutisches Leistungsangebot auf höchstem Niveau.



Neben gutem Klima und reiner Luft bietet die Region attraktive Freizeitangebote. Wanderungen, Radtouren, eine Fahrt nach Luxemburg oder in Deutschlands älteste Stadt Trier, Schifffahrten auf Mosel und Saar bieten Unterhaltung für Jedermann.



ab **89,- €**
pro Person

3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme

Mediterranes Klima und tropische Pflanzenwelt - diese Vision diente uns als Vorbild bei der Einrichtung und möchte Sie entführen in Ihre "Oase der Gesundheit" zum Verweilen, Entspannen und Erholen.



Sie wohnen in gut ausgestatteten Einzel- und Doppelzimmern. Alle Zimmer verfügen über Dusche und WC.

Unsere Pluspunkte für Sie

- Bäderlandschaft
- Solarien
- Fitnessraum
- Sauna
- Bistro / Bar / Restaurant
- Walking + Laufen
- div. Wochen-Angebote



Preise privater Zusatzangebote

Gesundheits-Zentrum Saarschleife in Orscholz

Gesamtpreis für 3 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme (hiervon ist Ihr Krankenkassenzuschuss noch abzuziehen) **239,00 €**

Verlängerungstag inkl. VP je Übernachtung Hauptsaison **61,00 €**

Verlängerungstag inkl. HP je Übernachtung Hauptsaison **57,00 €**

Verlängerungstag inkl. VP je Übernachtung Nebensaison **56,00 €**

Verlängerungstag inkl. HP je Übernachtung Nebensaison **52,00 €**

Bäder, Packungen, Hydrotherapie

Med. Bad + 1 med. Zusatz oder Schwefelsole,	
Meerwasser	18,50 €
Kneipp-Vollguß	4,50 €

Massagebehandlungen

Fußreflexzonenmassage	19,00 €
Unterwassermassage	20,45 €
Manuelle Lymphdrainage	19,50 €
Klassische Massage	13,80 €
Wellnessmassage (30 min)	20,70 €

Wärmeanwendungen

Wärmepackung	11,80 €
Heiße Rolle	10,00 €
Rotlicht / Heißluft	5,70 €

Weitere Angebote

Walking (45 min)	6,14 €
Aqua-Gymnastik	10,74 €



Termine

Wählen Sie Ihren Wunschtermin für die von Ihnen gewünschte Einrichtung. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Terminwünsche aufgrund der großen Nachfrage und begrenzter Teilnehmerzahl nicht immer realisiert werden können. Falls möglich, bitten wir um Angabe eines Alternativtermins und um frühzeitige Zusendung Ihres Teilnahmeantrages.

Gerne stehen wir Ihnen zur Absprache Ihrer Terminwünsche oder zur Beantwortung von Fragen jederzeit zur Verfügung.

Termine		Vital-Klinik Buchenholm in Bad Malente			
Do. bis So. 05.01. - 08.01.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 06.02. - 09.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 06.03. - 09.03.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 09.01. - 12.01.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 09.02. - 12.02.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 09.03. - 12.03.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Do. bis So. 12.01. - 15.01.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 13.03. - 16.03.2006	Nordic-Walking und Ernährung
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 16.02. - 19.02.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 16.03. - 19.03.2006	Ernährung und Rückenschule
Do. bis So. 19.01. - 22.01.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 20.02. - 23.02.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 20.03. - 23.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 23.01. - 26.01.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 23.02. - 26.02.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 23.03. - 26.03.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Do. bis So. 26.01. - 29.01.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 27.02. - 02.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 30.01. - 02.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 02.03. - 05.03.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 30.03. - 02.04.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Do. bis So. 02.02. - 05.02.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung				

Termine		Silberbergklinik in Bodenmais			
Do. bis So. 01.12. - 04.12.2005	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Mo. bis Do. 06.03. - 09.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 12.12. - 15.12.2005	Ernährung und Rückenschule	Do. bis So. 09.03. - 12.03.2006	Yoga und Rückenschule	Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 09.01. - 12.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 13.03. - 16.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 27.11. - 30.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 20.03. - 23.03.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Do. bis So. 30.11. - 03.12.2006	Yoga und Ernährung
Mo. bis Do. 23.01. - 26.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Do. bis So. 23.03. - 26.04.2006	Nordic-Walking und Yoga	Mo. bis Do. 04.12. - 07.12.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 30.01. - 02.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 07.12. - 10.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Do. bis So. 02.02. - 05.02.2006	Yoga und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 30.03. - 02.04.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Mo. bis Do. 11.12. - 14.12.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 06.02. - 09.02.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 13.11. - 16.11.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 14.12. - 17.12.2006	Taiji und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Ernährung und Rückenschule	Do. bis So. 16.11. - 19.11.2006	Nordic-Walking und Yoga	Mo. bis Do. 18.12. - 21.12.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 20.02. - 23.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung				

Termine

Termine		Klinik Herrental in Bad Mergentheim			
Mo. bis Do. 19.12. - 22.12.2005	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 29.05. - 01.06.2006	Autogenes Training und Ernährung	Do. bis So. 07.09. - 10.09.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 01.06. - 04.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 11.09. - 14.09.2006	Autogenes Training und Ernährung
Mo. bis Do. 30.01. - 02.02.2006	Ernährung und Rückenschule	Do. bis So. 08.06. - 11.06.2006	Ernährung und Rückenschule	Do. bis So. 14.09. - 17.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 02.02. - 05.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 12.06. - 15.06.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 18.09. - 21.09.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 06.02. - 09.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 15.06. - 18.06.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 21.09. - 24.09.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 19.06. - 22.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Autogenes Training und Ernährung
Mo. bis Do. 20.02. - 23.02.2006	Ernährung und Rückenschule	Do. bis So. 22.06. - 25.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 28.09. - 01.10.2006	Nordic-Walking und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 23.02. - 26.02.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 26.06. - 29.06.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Mo. bis Do. 02.10. - 05.10.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.02. - 02.03.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 03.07. - 06.07.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 05.10. - 08.10.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Do. bis So. 02.03. - 05.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 06.07. - 09.07.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 09.10. - 12.10.2006	Autogenes Training und Ernährung
Do. bis So. 09.03. - 12.03.2006	Autogenes Training und Ernährung	Mo. bis Do. 10.07. - 13.07.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 16.10. - 19.10.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Mo. bis Do. 13.03. - 16.03.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Mo. bis Do. 17.07. - 20.07.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Mo. bis Do. 23.10. - 26.10.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 16.03. - 19.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 24.07. - 27.07.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 26.10. - 29.10.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Mo. bis Do. 20.03. - 23.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 27.07. - 30.07.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 30.10. - 02.11.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 31.07. - 03.08.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 13.11. - 16.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Mo. bis Do. 03.04. - 06.04.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 03.08. - 06.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 10.04. - 13.04.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 07.08. - 10.08.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 27.11. - 30.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 20.04. - 23.04.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 10.08. - 13.08.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 30.11. - 03.12.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 24.04. - 27.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 14.08. - 17.08.2006	Autogenes Training und Ernährung	Mo. bis Do. 04.12. - 07.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Do. bis So. 27.04. - 30.04.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 17.08. - 20.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 07.12. - 10.12.2006	Autogenes Training und Ernährung
Mo. bis Do. 08.05. - 11.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Mo. bis Do. 21.08. - 24.08.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 11.12. - 14.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 15.05. - 18.05.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 24.08. - 27.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Do. bis So. 14.12. - 17.12.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 18.05. - 21.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 28.08. - 31.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Mo. bis Do. 18.12. - 21.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Mo. bis Do. 22.05. - 25.05.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 31.08. - 03.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik		
Do. bis So. 25.05. - 28.05.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 04.09. - 07.09.2006	Autogenes Training und Rückenschule		

Termine		Fachklinik Bad Liebenstein			
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 04.05. - 07.05.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 07.09. - 10.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 02.02. - 05.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 15.05. - 18.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 20.02. - 23.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 01.06. - 04.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 12.10. - 15.10.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 02.03. - 05.03.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 22.06. - 25.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 06.11. - 09.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 20.07. - 23.07.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 10.04. - 13.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 21.08. - 24.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 11.12. - 14.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik

Termine

Termine		Gesundheitsklinik „Stadt Hamburg“ in St. Peter-Ording			
Di. bis Fr. 17.01. - 20.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Di. bis Fr. 31.01. - 03.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Di. bis Fr. 14.02. - 17.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Di. bis Fr. 24.01. - 27.01.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Di. bis Fr. 07.02. - 10.02.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Di. bis Fr. 21.02. - 24.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule

Termine		Gesundheitszentrum „St. Anna“ in Bad Peterstal-Griesbach			
Di. bis Fr. 29.11. - 02.12.2005	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Di. bis Fr. 09.05. - 12.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Di. bis Fr. 17.10. - 20.10.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training
Di. bis Fr. 17.01. - 20.01.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Di. bis Fr. 23.05. - 26.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Di. bis Fr. 31.10. - 03.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Di. bis Fr. 31.01. - 03.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Di. bis Fr. 06.06. - 09.06.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Di. bis Fr. 21.11. - 24.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Di. bis Fr. 14.02. - 17.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Di. bis Fr. 20.06. - 23.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Di. bis Fr. 28.11. - 01.12.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training
Di. bis Fr. 28.02. - 03.03.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Di. bis Fr. 25.07. - 28.07.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Di. bis Fr. 05.12. - 08.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Di. bis Fr. 21.03. - 24.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Di. bis Fr. 08.08. - 11.08.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Di. bis Fr. 12.12. - 15.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Di. bis Fr. 04.04. - 07.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Di. bis Fr. 05.09. - 08.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik		
Di. bis Fr. 25.04. - 28.04.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Di. bis Fr. 25.09. - 29.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule		

Termine		Gesundheits-Zentrum Saarschleife in Orscholz			
Do. bis So. 12.01. - 15.01.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 13.03. - 16.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 04.05. - 07.05.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 16.03. - 19.03.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Mo. bis Do. 15.05. - 18.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Do. bis So. 19.01. - 22.01.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 20.03. - 23.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 18.05. - 21.05.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training
Do. bis So. 19.01. - 22.01.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 23.03. - 26.03.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 22.05. - 25.05.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training
Mo. bis Do. 23.01. - 26.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 25.05. - 28.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 30.01. - 02.02.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 30.03. - 02.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 29.05. - 01.06.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Mo. bis Do. 06.02. - 09.02.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Mo. bis Do. 03.04. - 06.04.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 01.06. - 04.06.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 09.02. - 12.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 06.04. - 09.04.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 05.06. - 08.06.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 09.02. - 12.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Sa. bis Di. 08.04. - 11.04.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 08.06. - 11.06.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 10.04. - 13.04.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 12.06. - 15.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Do. bis So. 16.02. - 19.02.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Di. bis Fr. 11.04. - 14.04.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 15.06. - 18.06.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training
Mo. bis Do. 20.02. - 23.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 13.04. - 16.04.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Mo. bis Do. 19.06. - 22.06.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training
Do. bis So. 23.02. - 26.02.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 17.04. - 20.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 22.06. - 25.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.02. - 02.03.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 20.04. - 23.04.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Mo. bis Do. 26.06. - 29.06.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Do. bis So. 02.03. - 05.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 24.04. - 27.04.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 29.06. - 02.07.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 06.03. - 09.03.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 27.04. - 30.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule		
Do. bis So. 09.03. - 12.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 01.05. - 04.05.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung		

Termine

Termine		Fachklinik Bad Pyrmont	
Mo. bis Do. 05.12. - 08.12.2005	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Do. bis So. 04.05. - 07.05.2006	Ernährung und Rückenschule
Do. bis So. 05.01. - 08.01.2006	Autogenes Training und Ernährung	Mo. bis Do. 08.05. - 11.05.2006	Ernährung und Rückenschule
Do. bis So. 19.01. - 22.01.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 11.05. - 14.05.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 06.02. - 09.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Mo. bis Do. 15.05. - 18.05.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 09.02. - 12.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 18.05. - 21.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Do. bis So. 16.02. - 19.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 08.06. - 11.06.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 23.02. - 26.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 12.06. - 15.06.2006	Autogenes Training und Ernährung
Mo. bis Do. 06.03. - 09.03.2006	Autogenes Training und Ernährung	Do. bis So. 15.06. - 18.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 09.03. - 12.03.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 22.06. - 25.06.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 16.03. - 19.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 26.06. - 29.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Do. bis So. 23.03. - 26.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 29.06. - 02.07.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 03.04. - 06.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 10.07. - 13.07.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 06.04. - 09.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 03.08. - 06.08.2006	Autogenes Training und Ernährung
Mo. bis Do. 10.04. - 13.04.2006	Autogenes Training und Ernährung	Do. bis So. 17.08. - 20.08.2006	Ernährung und Rückenschule
Do. bis So. 20.04. - 23.04.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 04.09. - 07.09.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 27.04. - 30.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 07.09. - 10.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 11.09. - 14.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 21.09. - 24.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Do. bis So. 28.09. - 01.10.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 05.10. - 08.10.2006	Ernährung und Rückenschule
Do. bis So. 09.10. - 12.10.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 12.10. - 15.10.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 19.10. - 22.10.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Do. bis So. 02.11. - 05.11.2006	Ernährung und Rückenschule
Do. bis So. 06.11. - 09.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 09.11. - 12.11.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 20.11. - 23.11.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Do. bis So. 04.12. - 07.12.2006	Ernährung und Rückenschule	Do. bis So. 14.12. - 17.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule

Termine		Heidesanatorium in Graal-Müritz	
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 16.03. - 19.03.2006	Yoga und Ernährung
Do. bis So. 19.01. - 22.01.2006	Taiji und Ernährung	Mo. bis Do. 20.03. - 23.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 23.01. - 26.01.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 23.03. - 26.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 26.01. - 29.01.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Yoga und Ernährung
Do. bis So. 02.02. - 05.02.2006	Yoga und Ernährung	Do. bis So. 30.03. - 02.04.2006	Yoga und Ernährung
Mo. bis Do. 06.02. - 09.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 06.04. - 09.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 09.02. - 12.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 10.04. - 13.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Yoga und Ernährung	Do. bis So. 20.04. - 23.04.2006	Nordic-Walking und Ernährung
Do. bis So. 16.02. - 19.02.2006	Yoga und Ernährung	Mo. bis Do. 24.04. - 27.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 23.02. - 26.02.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Do. bis So. 27.04. - 30.04.2006	Yoga und Ernährung
Mo. bis Do. 27.02. - 02.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 01.05. - 04.05.2006	Nordic-Walking und Ernährung
Do. bis So. 02.03. - 05.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 04.05. - 07.05.2006	Yoga und Ernährung
Mo. bis Do. 06.03. - 09.03.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Mo. bis Do. 30.10. - 02.11.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Do. bis So. 09.03. - 12.03.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Do. bis So. 02.11. - 05.11.2006	Yoga und Ernährung
Mo. bis Do. 06.11. - 09.11.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 09.11. - 12.11.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 13.11. - 16.11.2006	Yoga und Ernährung	Mo. bis Do. 27.11. - 30.11.2006	Nordic-Walking und Ernährung
Do. bis So. 16.11. - 19.11.2006	Yoga und Ernährung	Do. bis So. 30.11. - 03.12.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 04.12. - 07.12.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 07.12. - 10.12.2006	Nordic-Walking und Ernährung
Mo. bis Do. 27.11. - 30.11.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Mo. bis Do. 11.12. - 14.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 30.11. - 03.12.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 14.12. - 17.12.2006	Yoga und Ernährung

Termine

Termine		Park-Klinik in Bad Säckingen	
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 08.05. - 11.05.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 16.01. - 19.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 08.05. - 11.05.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 30.01. - 02.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 22.05. - 25.05.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 30.01. - 02.02.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 22.05. - 25.05.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 05.06. - 08.06.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 05.06. - 08.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.02. - 02.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 19.06. - 22.06.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.02. - 02.03.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 19.06. - 22.06.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 13.03. - 16.03.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 03.07. - 06.07.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 13.03. - 16.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 03.07. - 06.07.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 17.07. - 20.07.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 27.03. - 30.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 17.07. - 20.07.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 10.04. - 13.04.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 31.07. - 03.08.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 10.04. - 13.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 31.07. - 03.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 24.04. - 27.04.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 14.08. - 17.08.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 24.04. - 27.04.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 14.08. - 17.08.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 28.08. - 31.08.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 28.08. - 31.08.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 28.08. - 31.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 28.08. - 31.08.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 11.09. - 14.09.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 11.09. - 14.09.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 11.09. - 14.09.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 09.10. - 12.10.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 09.10. - 12.10.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 06.11. - 09.11.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 09.10. - 12.10.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 06.11. - 09.11.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 23.10. - 26.10.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 23.10. - 26.10.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Mo. bis Do. 06.11. - 09.11.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 04.12. - 07.12.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 06.11. - 09.11.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 04.12. - 07.12.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Ernährung und Rückenschule	Mo. bis Do. 18.12. - 21.12.2006	Ernährung und Rückenschule
Mo. bis Do. 20.11. - 23.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Mo. bis Do. 18.12. - 21.12.2006	Ernährung und Rückenschule

Termine		Parkklinik in Bad Nauheim	
Mo. bis Do. 09.01. - 12.01.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Mo. bis Do. 08.05. - 11.05.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 23.01. - 26.01.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 29.05. - 01.06.2006	Nordic-Walking und Ernährung
Mo. bis Do. 13.02. - 16.02.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 08.06. - 11.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 23.02. - 26.02.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 26.06. - 29.06.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 06.03. - 09.03.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Do. bis So. 13.07. - 16.07.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Mo. bis Do. 20.03. - 23.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 24.07. - 27.07.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung
Do. bis So. 06.04. - 09.04.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 10.08. - 13.08.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Mo. bis Do. 24.04. - 27.04.2006	Nordic-Walking und Progr. Muskelentspannung	Mo. bis Do. 28.08. - 31.08.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik
Mo. bis Do. 11.09. - 14.09.2006	Ernährung und Wirbelsäulengymnastik	Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Ernährung und Ernährung
Mo. bis Do. 25.09. - 28.09.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Do. bis So. 05.10. - 08.10.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 05.10. - 08.10.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Mo. bis Do. 23.10. - 26.10.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training
Mo. bis Do. 23.10. - 26.10.2006	Nordic-Walking und Autogenes Training	Do. bis So. 09.11. - 12.11.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung
Mo. bis Do. 23.10. - 26.10.2006	Progr. Muskelentspannung und Ernährung	Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Nordic-Walking und Ernährung
Do. bis So. 09.11. - 12.11.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Do. bis So. 07.12. - 10.12.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Nordic-Walking und Ernährung	Mo. bis Do. 18.12. - 21.12.2006	Ernährung und Rückenschule
Do. bis So. 07.12. - 10.12.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik		
Mo. bis Do. 18.12. - 21.12.2006	Ernährung und Rückenschule		

Termine		Klinik Sonnenschein in Zwiessel	
Do. bis So. 19.01. - 22.01.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 20.04. - 23.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Do. bis So. 02.02. - 05.02.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 27.04. - 30.04.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 16.02. - 19.02.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule	Do. bis So. 11.05. - 14.05.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 02.03. - 05.03.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 25.05. - 28.05.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik
Do. bis So. 16.03. - 19.03.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 08.06. - 11.06.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Do. bis So. 30.03. - 02.04.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 21.09. - 24.09.2006	Ernährung und Bewegung
Do. bis So. 12.10. - 15.10.2006	Autogenes Training und Wirbelsäulengymnastik	Do. bis So. 26.10. - 29.10.2006	Autogenes Training und Bewegung
Do. bis So. 26.10. - 29.10.2006	Ernährung und Bewegung	Do. bis So. 02.11. - 05.11.2006	Autogenes Training und Rückenschule
Do. bis So. 02.11. - 05.11.2006	Autogenes Training und Rückenschule	Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Ernährung und Bewegung
Do. bis So. 07.12. - 10.12.2006	Ernährung und Rückenschule	Do. bis So. 14.12. - 17.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule
Do. bis So. 23.11. - 26.11.2006	Ernährung und Bewegung		
Do. bis So. 07.12. - 10.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Wirbelsäulengymnastik		
Do. bis So. 14.12. - 17.12.2006	Progr. Muskelentspannung und Rückenschule		

Teilnahmeantrag Well-Fit-Programm der AKON Aktivkonzept

Name:	<input type="text"/>	Geburtsdatum:	<input type="text"/>
Vorname:	<input type="text"/>	Telefonnummer:	<input type="text"/>
Straße:	<input type="text"/>	Krankenkasse:	<input type="text"/>
PLZ / Ort:	<input type="text"/>	Mitgliedsnummer:	<input type="text"/>

Mit mir werden folgende Personen teilnehmen:

Name:	<input type="text"/>	Geburtsdatum:	<input type="text"/>
Vorname:	<input type="text"/>	Telefonnummer:	<input type="text"/>
Straße:	<input type="text"/>	Krankenkasse:	<input type="text"/>
PLZ / Ort:	<input type="text"/>	Mitgliedsnummer:	<input type="text"/>

Name:	<input type="text"/>	Geburtsdatum:	<input type="text"/>
Vorname:	<input type="text"/>	Telefonnummer:	<input type="text"/>
Straße:	<input type="text"/>	Krankenkasse:	<input type="text"/>
PLZ / Ort:	<input type="text"/>	Mitgliedsnummer:	<input type="text"/>

Bitte tragen Sie die Bausteine des von Ihnen gewählten Kompakt-/Intensivkurses ein, die über einen festen Zeitraum von 4 Tagen inklusive Unterbringung zu festen Terminen (s. Terminplan) angeboten werden. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Terminwünsche nicht immer realisiert werden können! Gerne nennen wir Ihnen in diesem Fall Alternativ-Termine.

Kompakt/Intensivkurs	Terminwunsch vom:	<input type="text"/>	bis:	<input type="text"/>
	Alternativtermin vom:	<input type="text"/>	bis:	<input type="text"/>

Gewünschter Kompakt/Intensivkurs
 Bitte tragen Sie hier jeweils zwei Bausteine ein, z. B. Rückenschule und Progressive Muskelentspannung

Bausteine Ihres Terminwunsches:

Bausteine Ihres Alternativtermins:

(Pflichtangabe - wird von Ihrer BKK Belgisch Land - DIE BERGISCHE KRANKENKASSE ausgefüllt)

Einrichtung/Ort

Bitte tragen Sie die entsprechenden Kursgebühren in das dafür vorgesehene Feld ein. Für Mitglieder der BKK Belgisch Land - DIE BERGISCHE KRANKENKASSE ist nur die Angabe des jew. Eigenanteils notwendig. Für Mitglieder anderer Krankenkassen gilt der Gesamtbetrag der Kursgebühren. Bei einer Teilnahme mehrerer Personen bitten wir Sie, die Beträge entspr. der Anzahl der Personen zusammenzuziehen. Bei der Zusendung einer Terminbestätigung durch die AKON werden Ihnen die jeweiligen Kursgebühren nochmals bestätigt mit entspr. Angaben zu den Zahlungsmodalitäten.

Kursgebühren (Überweisungen bitte erst nach Terminbestätigung!)	Eigenanteils-Betrag (Euro): <small>(nur für Mitglieder der BKK Belgisch Land - DIE BERGISCHE KRANKENKASSE)</small>
<input type="checkbox"/> Ich überweise die entsprechenden Kursgebühren vor Kursantritt an die AKON Aktivkonzept ; Kontonummer: 17558 / BLZ 673 525 65	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> Ich erteile Ihnen hiermit nach erfolgter Terminbestätigung eine Einzugsermächtigung zur Abbuchung meines Eigenanteils der Kursgebühr von meinem unten genannten Konto:	Gesamt-Betrag (Euro): <small>(für Mitglieder anderer Krankenkassen)</small>
	<input type="text"/>

Einzugsermächtigung des Kursteilnehmers

Kontonummer: Institut:

Bankleitzahl: Kontoinhaber:

 Datum/Unterschrift Kontoinhaber

Unterschrift des Kursteilnehmers

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die mind. 80%ige Teilnahme an den oben genannten Kursen. Es wird darauf hingewiesen, dass der Vertrag mit der AKON Aktivkonzept geschlossen wird und die Anmeldung an diese weitergegeben wird. Ich bin darüber informiert, dass mir bei Nichtteilnahme an den Kursen die Gesamtkurskosten in Rechnung gestellt werden, da in diesem Fall ein Kasenzuschuss ausgeschlossen ist. Die Anmeldung ist mit Abgabe an die AKON Aktivkonzept verbindlich. Im Falle einer Stornierung sind Stornokosten in Höhe von EUR 69,00 zu entrichten, sofern eine Verlegung des Kurses innerhalb eines Kalenderjahres ab Zeitpunkt Ihrer Anmeldung nicht möglich ist. Wurde nur der Eigenanteil entrichtet und sollte nach Teilnahme am Kursprogramm eine Abrechnung mit der BKK Belgisch Land - DIE BERGISCHE KRANKENKASSE nicht möglich sein, ist die Differenz zum Gesamtbetrag der Kursgebühren nachträglich an die AKON Aktivkonzept zu entrichten.

Datenschutz-Einwilligung: Ich willige ein, dass meine personenbezogenen Daten im Umfang dieser Anmeldung an die AKON Aktivkonzept weitergegeben werden, und im Rahmen der AKON Well-Fit-Programme verarbeitet und genutzt werden, sofern dies zur Durchführung und Auswertung der Programme erforderlich ist. Die Daten werden unter den gültigen Datenschutzbestimmungen verwandt. Eine weitergehende Nutzung und Verarbeitung ist ausgeschlossen.

 Datum/Unterschrift

**BKK Bergisch Land –
DIE BERGISCHE KRANKENKASSE**
Postfach 190540
42705 Solingen

**Einfach den Teilnahmeantrag heraustrennen und
in einem frankierten Umschlag an uns zurücksenden.**



Oder per Fax an:

0212 2262-403

„Gesundheit, die sich jeder leisten kann“

Verbinden Sie das Angenehme mit dem Nützlichen



Mit unserem 4-Tages-Programm stellen wir Ihnen bezuschungsfähige Leistungen der Primärprävention zur Verfügung. Die Kursinhalte entsprechen in vollem Umfang den Handlungsempfehlungen und Kriterien der Spitzenverbände der gesetzlichen Krankenkassen zur Umsetzung der Primärprävention (§ 20 Fünftes Sozialgesetzbuch).



Wie ist der Ablauf bei Interesse an einem der angebotenen Kurse?

Wenn Sie sich für eine Einrichtung oder einen Termin entschieden haben, füllen Sie den auf der Seite 21 befindlichen Teilnahmeantrag vollständig aus und senden diesen bitte an die BKK Bergisch Land (s. Rückseite Teilnahmeantrag).

Unser Kooperationspartner, die AKON Aktivkonzept, wird sich für die weitere Abwicklung mit Ihnen in Verbindung setzen.

Da die Kurse nur eine begrenzte Teilnehmerzahl aufnehmen können, bitten wir um die Angabe eines Alternativtermins. Bei erreichter Mindestteilnehmerzahl erhalten Sie eine Terminbestätigung.



Welche Leistungen beinhaltet das Angebot?

Im Angebot enthalten sind die Vollverpflegung, die Übernachtungen sowie die Kursgebühren.

Selbstverständlich können Sie Ihren Aufenthalt nach Belieben verlängern oder Zusatzangebote in Anspruch nehmen. Dabei handelt es sich um rein private Leistungen, die nicht bezuschungsfähig sind.

Was sind Kursbausteine und was ist ein Kompaktkurs?

Unter „Kursbausteinen“ versteht man die verschiedenen Well-Fit Themenfelder wie z.B. Rückenschule oder Autogenes Training.

Zwei Kursbausteine bilden einen Kompaktkurs. Somit können Sie zwei Wunsch-Kursbausteine wählen, die dann zu einem bestimmten Termin als Kompaktkurs angeboten werden.

Bei unserem Primärpräventionsprogramm handelt es sich überwiegend um die Hauptbereiche:

- Bewegung zur Förderung des Muskel-Skelettsystems (Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule / Nordic Walking)
- Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung (Ernährungskurse)
- Stressreduktion / Entspannung (Autogenes Training / Progressive Muskelentspannung / Taiji / Yoga)

Durchgeführt werden die Kurse von:

- Dipl. Psychologinnen / Psychologen mit entsprechender Zusatzqualifikation
- Diätassistentinnen / Diätassistenten
- Physiotherapeutinnen / Physiotherapeuten mit der Zusatzqualifikation Rückenschullizenz
- Ggf. Dipl. Sporttherapeuten mit entsprechenden Zusatzqualifikationen



Mühlwehrstr. 27
97980 Bad Mergentheim
Fon 0 79 31 / 96 49 7- 0
Fax 0 79 31 / 96 49 7- 23
www.akon-aktivkonzept.de
info@akon-aktivkonzept.de



KK Haus

Heresbachstr. 29
42719 Solingen

Kundenzentren Solingen

Walder Kirchplatz 12
42719 Solingen
Telefon 0212 2262-0
Telefax 0212 2262-403

Friedenstr. 106-108
42699 Solingen
Telefon 0212 2262-0
Telefax 0212 2262-406

Kundenzentrum Wuppertal

Schloßbleiche 22
42103 Wuppertal
Telefon 0202 747479-0
Telefax 0202 747479-9