

# SCHMERZFREI- WOCHE NACH LIEBSCHER & BRACHT

Das Konzept von Liebscher & Bracht basiert auf dem Wissen der körperlichen Selbstheilungskräfte und den dafür notwendigen Mechanismen um diese in Gang zu setzen.

Schmerz wird als etwas Positives gesehen, als eine Warnung, der Gehör geschenkt werden sollte. Das Behandlungskonzept zielt darauf ab, dass der Körper nicht mehr Alarm schlagen muss, weil fehlende Störungen wie monotone Bewegung, zu viel Stress und auch einseitige oder falsche Ernährung ihn nicht mehr überlasten.

Durch die drei wichtigsten Behandlungsbausteine, Dehnen, Rollen und Drücken wird die häufigste Schmerzursache, die überhöhte Spannung in Muskeln, Faszien und Bindegewebe beseitigt. Sie erlernen diese Techniken in dieser Woche unter fachkundiger Anleitung, um sie zukünftig ohne fremde Hilfe und jederzeit anwenden zu können.

## Leistungen:

7 x Übernachtung mit reichhaltigem Frühstück und Vitalbar

## Individuelleleistungen:

- 5 x 4 Stunden Schmerzfrei-Übungen in Theorie und Praxis
- 1 x Liebscher & Bracht Faszien-Roll-Set und Übungsschlaufe
- 1 x Sissel Gym Superior Matte, 180x60x1,5 cm
- 1 x Seminarunterlagen mit ausführlichen Übungsanleitungen

## Wohlfühlservice & Inklusivleistungen

Ergänzend zu diesem Arrangement bieten wir Ihnen weitere Leistungen wie beispielsweise Achtsamkeitsmeditation, Wanderungen in die reizvolle Bodenseelandschaft und unterschiedliche/wöchentliche Vorträge zu Gesundheit und Ernährung an.

Eine komplette Übersicht unserer Inklusivleistungen finden Sie auf Seite 78.

Unsere Termine 2022

**22.01.-29.01.2022 / 18.06.-25.06.2022**

**12.11.-19.11.2022**

Mindestteilnehmerzahl  
4 Personen

## PREISE PRO WOCHE/PERSON

<b>Einzelzimmer „Eglisbol“</b>		<b>1534,00</b>
<b>Einzelzimmer „Spetzgart“</b>		<b>1744,00</b>
<b>Doppelzimmer „Bodanrück“</b>	doppelbelegt	<b>1569,00</b>
	einzelbelegt	<b>1919,00</b>
<b>Doppelzimmer „Scheffelhöhe“</b>	doppelbelegt	<b>1604,00</b>
	einzelbelegt	<b>1989,00</b>
<b>Doppelzimmer „Scheffelhöhe Superior“</b>	doppelbelegt	<b>1674,00</b>
	einzelbelegt	<b>2129,00</b>
<b>Appartement „Härten“</b>	doppelbelegt	<b>1569,00</b>
	einzelbelegt	<b>1919,00</b>
<b>Appartement „Säntis“</b>	doppelbelegt	<b>1744,00</b>
	einzelbelegt	<b>2199,00</b>
<b>2-Zimmer-Appartement „Luisenhöhe“</b>	doppelbelegt	<b>1744,00</b>
	einzelbelegt	<b>2199,00</b>
<b>2-Zimmer-Appartement „Uhlandshöhe“</b>	doppelbelegt	<b>1814,00</b>
	einzelbelegt	<b>2269,00</b>
<b>3-Zimmer-Appartement „Mainau“</b>	doppelbelegt	<b>1884,00</b>
	einzelbelegt	<b>2339,00</b>
	dreierbelegt	<b>1674,00</b>

\* Arrangement-Preis zuzüglich ärztlichem Eingangsgespräch. (verbindlich)

Das LNB Schmerzfreipaket kann für EUR 869,00 zu den Arrangements (Heil-) Fasten nach Buchinger, RÖTHERs Basenfasten, RÖTHERs Basenkur Classic oder RÖTHERs Basenkur Individuell hinzu gebucht werden. Mit den Anwendungen dieser Arrangements unterstützen und ergänzen Sie idealerweise die Schmerzfreiwoche nach Liebscher & Bracht.