

THEMENWOCHE DARM-VITAL

Ein gesunder Darm sorgt für viel mehr als nur für eine gute Verdauung. Lernen Sie in dieser Woche wie Sie Ihren Darm entlasten und reinigen, zur Eigenregulation anregen und Ihre Darmflora wieder stärken. Kombiniert mit einem unserer drei Ernährungskonzepte können natürliche und notwendige Prozesse im Darm wieder aktiviert werden.

Individuell begleitet werden Sie durch diese Woche von unserer erfahrenen Heilpraktikerin und Darmtherapeutin, **Stephanie Erdmann**.

ARRANGEMENT LEISTUNGEN

7 x Übernachtung mit entsprechender Verpflegung. Beim (Heil-)Fasten eine abendliche Entlastungsmahlzeit am Einstiegstag. Am Tag des Fastenbrechens eine auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Aufbaukost.

Osmotisches, vitalisiertes Wasser von unseren Hausbrunnen sowie eine Auswahl an Kräuter- und Früchtetees, Nüssen, Obst und Vitamin-Shots aus unserer Vitalbar.

Fachkundige Betreuung in Gruppen- und Einzelgesprächen, Blutdruck und Gewichtskontrolle, auf Wunsch leicht temperierte Einläufe, eine RÖTHER Massagebürste und ein Irrigator (Einlaufgerät).

Therapie & Anwendung

- 1 x Ausführliche (Darm-)Anamnese mit Befunderhebung, ca. 60 Min.
- 1 x Sanfte Darmspülung (Colon-Hydro- Therapie) mit Klangschalenunterstützung, ca. 75 Min.
- 1 x Individuell abgestimmte Vitalfeldtherapie, ca. 90 Min. mit vorheriger Messung, Analyse und anschließender Therapie
- 1 x Ganzkörper-Salz-Ölmassage mit basischem Mineralsalz und Olivenöl
- 3 x Basische Fußbaderunde
- 6 x Kneippsche Wechselgüsse
- 6 x Basische Leibauflage

Bewegung & Entspannung

- Muskelrelaxation nach Jacobson
- Rebounding
- Pilates
- Achtsamkeitsmeditation
- Yoga
- Geführte Wanderungen und E-Bike Touren
- Walking am Morgen

Die Gruppenaktivitäten können variieren bzw. aufgrund geringer Teilnehmerzahl oder wetterbedingt abgesagt werden.

Eine komplette Übersicht unserer Inklusivleistungen finden Sie auf Seite 78.

Mehr Information zum Thema Darmgesundheit finden Sie auf S. 39–40.

PREISE PRO WOCHE/ PERSON

	Belegung	RÖTHERs Vitalkost	RÖTHERs Basenfasten	(Heil-) Fasten nach Buchinger
Einzelzimmer „Eglisbol“		1997,00	1909,50	1822,00
Einzelzimmer „Spetzgart“		2242,00	2154,50	2067,00
Doppelzimmer „Bodanrück“	doppel	1979,50	1892,00	1804,50
	einzel	2382,00	2294,50	2207,00
Doppelzimmer „Scheffelhöhe“	doppel	2014,50	1927,00	1839,50
	einzel	2452,00	2364,50	2277,00
Doppelzimmer „Scheffelhöhe Superior“	doppel	2137,00	2049,50	1962,00
	einzel	2662,00	2574,50	2487,00
2-Zimmer-Appartement „Härten“	doppel	1979,50	1892,00	1804,50
	einzel	2382,00	2294,50	2207,00
Appartement „Säntis“	doppel	2242,00	2154,50	2067,00
	einzel	2767,00	2679,50	2592,00
2-Zimmer-Appartement „Luisenhöhe“	doppel	2242,00	2154,50	2067,00
	einzel	2767,00	2679,50	2592,00
2-Zimmer-Appartement „Umlandshöhe“	doppel	2312,00	2224,50	2137,00
	einzel	2837,00	2749,50	2662,00
3-Zimmer-Appartement „Mainau“	doppel	2417,00	2329,50	2242,00
	einzel	2942,00	2854,50	2767,00
	mit 3 Personen	2102,00	2014,50	1927,00

Arrangement-Preis zuzüglich verbindlichem ärztlichen Eingangsgespräch. Nicht eingenommene Mahlzeiten werden nicht erstattet.

Unsere Termine 2024

03.02. – 10.02.2024	17.02. – 24.02.2024	02.03. – 09.03.2024
09.03. – 16.03.2024	11.05. – 18.05.2024	29.06. – 06.07.2024
13.07. – 20.07.2024	27.07. – 03.08.2024	10.08. – 17.08.2024
07.09. – 14.09.2024	12.10. – 19.10.2024	02.11. – 09.11.2024
16.11. – 23.11.2024	30.11. – 07.12.2024	