

# THEMENWOCHE HORMON YOGA

nach Dinah Rodriques

## ARRANGEMENT LEISTUNGEN

7 x Übernachtung mit entsprechender Verpflegung.

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).

8 x Yoga à 1,5 Stunden

### Therapie & Anwendung

- 1 x Ganzkörper-Salz-Ölmassage mit basischem Mineralsalz und Olivenöl
- 1 x Basenbad mit Zusatz
- 6 x Kneippscher Wechselguss in ansteigender Intensität
- 6 x Basische Leibaufgabe mit Wampackung
- 3 x Basische Fußbaderunde

### Bewegung & Entspannung

- Muskelrelaxation nach Jacobson
- Rebounding
- Pilates
- Achtsamkeitsmeditation
- 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.



## PREISE PRO WOCHE/ PERSON

	Belegung	RÖTHERs Vitalkost	RÖTHERs Basenfasten
<b>Einzelzimmer „Eglisbol“</b>		<b>1962,00</b>	<b>1874,50</b>
<b>Einzelzimmer „Spetzgart“</b>		<b>2207,00</b>	<b>2119,50</b>
<b>Doppelzimmer „Bodanrück“</b>	doppel	<b>1944,50</b>	<b>1857,00</b>
	einzel	<b>2347,00</b>	<b>2259,50</b>
<b>Doppelzimmer „Scheffelhöhe“</b>	doppel	<b>1979,50</b>	<b>1892,00</b>
	einzel	<b>2417,00</b>	<b>2329,50</b>
<b>Doppelzimmer „Scheffelhöhe Superior“</b>	doppel	<b>2102,00</b>	<b>2014,50</b>
	einzel	<b>2627,00</b>	<b>2539,50</b>
<b>2-Zimmer-Appartement „Härden“</b>	doppel	<b>1944,50</b>	<b>1857,00</b>
	einzel	<b>2347,00</b>	<b>2259,50</b>
<b>Appartement „Säntis“</b>	doppel	<b>2207,00</b>	<b>2119,50</b>
	einzel	<b>2732,00</b>	<b>2644,50</b>
<b>2-Zimmer-Appartement „Luisenhöhe“</b>	doppel	<b>2207,00</b>	<b>2119,50</b>
	einzel	<b>2732,00</b>	<b>2644,50</b>
<b>2-Zimmer-Appartement „Umlandshöhe“</b>	doppel	<b>2277,00</b>	<b>2189,50</b>
	einzel	<b>2802,00</b>	<b>2714,50</b>
<b>3-Zimmer-Appartement „Mainau“</b>	doppel	<b>2382,00</b>	<b>2294,50</b>
	einzel	<b>2907,00</b>	<b>2819,50</b>
	mit 3 Personen	<b>2067,00</b>	<b>1979,50</b>

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

Unsere Termine 2024

**27.01. – 03.02.2024**

**13.04. – 20.04.2024**

**12.10. – 19.10.2024**

Mindestteilnehmerzahl 4 Personen