

THEMENWOCHE SPORT & RELAX

Erleben Sie eine abwechslungsreiche Woche bei der Bewegung, Training und Entspannung im Vordergrund stehen und kombinieren Sie diese Woche mit einem unserer Ernährungskonzepte nach Ihrer Wahl.

Unser Fitness-Coach begleitet Sie individuell und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt auf dem Weg zu mehr Fitness und Lebensfreude.

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 Ganzkörper-Salz-Ölmassage mit basischem Mineralsalz und Olivenöl
- 1 x Basenbad mit Zusatz
- 6 x Kneippischer Wechselguss in ansteigender Intensität
- 6 x Basische Leibauflage mit Wärmepackung
- 3 x Basische Fußbaderunde

Sport & Relax

- 1 x Einführung medizinisches Gerätetraining
- 2 x Geführte Wanderungen ca. 90 Min.
- 5 x abwechselnde Sporteinheiten à 45 Min. (Pilates, Rebounding, Body-Balance, Beckenbodentraining)
- 3 x Entspannungstherapie mit progressiver Muskelentspannung und Meditation à 45 Min

Eine komplette Übersicht unserer Inklusivleistungen finden Sie auf Seite 78.



PREISE PRO WOCHE/ PERSON

	Belegung	RÖTHERs Vitalkost	RÖTHERs Basenfasten	(Heil-) Fasten nach Buchinger
Einzelzimmer „Eglisbol“		1907,00	1819,50	1732,00
Einzelzimmer „Spetzgart“		2152,00	2064,50	1977,00
Doppelzimmer „Bodanrück“	doppel	1889,50	1802,00	1714,50
	einzel	2292,00	2204,50	2117,00
Doppelzimmer „Scheffelhöhe“	doppel	1924,50	1837,00	1749,50
	einzel	2362,00	2274,50	2187,00
Doppelzimmer „Scheffelhöhe Superior“	doppel	2047,00	1959,50	1872,00
	einzel	2572,00	2484,50	2397,00
2-Zimmer-Appartement „Härlen“	doppel	1889,50	1802,00	1714,50
	einzel	2292,00	2204,50	2117,00
Appartement „Säntis“	doppel	2152,00	2064,50	1977,00
	einzel	2677,00	2589,50	2502,00
2-Zimmer-Appartement „Luisenhöhe“	doppel	2152,00	2064,50	1977,00
	einzel	2677,00	2589,50	2502,00
2-Zimmer-Appartement „Uhlandshöhe“	doppel	2222,00	2134,50	2047,00
	einzel	2747,00	2659,50	2572,00
3-Zimmer-Appartement „Mainau“	doppel	2327,00	2239,50	2152,00
	einzel	2852,00	2764,50	2677,00
	mit 3 Personen	2012,00	1924,50	1837,00

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

Unsere Termine 2024

04.05. – 11.05.2024 **29.06. – 06.07.2024** **21.09. – 28.09.2024**

Mindestteilnehmerzahl 4 Personen

Alle Preise in Euro zzgl. Kurtaxe