



7 Nächte  
ab €474

## Gesundheit & Meer bewusst erleben 1 Woche Entspannung am Atlantik

### OCÉANO Hotel Health Spa Tenerife\*\*\*\*

Spanien · Teneriffa · Punta del Hidalgo

- 7 Übernachtungen/Halbpension Balance
- Benutzung von Meerwasser-Außenpool, öffentlichem Meerespool, Saunen, Thalasso-Pool, Bademantel & -tüchern, Liegestühlen und Fitnessbereich
- Work-out morgens
- 1x Nordic Walking und Entspannungstraining
- Kultur- und Musikveranstaltungen
- Begrüßungsgetränk
- WLAN

\*7=6 | 14=12 | 21=18 | gültig für die Reisezeiträume 13.02. - 01.05.2021 & 02.06. - 03.07.2021

Jetzt hier im Reisebüro buchen!



5 Tage

ab € 222

## Entspannen in exklusivem Ambiente 5 Wellnessstage

### Hotel Oversum Winterberg\*\*\*\*S

Deutschland · Sauerland · Winterberg

- 4 Übernachtungen/Frühstücksbuffet
- Benutzung von Wellnessbereich mit Bade- und Saunalandschaft
- Benutzung des Fitnessraums
- Benutzung von Bademantel und -slippers
- WLAN & Begrüßungswasser im Zimmer
- Transfer ab/bis Bhf. Winterberg nach Voranmeldung

\*gültig bei Anreise sonntags und montags

Jetzt hier im Reisebüro buchen!



1 Woche

ab €1.141

## Auf der Blumeninsel die innere Mitte finden 1 Woche Ayurveda auf Madeira

### Ayurveda Hotel Alpino Atlantico\*\*\*\*

Portugal · Madeira · Caniço de Baixo

- 7 Übernachtungen/ayurv. Vollpension
- 1x Konstitutionsbestimmung, Anamnese & Abschlusskonsultation beim Ayurveda-Arzt
- 6x ayurv. Behandlung wie Shirodhara  
Stirn-Ölguss, Ganzkörpermassage u.v.m.
- an Kurtagen morgens tägl. Yoga in der Gruppe
- 2x pro Woche Yoga Nidra (Yoga Meditation)
- 1x Yoga Surya Namaskara pro Woche
- 1x Ayurveda-Workshop & -Kochkurs
- 1x Lifestyle- & Ernährungsberatung
- Benutzung der resorteigenen Badebucht mit Meerwasserpool

Jetzt hier im Reisebüro buchen!



1 Woche

ab €980

## An der Ostsee zur Ruhe kommen 1 Woche Ayurveda Rasayana

**Grand Hotel Binz\*\*\*\*\***

Deutschland · Rügen · Binz

- 7 Übernachtungen/ayurv. Vollpension
- Eingangs- und Abschlusskonsultation durch den Ayurveda-Spezialisten
- ayurv. Kräuterheilmittel während der Kur
- 7x ayurv. Behandlung wie Abhyanga Ganzkörperölmassage, Shirodhara Öl-Stirnguss,
- Pinda Sveda Kräuterstempelmassage
- Benutzung des Well Being & Beauty SPA mit Bade- und Saunalandschaft, Fitnesscenter, Bademantel und WLAN
- Sportprogramm, z.B. Yoga und Meditation
- Transfer ab/bis Bahnhof Binz

Jetzt hier im Reisebüro buchen!



1 Woche

ab € 1.195

## Ballast abwerfen und neue Energie tanken 1 Woche Heilfasten Classic

### Malteser Klinik von Weckbecker

Deutschland · Bayerische Rhön · Bad Brückenau

- 7 Übernachtungen/Fasten nach Buchinger oder F. X. Mayr & Aufbaukost, Teebar, Wasser
- 2x ärztliche Untersuchung, 6x Kneipptherapie
- 1x Weckbecker-Therapie
- 1x indikationsspezifische Anwendung
- tägl. (Mo. – Sa.) Colonthherapie, feucht-heiße Leberpackung & kontrolliertes Cardiotraining
- Gesundheitstraining wie z.B. Yoga, Meditation, Walking, Kreativkurse, Pilates u.a.
- Benutzung von Saunalandschaft, Dampfbad, Innenpool, Infrarotkabine u.v.m.

Jetzt hier im Reisebüro buchen!



7 Nächte

ab € 674

## Kururlaub in Jugendstil-Atmosphäre 8 Tage Marienbader Klassiker

### Falkensteiner Hotel GrandMedSpa\*\*\*\*

Tschechien · Westböhmen · Marienbad

- 7 Übernachtungen/Falkensteiner Vollpension
- ärztliche Eingangskonsultation zur Überprüfung von Kontraindikationen
- 12 klassische Kuranwendungen pro Woche
- Marienbader Trinkkur nach Verordnung
- Benutzung der Acquapura Pool- und Saunalandschaft, Wellnesskorb mit Sauna-/Badetuch, Wohlfühlbademantel im Zimmer, WLAN
- Gesundheitskurse wie Aqua-Jogging, Nordic Walking, Yoga etc.

Jetzt hier im Reisebüro buchen!



7 Nächte

ab € 210

## Kuren in Traumlage am Ostseestrand 1 Woche Heilkur

### Kurhaus Max

Polen · Ostsee · Ustronie Morskie

- 7 Übernachtungen/Frühstück
- Eingangskonsultation durch Arzt oder Physiotherapeut
- 15 Anwendungen pro Woche nach Verordnung (3 pro Tag, Mo. – Fr.), z. B. Teilmassage, Hydromassage, Sole- und Moorbäder, Fango- und Moorpackung, Inhalation, Lymphdrainage
- Benutzung von Innenpool, Whirlpool, Dampfsauna und Finnischer Sauna
- Benutzung von Fahrrädern und Nordic Walking Stöcken nach Verfügbarkeit, Leihbademantel
- Shuttlebus nach Kolberg (2x pro Woche)

Jetzt hier im Reisebüro buchen!



## Italien

### DAS LAND DES SÜSSEN LEBENS

**Zahlreiche Sonnenstunden**, kultureller Facettenreichtum sowie die erstklassigen Voraussetzungen für einen Fango- und Thermalurlaub machen Italien zu einem unvergesslichen Urlaubsziel! Dank des ursprünglich vulkanischen Gebirges verfügt Italien über zahlreiche **natürliche Thermalquellen** und den wohltuenden **Heilschlamm Fango**. Besonders die Region der Euganeischen Hügel, in der die Thermalquellen entstehen, lädt zu einer entspannten Auszeit ein und eignet sich bestens für einen **erfolgreichen Kuraufenthalt**.



#### Eine Woche Thermal Wellness

#### Hotel President Terme\*\*\*\*\*

Italien · Euganeische Hügel · Abano Terme

- 6 Übernachtungen/Frühstück
- President Thermal Spa mit Thermalbädern, Thermaldampfgrotte u.v.m.
- täglich Fitnessaktivitäten nach Angebot z.B. Nordic Walking, Aqua-Fit
- Spa-Kit: Bademantel und -tuch für die Schwimmbäder und Grotte, WLAN

1 Woche ab

€ 525



# Jetzt hier im Reisebüro buchen!



Zuschuss  
deutscher  
Krankenkassen  
für Ihre Kur

## Bulgarien

### DAS VIER-JAHRESZEITEN-REISEZIEL FÜR IHRE GESUNDHEIT

Erleben Sie Bulgarien als neue **ganzjährige Gesundheitsdestination**, welches Sie mit einer **Fülle an natürlichen Heilschätzen** wie Heilklima, heilenden Mineralquellen, Schlamm, Thalasso sowie der hohen Qualität der Spa- und Balneozentren überraschen wird. Wie wäre es mit einem **erholsamen und stressfreien Gesundheitsurlaub**, z. B. an der bulgarischen Schwarzmeerküste oder im Herzen Bulgariens mit therapeutisch medizinischen Bade-, Helio-, Thalasso-, Detox-, Ernährungs- oder Fitnessprogrammen in modernst ausgestatteten Resorts?

#### Thalasso an der Schwarzmeerküste

Lassen Sie die heilsame Kraft des Meeres mitsamt all seiner natürlichen Schätze auf sich wirken und spüren Sie Revitalisierung und innere Harmonie. Kommen Sie am traumhaften Strand von Bulgariens Schwarzmeerküste zur Ruhe und schenken Sie Ihrem Körper mit zeitgemäßen, modernen Detoxpackages am Goldstrand neue Energie.

#### Erholung in Spa- und Thermalzentren

In den nachhaltigen Regionen Bulgariens steht Gesundheit und Wohlbefinden an erster Stelle. Lassen Sie sich mit wohltuenden Kuranwendungen in den Thermalhotels verwöhnen oder entspannen Sie bei einer Klimakur im Seebad. Versicherte deutscher Krankenkassen können für ambulante Vorsorgeleistungen in Bulgarien Zuschüsse beantragen.



# Jetzt hier im Reisebüro buchen!