



Im Bereich Prävention

Programm 1 „Nordic Walking Intensiv„

5 Übernachtungen inkl. Frühstück
1 Kurs Bewegung (Nordic Walking),
Ärztl. Aufnahmegespräch, 1 Klass. Massage, 2 Fußreflexzonenmassagen,
1 x 4h Werrataltherme mit Sauna und Shuttleservice, Obstkorb auf dem Zimmer, tägl. 1 Fl.
Wasser, tägl. freie Nutzung des Schwimmbades, kostenfreier Parkplatz,
Teilnahme an den Gesundheitsvorträgen

EUR 379,00 p.P. im EZ

EUR 305,00 p.P. im DZ

abzügl. mögl.Kassenzuschuss von EUR 75,00

EUR 304,00 p.P. im EZ

EUR 230,00 p.P. im DZ

Programm 2 „Körper und Geist„

6 Übernachtungen inkl. Frühstück
1 Kurs Bewegung (Rückentraining))und 1 Kurs Entspannung (PMR),
Ärztl. Aufnahmegespräch, 1 Massage nach Wahl,1 x Fango, 2 x Bewegungsbad 1 x 4h
Werrataltherme mit Sauna und Shuttleservice, Obstkorb auf dem Zimmer, tägl. 1 Fl. Wasser,
tägl. freie Nutzung des Schwimmbades, kostenfreier Parkplatz, Teilnahme an den
Gesundheitsvorträgen

EUR 499,00 p.P. im EZ

EUR 415,00 p.P. im DZ

abzügl. mögl.Kassenzuschuss von EUR 150,00

EUR 349,00 p.P. im EZ

EUR 265,00 p.P. im DZ



Programm 3 „Gesunde Ernährung„

7 Übernachtungen inkl. Frühstück,
1 Kurs Bewegung (Nordic Walking) und
1 Kurs zur Vermeidung und Reduktion von Übergewicht
Schulung Ernährungsverhalten, Lehrküche, Kurs gesunde Ernährung,
10 Regeln des DGE, Ärztl. Aufnahmegespräch,1 x 4h Werrataltherme
mit Sauna und Shuttleservice,2 x Klassische Massage, 1xBewegungsbad,
1x Fußreflexzonenmassage, Teilnahme an Gesundheitsvorträgen,
Obstkorb auf dem Zimmer, tägl. 1 Fl. Wasser, täglich freie Nutzung des Schwimmbades,
kostenfreier Parkplatz

EUR 615,00 p.P. im EZ

EUR 510,00 p.P. im DZ

abzügl. mögl.Kassenzuschuss von EUR 150,00

EUR 465,00 p.P. im EZ

EUR 360,00 p.P. im DZ

zubuchbare Leistung:

Halbpension (Abendessen vom kalten Buffet) EUR 6,50 p.P. und Tag

Vollpension (AE wie HP, Mittagessen 3-Gang-Menü) EUR 15,00 p.P. und Tag