

GESUND & VITAL – LEBEN IN BALANCE

Die Bereiche **Bewegung, Entspannung und gesunde Ernährung** bieten in ausgewogener Kombination die ideale Grundlage für eine vitale Lebensweise. Mit „**GESUND & VITAL**“ bieten wir Ihnen die Möglichkeit sich eine Pause zu gönnen und Energie für die Herausforderungen des Alltags zu sammeln. Dem Motto „Der Mensch im Mittelpunkt“ folgend, ist diese Woche auf Ihre Gesundheit und Ihr persönliches Wohlbefinden abgestimmt. Ausgehend von einer individuellen Leistungsdiagnostik wird in durchschnittlich 14 Gruppenanwendungen pro Woche ein gemeinsames Bewegungs-, Entspannungs- und Ernährungsprogramm zur Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems und des Bewegungsapparates durchgeführt.

21 Tage Preis: 1.250,- Euro pro Person
14 Tage Preis: 880,- Euro pro Person
7 Tage Preis: 455,- Euro pro Person

JAHRESZEITLICHE GESUNDHEITSPROGRAMME

Ob Frühjahr, Sommer oder im goldenen Herbst – genießen Sie Ihren Aufenthalt als unser Gast zu jeder Jahreszeit. Erleben Sie Vitalität und Entspannung, tanken Sie als Privatpatient Gesundheit und bringen Sie Herz-Kreislauf, Gelenke, Wirbelsäule und Stoffwechsel in Schwung. Lassen Sie sich von durchschnittlich 18 therapeutischen Anwendungen pro Woche verwöhnen.

21 Tage Preis: 1.890,- Euro pro Person
14 Tage Preis: 1.330,- Euro pro Person
10 Tage Preis: 1.000,- Euro pro Person

WEIHNACHTEN UND SILVESTER

Möchten Sie dem Weihnachtstreiben zu Hause entfliehen und in festlichem Rahmen mit viel Ruhe, Kultur und Unterhaltung die Weihnachtsfeiertage und den Jahreswechsel im Markgräflerland erleben, Gesundheit tanken, individuell und gezielt – mit durchschnittlich 14 Anwendungen wöchentlich – Herz-Kreislauf, Gelenke, Wirbelsäule und den Stoffwechsel in Schwung zu bringen?

21 Tage Preis: 1.575,- Euro pro Person
14 Tage Preis: 1.120,- Euro pro Person
7 Tage Preis: 670,- Euro pro Person



BREISGAU-KLINIK



*AHB- und Rehabilitationsklinik
für Orthopädie, Rheumatologie
und Innere Medizin /
Gastroenterologie
Ambulantes Therapiezentrum
Praxis für Physiotherapie*

*Herbert-Hellmann-Allee 37
79189 Bad Krozingen
Telefon: 0 76 33 / 401 - 0
Telefax: 0 76 33 / 401 - 554
www.breisgau-klinik.de*



BREISGAU-KLINIK

GESUNDHEITS- PROGRAMME



LEISTUNGSSPEKTRUM

- Unterkunft, wahlweise im EZ oder DZ, mit Dusche, WC, TV und Telefon
- Vollpension (verschiedene Kostformen möglich)
- Ärztliche Betreuung (Aufnahme- und Abschlussuntersuchung)
- Qualifizierte Betreuung durch unsere Krankenschwestern
- Bewegungs- und Entspannungstherapie
- Krankengymnastik Einzeln und in der Gruppe
- Medizinische Trainingstherapie
- Gesundheitsbildung mit Lehrküche, Seminaren und Vorträgen
- Massagen, medizinische Bäder, Kneipp-Therapie und Fango
- Wassergymnastik im eigenen Bewegungsbad (31° Wassertemperatur)
- therapeutisches Wandern
- Ergotherapie
- pro Woche 1 Eintrittskarte für das Thermalbad „Vita Classica“
- Schwimmen und Sauna im Hause
- Freizeitprogramm
- Kunstgestaltungsabende



REVITAL: GESUND UND AKTIV

Sie fühlen sich überlastet, ausgelaugt und müde? Sie möchten mal wieder so richtig ausspannen, etwas für sich und Ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden tun? Dann dürfen wir Sie einladen, mit Bewegung, Ernährung und Entspannung zurückzukehren zu alter Vitalität. Die Verbindung von Training und Entspannung, Sport und Bewegung, Natur und Kultur ist ideal für alle, die etwas für sich und ihre Gesundheit unternehmen möchten. Erfahren Sie mehr über die Geheimnisse der gesunden Küche, über die beruhigende Wirkung unseres Entspannungstrainings und genießen Sie im mediterranen Klima des Breisgaus unser leistungsabgestuftes Bewegungsprogramm und durchschnittlich 18 therapeutische Anwendungen pro Woche.

21 Tage Preis: 1.890,- Euro pro Person

14 Tage Preis: 1.330,- Euro pro Person

10 Tage Preis: 1.000,- Euro pro Person

RHEUMA ERKENNEN UND BEHANDELN

Rheuma ist eine Krankheit mit vielen Gesichtern. Rund 200 verschiedene Krankheitsbilder, die allesamt dem Stütz- und Bewegungsapparat zuzuordnen sind, fallen darunter. Das Rheuma plagt allein in Deutschland ca. 1,2 Millionen Menschen. Ab dem 45. Lebensjahr nehmen die rheumatischen Erkrankungen sprunghaft zu. Mit unserem Gesundheitsprogramm möchten wir Ihnen Wege und Möglichkeiten aufzeigen, Ihre Beschwerden zu lindern bzw. dem Ausbruch der Krankheit präventiv mit durchschnittlich 18 Anwendungen wöchentlich zu begegnen.

21 Tage Preis: 1.890,- Euro pro Person

14 Tage Preis: 1.330,- Euro pro Person

10 Tage Preis: 1.000,- Euro pro Person

FÜR MEINEN RÜCKEN

Die heutigen Lebensgewohnheiten und eine einseitige Belastung der Wirbelsäule machen dem Rücken zu schaffen. Ständiger Stress, der zu Verspannungen führt, Schreibtischarbeit, Übergewicht und mangelnde Bewegung sind nur einige Ursachen, die Rückenschmerzen zu einem ernsthaften Problem werden lassen. Mit unserem Gesundheitsprogramm möchten wir Ihnen Wege und Möglichkeiten aufzeigen, diesen Teufelskreis zu durchbrechen, bestehende Beschwerden zu lindern bzw. eine Chronifizierung dieser mit durchschnittlich 18 Anwendungen wöchentlich zu verhindern.

21 Tage Preis: 1.890,- Euro pro Person

14 Tage Preis: 1.330,- Euro pro Person

10 Tage Preis: 1.000,- Euro pro Person

GESUNDHEITSPROGRAMM FÜR BEGLEITPERSONEN

Möchten Sie Ihren Angehörigen als Begleitperson während der Anschlussheilbehandlung (AHB) oder des Heilverfahrens im Doppelzimmer begleiten und zugleich Ihren Aufenthalt nutzen, um individuell und gezielt – mit durchschnittlich 16 Anwendungen wöchentlich – Gesundheit zu tanken, Herz-Kreislauf, Gelenke, Wirbelsäule und den Stoffwechsel in Schwung zu bringen?

21 Tage Preis: 1.575,- Euro pro Person

14 Tage Preis: 1.120,- Euro pro Person

7 Tage Preis: 595,- Euro pro Person