



## Osteoporose-Spezial

Dieses Programm hilft und nutzt Ihnen besonders dann, wenn Sie bereits unter Osteoporose leiden.

Reisen Sie von Montag bis Donnerstag in der Zeit von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr an und beziehen Sie Ihr Zimmer. Ihr Zimmer hat selbstverständlich Dusche/WC, Farb-Sat-TV und Telefon. Ein Zugang ins Internet ist per W-LAN von jedem Zimmer aus möglich. Am Abreisetag steht Ihnen das Zimmer bis um 10:00 Uhr zur Verfügung.

**7**  
Tage

### Gesundheitstraining

- 7 x **Übernachtung / Verpflegung** inklusive Kurtaxe
- 1 x Arztvorstellung zu Beginn und am Ende
- 1 x Ruhe-EKG
- 1 x Blutuntersuchung  
(Cholesterin, Blutzucker, HDL, LDL)
- + Schwimmen in der Schwimmhalle  
zu festgelegten Zeiten
- + Saunabesuche zu festgelegten Zeiten  
(nach Rücksprache mit dem Arzt)
- 1 x Knochendichtemessung – wenn diese  
medizinisch notwendig ist
- 3 x Bewegungsbad unter Anleitung
- 2 x Medizinisches Aufbautraining (MAT)
- 3 x Bewegungstherapie zur  
allgemeinen Kräftigung
- 1 x Massage
- 2 x Wärmepackungen
- 1 x Psychologische Gruppensitzung
- 1 x Vortrag „Ernährung“

**Preis: 673,00 EUR** pro Person\*

**14**  
Tage

### Therapieprogramm

- 14 x **Übernachtung / Verpflegung** inklusive Kurtaxe
- 1 x Arztvorstellung zu Beginn und am Ende
- 1 x Ruhe-EKG
- 1 x Blutuntersuchung  
(Cholesterin, Blutzucker, HDL, LDL)
- + Schwimmen in der Schwimmhalle  
zu festgelegten Zeiten
- + Saunabesuche zu festgelegten Zeiten  
(nach Rücksprache mit dem Arzt)
- + Teilnahme Halbtagesausflugsfahrt mit Bus /  
Kutsche / Boot, je nach Tagesangebot
- 1 x Knochendichtemessung – wenn diese  
medizinisch notwendig ist
- 6 x Bewegungsbad unter Anleitung
- 6 x Medizinisches Aufbautraining (MAT)
- 6 x Bewegungstherapie zur  
allgemeinen Kräftigung
- 2 x Massage
- 4 x Wärmepackungen
- 2 x Psychologische Gruppensitzung
- 1 x Vortrag „Ernährung“

**Preis: 1.346,00 EUR** pro Person\*

\*Der Preis beinhaltet Rekreationstermine wie Vorträge, kreatives Gestalten zum Teil mit Zuzahlung, Musik- und Diabende sowie die Nutzung der Freizeitmöglichkeiten und Treffen in der Cafeteria.

Die angebotenen Programme werden als Selbstzahlerprogramm abgeschlossen.