

## Wellness-Massagen

### Fußreflexzonen-Massage

Durch Stimulation von bestimmten Zonen am Fuß wird eine Wirkung auf den Gesamtorganismus erzielt. 30 Minuten ..... € **20,-**

### Hot Stone-Massage

Sanft über den Körper gleitende warme Steine lassen die Wärme tief in die Haut eindringen, harmonisieren, entspannen, regenerieren

Hot-Stone-Massage Rücken 30 Minuten ..... € **21,-**  
Hot-Stone-Massage Ganzkörper 60 Minuten ... € **42,-**

### Honigmassage

Spezielle Massagegriffe üben einen starken Reiz auf das Bindegewebe aus, welcher zu reflektorischen Reaktionen führt und somit die Selbstheilungskräfte aktiviert. 30 Minuten ..... € **20,-**

### Kräuterstempelmassage

Die Kräuterstempelmassage ist eine Massageform unter Zuhilfenahme von Kräuterstempeln. Das sind etwa faustgroße Säckchen bzw. Beutel, die mit speziellen Kräutern und anderen Essenzen gefüllt sind. Diese werden mit heißem Wasserdampf erwärmt und direkt zur Massage verwendet. Ziel ist die Entspannung durch Wärme, Massage und die Wirkung bzw. Düfte der Kräuter.

30 Minuten ..... € **23,-**  
60 Minuten ..... € **46,-**

### Schröpfmassage

Bei der Schröpfmassage wird nach vorherigem Einölen der Haut, der Schröpfkopf über die Haut gezogen, bis sie sich rötet. Ziel dieser Massage ist es, die Durchblutung im Körper anzuregen, außerdem übt die Schröpfmassage einen intensiven Reiz auf das Bindegewebe bzw. die oberflächlichen Faszien aus. Hauptsächlich erfolgt die Schröpfmassage am Rücken. 25 Minuten ... € **17,-**

### Ganzkörpermassage spezial

60 Minuten ..... € **38,-**

## Medizinische Massagen

Zielgerichtete, befundorientierte Massagebehandlungen, die je nach Methode vorrangig auf ganz bestimmte Strukturen einwirken und lokale sowie reflektorische Reaktionen auslösen; z.B.: lokale Steigerung der Durchblutung · Lockerung von Verspannungen · schmerzlindernde Wirkung · Reduktion von Stress · psychische Entspannung · Verbesserung des Zellstoffwechsels · Lösen von Verklebungen bzw. Verfilzungen des Bindegewebes bzw. der Faszien.

### Bindegewebsmassage bzw. Faszienbehandlung

### Manipulativmassage

### Marnitz-Therapie (Schlüsselzonenmassage)

### Triggerpunktmassage

### Lymphdrainage

Medizinische Massage 30 Min. .... € **20,-**  
45 Min. .... € **30,-**  
60 Min. .... € **40,-**



Weitere spezielle Anwendungen auf Anfrage. Privat-rezepten liegen andere Gebührensätze zugrunde! Selbstverständlich können auch alle kassenüblichen Heilmittelverordnungen angenommen werden (Kassenzulassung besteht). Stand: 01/2019

## Unser Team



Unser Team  
der Massage- &  
Badeabteilung

Jeanette Rauh  
med. Bademeisterin

Andrée Brix  
Masseur

Carmen Espinosa  
med. Bademeisterin

### Anmeldung & Beratung:

Massagen und Wärmebehandlungen bei unserem Masseur Andrée Brix unter -177 von 7:30 bis 12:00 Uhr. Kneipp-Anwendungen, Bäder und unser Bewegungsprogramm können Sie an der Rezeption buchen. Gerne vereinbaren wir einen Beratungstermin für Sie.

**Bund**  
**KneippHOTEL**  
aktiv & gesund  
im Kneipp-Zentrum  
Bad Wörishofen

Kneipp-Bund Hotel  
im Kneipp-Zentrum

Adolf-Scholz-Allee 6-8 · 86825 Bad Wörishofen

Telefon 08247 3002-297 · Fax 08247 3002-260

kurbetrieb@kneippbund.de

www.kneippbundhotel.de

Angebote  
unserer Therapie- &  
Badeabteilung

**Bund**  
**KneippHOTEL**  
aktiv & gesund  
im Kneipp-Zentrum  
Bad Wörishofen

# Physikalische Hydrotherapie

Es gibt kalte, warme und wechselwarme Anwendungen – je nach Befindlichkeit und Veranlagung (Konstitution), Behagen, Krankheit und beabsichtigter Wirkung wird sich aus den rund 120 KNEIPP-schen Anwendungen in jedem Fall die passende finden.

Wasseranwendungen haben, richtig ausgeführt, keine ungünstigen Nebenwirkungen, unterstützen auch im Krankheitsfall die medikamentöse Therapie durch Anregung der körperlichen Heilkräfte, beschleunigen die Wieder-Erholung und können nicht zuletzt Medikamente einsparen.

## GÜSSE

**Güsse kalt oder temperiert** ..... € **5,-**

- ▶ **Knieguss** – Gefäßtraining für die Venen, hilft gegen Krampfadern, Senkung des Blutdrucks
- ▶ **Schenkelguss** – die Wirksamkeit ist ausgedehnter als beim Knieguss, er ist auch ein Mittel gegen die Zellulitis
- ▶ **Arm-guss** – ideal bei niedrigem Blutdruck
- ▶ **Gesichtsguss** – der „Schönheitsguss des Kneippianers“
- ▶ **Ober-Brustguss** – der kalte Guss wirkt beruhigend auf das Herz und führt zu einer tiefen, ruhigen Atmung
- ▶ **Rückenguss** – Abhärtungsmaßnahme mit Erfrischungskick
- ▶ **Unterguss** – wirkt abhärtend und kreislaufstärkend
- ▶ **heißer Nackenguss** – entspannt die Nackenmuskulatur

**Lumbal- & Heißblitzguss** ..... € **11,-**

**Wechselguss** ..... € **8,-**

**Kneipp-Vollguss kalt oder temperiert** ..... € **6,-**

**Blitzguss kalt oder temperiert** ..... € **5,-**

## BÄDER

**Arm- & Fußbad temperiert** ..... € **9,-**

**Wechsel-Armbad** ..... € **8,-**

**Wechsel-Armbad mit Zusatz** ..... € **9,-**

**Wechsel-Fußbad** ..... € **8,-**

**Wechsel-Fußbad mit Zusatz** ..... € **9,-**

**Ansteigendes Fuß- oder Halbbad** ..... € **8,-**

**Sitzbad mit Kräuterzusatz** ..... € **8,-**

**Kopfdampf als Inhalation** ..... € **7,-**

**Salikoll-Aktiv-Bad** ..... € **18,-**

**Moorlaugenbad** ..... € **20,-**

**Kohlensäurebad** ..... € **18,-**

**Sauerstoffbad** ..... € **18,-**

**Allgäuer Milchbad** ..... € **20,-**

**Meerwasserbad** ..... € **18,-**

**Aromaölbad** ..... € **18,-**

**Molkebad** ..... € **19,-**

## WASCHUNGEN

**Ganzwaschung** ..... € **7,-**

**Ober- oder Unterkörperwaschung** ..... € **5,-**

# Wickel & Kompressen

## Kleiner Wickel

▶ Hand-, Fuß-, Waden- oder Halswickel ..... € **8,-**

## Mittlerer Wickel

▶ Bein- oder Lendenwickel ..... € **8,-**

## Großer Wickel

▶ Kurz- oder Ganzwickel ..... € **14,-**

**Heißer Brustwickel mit Zusatz** ..... € **16,-**

**Quarkwickel** ..... € **15,-**



# Wärmebehandlungen

Die Wärmebehandlung ist eine unterstützende und vorbereitende Maßnahme für Massage und krankengymnastische Behandlungen. Durch die Verabreichung von Wärme können die folgenden therapeutischen Wirkungen erreicht werden:

Stoffwechselsteigerung, Schmerzlinderung, Detonierung hypertoner Muskulatur, Mehrdurchblutung der Gewebe/Muskeln.

**Fango** ..... € **13,-**

**Rotlicht oder Heißluft** ..... € **4,-**

**Heiße Rolle** ..... € **11,-**

**Heusack** ..... € **14,-**

**Aromaöl-Bürstenmassage** ..... € **19,-**

## Aroma-Kerzen-Massage

zur Tiefenentspannung

20 Minuten Rücken ..... € **20,-**

50 Minuten Ganzkörper ..... € **37,-**

# Bewegung & Entspannung

**Nordic Walking** ..... € **8,-**

**Wassergymnastik** ..... € **4,-**

**Morgenbewegung** ..... € **4,-**

**Qigong** ..... € **8,-**

**Bewegung & Gymnastik mit Smoveys** ..... € **8,-**