



Bund
KneippHOTEL
aktiv & gesund

im Kneipp-Zentrum
Bad Wörishofen

Angebote
unserer Therapie- &
Badeabteilung

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 Krankheitsfalle die medikamentöse Therapie durch Anregung der körperlichen Heilkräfte, beschleunigen die Wieder-Erholung und können nicht zuletzt Medikamente einsparen.

GÜSSE

Güsse kalt oder temperiert € **4,-**

- ▶ **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 € **9,-**

Wechselguss € **8,-**

Blitzguss kalt oder temperiert € **4,-**

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,-
Voll-, Dreiviertel- oder Halbbad mit Zusatz	€	8,-
Sitzbad mit Kräuterzusatz	€	8,-
Kopfdampf als Inhalation	€	7,-
Salikoll-Aktiv-Bad	€	18,-
Moorlaugenbad	€	19,-
Kohlensäurebad	€	18,-
Sauerstoffbad	€	18,-
Allgäuer Milchbad	€	19,-
Solesalzbad	€	18,-
Aromaölbad	€	18,-
Kleopatrabad	€	18,-
Mandelpackung	€	15,-

WASCHUNGEN

Ganzwaschung	€	6,-
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-**

Lehmwickel€ **15-**

Leberwickel€ **13-**

Meine persönliche Auszeit

Wie oft haben Sie schon aus vollem Herzen frohlockt: Das ist meine Auszeit! Viel zu selten?

Dann wird es höchste Zeit. Erleben Sie Ihren Tag – gönnen Sie sich Ihre Auszeit.

Meine persönliche Auszeit

Dauer etwa 65 Minuten

- ▶ Solesalzbad
- ▶ Körperpeeling in der Wanne (z.B. mit Honig – wirkt antibakteriell und ist gut für die Haut)
- ▶ Körperpackung (z.B. mit Honig)
- ▶ Ruhezeit ca. 25 Minuten€ **44-**

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	€ 12.-
Rotlicht oder Heißluft	€ 4.-
Heiße Rolle	€ 11.-
Heusack	€ 13.-
Aromaöl-Bürstenmassage	€ 18.-
Aroma-Kerzen-Massage zur Tiefenentspannung	
20 Minuten Rücken	€ 19.-
50 Minuten Ganzkörper	€ 37.-

Bewegung & Entspannung

Nordic Walking	€ 8.-
Wassergymnastik	€ 4.-
Morgenbewegung	€ 4.-
Qigong	€ 8.-
Bewegung & Gymnastik mit Smoveys	€ 8.-

Wellness-Massagen

Fußreflexzonen-Massage

Durch Stimulation von bestimmten Zonen am Fuß wird eine Wirkung auf den Gesamtorganismus erzielt

€ **18.-**

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

€ **20.-**

Hot-Stone-Massage Ganzkörper

€ **40.-**

Honigmassage

Spezielle Massagegriffe üben einen starken Reiz auf das Bindegewebe aus, welcher zu reflektorischen Reaktionen führt und somit die Selbstheilungskräfte aktiviert

€ **19.-**

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

€ **22.-**

60 Minuten

€ **44.-**

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.

€ **16.-**

Californische Ganzkörpermassage

60 Minuten

€ **34.-**

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.	€ 18,-
	45 Min.	€ 27,-
	60 Min.	€ 36,-

Alle Preise sind in Euro inkl. MwSt. und beziehen sich auf einen Zeitintervall von 30 Minuten, wenn nicht anders angegeben. Privatrezepten liegen andere Gebührensätze zugrunde!

Selbstverständlich können auch alle kassenüblichen Heilmittelverordnungen angenommen werden (Kassenzulassung besteht). Stand: 07/2017

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 Herrn Andrée Brix unter -177 von 7:30 Uhr bis 12:00 Uhr.

Kneipp-Anwendungen, Bäder, „Meine persönliche Auszeit“ und unser Bewegungsprogramm können Sie an der Rezeption buchen.

Gerne vereinbaren wir einen Beratungstermin für Sie.


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