

# 4-Tage-Kompakt-Prävention im Allgäu

Vorbeugen  
gesund &  
bleiben!

## Ihr Gesundheitsprogramm:

### Bewegung:

- 2 x Nordic-Walking inkl. Einführung
- 3 x Wassergymnastik/Trockengymnastik
- Einweisung in die medizinische Trainings-  
therapie mit 4 Trainingssequenzen

### Entspannung:

- Progressive Muskelentspannung
- 2 x Hydrojet-Massagen
- 1 x Moorsoftpackung

### Teilnahme an Gesundheitsvorträgen zu den Themen (fakultativ):

- Herz-Kreislauf
- Stress
- Alltagsdrogen
- Bewegung
- Ernährung

### Leistungen:

3 Übernachtungen mit Vollpension  
im Moorsanatorium – Kurhotel Reischberg

Preis pro Person

inkl. Kurtaxe im Doppelzimmer 310,00 €  
mögl. Zuschuss der LKK \*130,00 €

Ihr Eigenanteil 180,00 €  
im Einzelzimmer 201,00 €

\* max. Zuschuss der LKK bei Teilnahme an allen Angeboten der  
Primärprävention.

### Zusatzleistungen:

Täglich freier Eintritt in die Thermal- und Saunalandschaft  
der Wellness-Oase VITALIUM.

# Unsere Präventionswoche im Allgäu

gesund &  
fit

## Ihr Gesundheitsprogramm:

### Bewegung:

- 5 x Nordic-Walking/Walking inkl. Einführung
- Präventive Rückenschule (Einzelbehandlung)  
mit Erstellung eines Heimtrainingsprogrammes
- 5 x Gruppengymnastik/Wassergymnastik

### Entspannung:

- 2 x Progressive Muskelentspannung
- 4 x Hydrojet-Massagen
- 1 x Moorsoftpackung
- Stressbewältigungsseminar

### Teilnahme an Gesundheitsvorträgen zu den Themen (fakultativ):

- Herz-Kreislauf
- Alltagsdrogen
- Bewegung
- Ernährung

### Leistungen:

7 Übernachtungen mit Vollpension  
im Moorsanatorium – Kurhotel Reischberg

Preis pro Person

inkl. Kurtaxe im Doppelzimmer 499,00 €  
mögl. Zuschuss der LKK \*164,00 €

Ihr Eigenanteil 335,00 €  
im Einzelzimmer 384,00 €

\* max. Zuschuss der LKK bei Teilnahme an allen Angeboten der  
Primärprävention.

### Zusatzleistungen:

Täglich freier Eintritt in die Thermal- und Saunalandschaft  
der Wellness-Oase VITALIUM.

**Bad Wurzach** – einziges Moorheilbad im Allgäu mit eigener Thermalquelle. Ideal für Gesundheitsaktivitäten in der abwechslungsreichen Landschaft des württembergischen Allgäus. Vom **Höhencafé** im Haus erleben Sie einen einzigartigen Blick über die voralpine Allgäulandschaft und das geschützte Hochmoorgebiet Wurzacher Ried.



Die **Wellness-Oase VITALIUM** mit Thermalwasser, orientalischen Bädern, einer traumhaften Saunalandschaft etc. ist am Moorsanatorium – Kurhotel Reischberg angebaut.



Das **Moorsanatorium – Kurhotel Reischberg** ist ausgezeichnet mit vier Wellness-Sternen im Bereich Medical Wellness.



**Sie wohnen ...**

Das Moorsanatorium – Kurhotel Reischberg besitzt das Ambiente eines 3-Sterne-Superior-Hotels. Alle Zimmer sind mit Dusche/WC, Kabel-TV, Minibar, Safe und Telefon ausgestattet.

**Sie buchen ...**

Moorsanatorium – Kurhotel Reischberg  
Karl-Wilhelm-Heck-Straße 12  
88410 Bad Wurzach/Allgäu  
Telefon (075 64) 30 40  
Telefax (075 64) 30 44 44  
moorsanatorium@bad-wurzach.de  
www.moorsanatorium.de



**Präventions-Empfehlung Ihres Arztes und los geht's ...**

Dieses Gesundheitsangebot entspricht den Handlungsempfehlungen der Spitzenverbände der gesetzlichen Krankenkassen zur Umsetzung der Primärprävention (§ 20 Sozialgesetzbuch Teil V).

Stand: 2009 Mit Erscheinen eines neuen Prospektes verliert der vorhergehende seine Gültigkeit.



**MOORSANATORIUM –  
KURHOTEL REISCHBERG  
BAD WURZACH IM ALLGÄU**



**Das Bad Wurzacher  
Gesundheitsangebot**



für Versicherte  
der Land-  
wirtschaftlichen  
Krankenkasse

*Vorbeugen  
gesund &  
bleiben!*

mit Zuschuss der LKK



**QUELLE DER GESUNDHEIT**