

Kurmittel- und Wellnessangebote

gültig vom 30.01.2016 - 12.03.2016

Paket 1 ,Entspannung‘ (in Zusammenarbeit mit der Kurmittelpraxis Hahn)

| | | |
|--|--|----------|
| 4 x Schlickpackung | <i>(Behandlungszeit für 1 Schlickpackung und</i> | |
| 4 x Massage | <i>1 Massage zusammen ca. 40. Min)</i> | |
| 4 x Hallenbadkarte (Badewerk) | | |
| 7 x Übernachtung in den Ferienwohnungen A, D, E oder F | | 300 Euro |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen B oder C | | 280 Euro |

Paket 2 ,Gesunder Rücken‘ (in Zusammenarbeit mit der Kurmittelpraxis Hahn)

| | | |
|---|---|----------|
| 4 x Schlickpackung | <i>(Behandlungszeit für 1 Schlickpackung,</i> | |
| 4 x Massage | <i>1 Massage und 1 Chirogymnastik,</i> | |
| 4 x Chirogymnastik | <i>zusammen ca. 60 Min.)</i> | |
| 4 x Hallenbadkarte (Badewerk) | | |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen A, D, E oder F | | 340 Euro |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen B oder C | | 320 Euro |

Paket 3 ,Durchatmen‘ (in Zusammenarbeit mit der Kurmittelpraxis Hahn)

| | | |
|---|--|----------|
| 4 x Klopf-Druckmassage | <i>(Behandlungszeit für 1 Klopf-Druckmassage</i> | |
| 4 x Inhalation | <i>und 1 Inhalation zusammen ca. 40 Min.)</i> | |
| 4 x Hallenbadkarte (Badewerk) | | |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen A, D, E oder F | | 300 Euro |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen B oder C | | 280 Euro |

Paket 4 ,Gesunde Haut‘ (in Zusammenarbeit mit der Kurmittelpraxis Hahn)

| | | |
|---|--|----------|
| 4 x Hautpflegebad | <i>(Behandlungszeit für 1 Hautpflegebad ca. 20 Min.)</i> | |
| 4 x Hallenbadkarte (Badewerk) | | |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen A, D, E oder F | | 300 Euro |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen B oder C | | 280 Euro |

Paket 5 ‚Abschalten‘ (in Zusammenarbeit mit der Kurmittelpraxis Hahn)

| | |
|---|---|
| 4 x Lymphdrainage | (Behandlungszeit für 1 Lymphdrainage und |
| 4 x Fussreflexzonenmassage | 1 Fussreflexzonenmas. zusammen ca. 60 Min.) |
| 4 x Hallenbadkarte (Badewerk) | |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen A, D, E oder F | 370 Euro |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen B oder C | 350 Euro |

Paket 6 ‚Happy Hour‘ (im Badewerk Neuharlingersiel)

| | |
|---|----------|
| 2 Tagesangebote für jeweils 2 Personen, beinhaltet sind: | |
| 4 x Körperpeeling mit Schlick im Dampfbad (20 Min.) | |
| 4 x Thalasso-Aromamassage (25 Min.) | |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen A, D, E oder F | 356 Euro |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen B oder C | 335 Euro |

Paket 7 ‚Wir sind dann mal weg...‘ (im Badewerk Neuharlingersiel)

| | |
|--|----------|
| 1 Tagesangebot für 2 Personen, beinhaltet sind: | |
| 2 x Tageskarte Badewerk (Saunalandschaft und Meerwasser-Hallenbad) | |
| 2 x Körper-Peeling im Schlick-Dampfer (25 Min.) | |
| 2 x La Stone-Körper-Massage (60 Min.) | |
| 2 x Alkoholfreies Getränk nach Wahl | |
| 2 x Wellness-Salat | |
| 2 x Bademantel, Saunahandtuch und Slipper während des Aufenthaltes | |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen A, D, E oder F | 399 Euro |
| 7 x Übernachtung in in den Ferienwohnungen B oder C | 378 Euro |

Bitte beachten Sie noch Folgendes:

- Tagesangebote des Badewerks sind nicht aufteilbar auf mehrere Tage.
- Termine mit der Kurmittelpraxis Hahn (Tel. 04974-584) und dem Badewerk Neuharlingersiel (Tel. 04974-188-60) bitte mind. 2 Wochen im Voraus vereinbaren.
- Die Übernachtungspreise sind inkl. aller Nebenkosten, Küchenwäsche, Endreinigung, Bettwäsche und Handtücher für 2 Personen, pro weitere Person 5 Euro pro Nacht.
- Die Kurtaxe von 1 Euro pro Person und Nacht ist zu dem Paketpreis hinzuzurechnen.
- Zusätzliche Hallenbadkarten bekommen Sie bei uns zum Vorzugspreis von 4,30 Euro und zusätzliche Saunakarten (Gültigkeit je 4 Stunden) zum Vorzugspreis von 12 Euro.

Wir wünschen gute Erholung...

Erläuterungen zu den Behandlungen der Kurmittelpraxis Hahn

-Mitglied im Verband Physikalische Therapie-

Meeresschlickpackungen

Die Schlickpackung dient zur Erwärmung der Muskulatur, sie fördert ausserdem die Aufnahme von Inhaltsstoffen (Mineralien) und entspannt den Muskel.

Indikation: Verspannungen, Muskelschmerzen, Hautdefekte

Klassische Massage

Durch Knetung, Reibung und ausstreichende Grifftechniken wird eine Mehrdurchblutung und somit eine bessere Ernährung des Gewebes und eine Abfuhr von Schlackstoffen erreicht.

Indikation: Verspannungen, Muskelschmerzen

Manuelle Lymphdrainage

Durch gezielte Grifftechniken wird der lymphatische und venöse Rückfluss angeregt, somit werden die Abwehrkräfte gestärkt, die Versorgung der Haut und des Unterhautgewebes wird verbessert, Lymphgefässe und Venen werden positiv beeinflusst.

Indikation: Wassereinlagerungen im Gewebe, Krampfadern, Orangerhaut

Fussreflexzonenmassage

Friktionen der Fussreflexzonen beeinflussen den ganzen Körper und seine Funktionen. In der Regel wird anregend oder beruhigend manipuliert.

Indikation: Müdigkeit, Abgeschlagenheit, nervöse Stimmungslagen

Chiro-Gymnastik (Funktionelle Wirbelsäulengymnastik)

Durch entsprechende Übungen in Rückenlage auf einer Behandlungsbank werden Rücken- und Rumpfmuskulatur trainiert. Die regelmässige Anwendung führt zu einer verbesserten Beweglichkeit und einer gestärkten Rückenmuskulatur. Hiermit lassen sich Rückenbeschwerden positiv beeinflussen.

Indikation: Rückenbeschwerden, Muskelaufbau

Klopf-Druckmassage, Atemübungen

Durch Klopfungen des oberen Rückens und hierdurch entstehende Vibrationen wird das Lungengewebe besser durchblutet und eventuell vorhandenes Sekret wird gelöst und kann besser abgehustet werden (Kombination von Klopfungen und Atemübungen).

Indikation: Atemwegbeschwerden, Bronchitiden

Meersalzinhalation

Es wird ein Salzwassergemisch vernebelt und inhaliert, dieses setzt einen Reiz auf das Gewebe der Atemorgane. Das Gewebe wird besser durchblutet, Sekret löst sich besser und das Lungenvolumen kann sich verbessern.

Indikation: Atemwegbeschwerden, Bronchitiden