

AYURVEDA GESUNDHEITSWOCHE

Leistungen (1 Woche)

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension
- Ärztliches Aufnahmegespräch
- Ayurvedische Erstkonsultation mit Besprechung des persönlichen Gesundheitsfragebogens zur Abstimmung des Behandlungsplans
- Täglich Konsultation mit dem Ayurveda-Arzt
- 6 x Abhyanga (Ganzkörper Synchronmassage – ca. 60 Min.)
- 6 x ayurvedische Anwendungen wie z. B. Padabhyanga, Svedana oder Mukabhyanga nach Bedarf
- Individuell für Ihre Bedürfnisse ärztlich verordnete Therapien wie z. B. Krankengymnastik, Nordic Walking, autogenes Training
- 6 x therapeutisches Yoga à 50 Min.
- täglich freies Schwimmen in der Balthasar-Neumann-Therme und Nutzung der Saunalandschaft
- wöchentliches Kurkonzert im Rehazentrum
- Gästekarte mit zahlreichen kostenlosen und ermäßigten Leistungen

7 Nächte	€ 1.449,-*
Verlängerungswoche	€ 1.349,-

Aufschlag für Zimmer mit Talblick pro Woche	€ 50,-
* Preise pro Person zuzüglich Kurtaxe/FVA	

* Die im Präventionsprogramm enthaltenen Kurse sind nach § 20 SGB V anerkannt und von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert. **Fragen Sie deshalb bei Ihrer Krankenkasse nach einem Zuschuss von bis zu 150 €.**

Für eine mögliche Kostenübernahme der Privaten Versicherungen beraten wir Sie gern (Ebba-Karina Sander, Tel. 0170 1144094). Aufwendungen für Ayurveda-Kuren sind unter bestimmten Umständen zudem als außergewöhnliche Belastungen steuerlich absetzbar.

AYURVEDA-MEDIZIN

Das traditionelle indische Medizinsystem der hausärztlichen Versorgung heißt „Ayurveda“. Dieses Wort aus dem Sanskrit bedeutet „das Wissen vom Leben“ – es umfasst das Zusammenspiel von Körper mit allen Sinnesempfindungen, Geist und Seele.

Im Zentrum dieses Ansatzes stehen die drei Haupt-Konstitutionstypen des Menschen, sie werden hier Doshas genannt; man unterscheidet Vatha, Pitha und Kapha. Diese stehen für das Bewegungs-, Stoffwechsel- und Strukturprinzip.

Die Therapie ist daher individuell auf jede Person und ihre Körperkonstitution zugeschnitten und setzt immer auch auf Eigenverantwortung und Mitwirkung des Patienten.

In dieser Hinsicht gibt es Parallelen zu vielen präventiven Ansätzen unserer westlichen Medizin. Auch hier stehen aktivierende Methoden in den Bereichen Ernährung, Bewegung und Entspannung im Fokus. Eine Kombination der Ayurvedischen Medizin mit unserer westlichen Medizin ist bei vielen chronischen Erkrankungen sehr sinnvoll.

Das Rehabilitations- und Präventionszentrum in der Zusammenarbeit mit unseren indischen Spezialisten und Therapeuten versteht sich als Kompetenzzentrum, das Ihnen in dieser Kombination zu guter und vielleicht besserer Gesundheit verhelfen will.



© MIKADO Werbeagentur Bad Kissingen · Fotos: nouvelle fooddesign · Romuna Kochanowski · Thinkstock · 9/2015

INFORMATIONEN & BUCHUNG

Nutzen Sie gerne unseren Beratungsservice unter **Telefon 09708 79-3493** oder schicken Sie uns ein **Telefax 09708 79-3435**.

Gerne erwarten wir auch Ihre E-Mail-Nachricht unter **info@rehazentrum-bb.de**

Selbstverständlich können Sie sich jederzeit online informieren: **www.rehazentrum-bb.de**

Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet

Frankenstraße 36 | 97708 Bad Bocklet
Tel. (09708) 79-3493 | Fax (09708) 79-3435
info@rehazentrum-bb.de | www.rehazentrum-bb.de

AYURVEDA GESUNDHEITSWOCHE



Rehabilitations- &
Präventionszentrum
Bad Bocklet

1 Woche Ü/VP inkl. Therapien
€ 1.449



AYURVEDISCHE MEDIZIN

GESUNDHEIT GENIESSEN



AYURVEDA IM REHAZENTRUM

Das Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet liegt ruhig am Waldrand, ca. 500 m von der Ortsmitte. Es präsentiert sich freundlich mit viel Glas für herrliche Panoramaausblicke. Palmenbistro, Sonnenterrassen, Kegelbahn, Billard- und Tischtennisraum, Lese- und Fernsehzimmer sind großzügig geschnitten und bieten viel Raum für kurzweilige Gesellschaft. Sie nutzen einen hauseigenen Tennisplatz und Fitnessraum.

Die professionelle Betreuung durch Ärzte und Therapeuten wird ergänzt durch moderne Therapieeinrichtungen. Die Balthasar-Neumann-Therme mit Finnischer Sauna, Biosauna, Römischer Dampfbad, Erlebnisduschen, Ruhezonen und Mosaikwärmebänken sowie dem Stahlwasser-Hallenschwimmbad (30 °C) steht Ihnen kostenfrei zur Verfügung. Es sind ausreichend kostenlose Parkplätze vorhanden. Haustiere sind nicht erlaubt.

Alle Zimmer sind mit DU/WC, Sat-TV, Telefon, Safe, WLAN und Balkon ausgestattet. Es stehen Einzelzimmer, Einzelzimmer mit Verbindungstür und auch Doppelzimmer zur Verfügung.



AYURVEDA GESUNDHEITSWOCHE

Die Ayurvedische Medizin betrachtet den Menschen ganzheitlich in seiner physischen und auch mentalen Konstitution; entsprechend setzt die Behandlung auch mehrdimensional auf diesen Ebenen an. Nach sorgfältiger Diagnostik von Augen, Zunge und Puls und der Auswertung Ihres Gesundheitsfragebogens stellen unsere indischen Ayurveda Ärzte die genaue Diagnose und legen dann auf den Konstitutionstyp bezogen den Therapieplan fest: Tiefenentspannung und Stimulation bestimmter Gehirnzellen durch warme Stirnölüsse (Shirodhara), Yoga und Meditation, Entgiftung sowie bestimmte Ganzkörpermassagen, Fuß-, Kopf- und Kräuterstempelmassagen sowie Naturheilmittel und Packungen. Pro Tag gehören eine Ganzkörper-Synchronmassage sowie eine weitere ayurvedische Anwendung zum Gesundheitsprogramm. Täglich wird die Wirkung überprüft, so dass der Therapieplan gegebenenfalls angepasst werden kann.

Gleichzeitig ist auch die typgerechte Ernährung ein wichtiger Baustein der Therapie.

Auf der geistig-mental Ebene tragen Yoga, Meditation und Autogenes Training zur Klärung und Entspannung bei.

Damit die gesundheitlichen Erfolge dauerhaft bleiben und nachhaltig sind, gibt der Ayurveda-Spezialist bei der Abschlussberatung ausführliche Empfehlungen für die persönliche Ernährung und ggf. für Lebensstil-Veränderungen.

DIE AYURVEDA-THERAPIE

Eine Ayurveda-Therapie ist besonders hilfreich bei

- allen stressbedingten Symptomen wie Schlafstörungen, Tinnitus, irritiertes Darm-Syndrom bis hin zu Burn-out-Prophylaxe
- Schmerz-Syndromen wie Migräne, Rückenschmerzen und Fibromyalgie
- Hauterkrankungen wie Neurodermitis und Psoriasis

Wir beraten Sie gern! Rufen Sie den Ayurveda-Experten **Dr. Sajan Joseph unter Telefon 0175 6330058** an.