

LEISTUNGSANGEBOT 2009



MOORHEILBAD

HARBACH

Gesundheits- & Rehabilitationszentrum

Moorheilbad

IHRE GESUNDHEIT
IN BESTEN HÄNDEN

INFO HOTLINE:
+43(0)2858/5255-1620
info@moorheilbad-harbach.at



UNSERE
KOMPETENZEN
IM ÜBERBLICK



Kurzentrums*

Zur Behandlung von Abnützungen und Bewegungseinschränkungen der Wirbelsäule und Gelenke kombinieren wir das heilkräftige Harbacher Hochmoor mit modernsten Behandlungsmethoden.
Seite 10



Orthopädische Rehabilitation*

Zur Wiederherstellung der Lebensqualität: Gezielte Betreuung nach Verletzungen, unfallchirurgischen und orthopädischen Operationen.
Seite 12



Wirbelsäulenzentrum „Xundheitswelt“

Ein Wirbelsäulen-Kompetenzzentrum für Prävention, Akuttherapie und Rehabilitation.
Seite 13



Lebensstilzentrum

Mehr Gesundheit – mehr vom Leben!
Aktive Gesundheitsvorsorge: Durch Verbesserung individueller Lebensstilfaktoren zu einer nachhaltig gesünderen Lebensweise.
Ernährungsprogramm: „ESSBEWUSST“
- genussvoll und nachhaltig abnehmen
Seite 14 - 15



Xundwärts - das Lauf- und Bewegungszentrum

Für Profi- und HobbysportlerInnen. Wir bieten die Kompetenz eines hoch qualifizierten Teams.
Seite 16

*Wir sind Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen

Für weitere Informationen zu den einzelnen Kompetenzen fordern Sie bitte unsere Detail-Broschüren an!

Die sanfte Waldviertler Hügellandschaft, unberührte Natur, das heilkräftige Harbacher Hochmoor kombiniert mit modernsten Behandlungsmethoden, erstklassige Betreuung sowie xunde Ernährung sind ideale Voraussetzungen für einen erholsamen und entspannenden Gesundheitsaufenthalt im Moorheilbad Harbach.

Heilkräftiges Harbacher Hochmoor

In unmittelbarer Nähe zum Moorheilbad Harbach wird am Fuße des Nebelsteins das heilkräftige, biologisch hochaktive Hochmoor gewonnen und kommt in unserem Gesundheitszentrum in Form von Moorbädern und Moorwickel zum Einsatz. Ausschlaggebend für den Behandlungserfolg ist die Kombination der Mooranwendungen mit vielfältigen, modernsten Behandlungsmethoden.

Kompetenz durch Partnerschaft

Das Moorheilbad Harbach kooperiert mit führenden Ärzten, Krankenhäusern und Universitäten in Österreich und garantiert durch diese Partnerschaften hohe medizinische Kompetenz. Diese Kompetenz wird auch in die Behandlungsangebote des vom Moorheilbad Harbach geführten Gesundheitszentrums Zwettl eingebracht.

Unsere Partner

Univ. Prof. Dr. Norbert Bachl

- Vorstand des Institutes für Sportwissenschaften der Universität Wien

Univ. Prof. Dr. Anita Rieder

- Stv. Vorstand Institut für Sozialmedizin der Medizinischen Universität Wien

Univ. Prof. Dr. Hans Tilscher

- Ludwig Boltzmann – Institut für konservative Orthopädie und Rehabilitation (Cluster Orthopädie)

Prim. Univ. Doz. Dr. Manfred Weissinger

- Ärztlicher Direktor Landeskliniken Waldviertel Gmünd, Waidhofen/Thaya, Zwettl

WAS UNS AUSZEICHNET



Best Health Austria

Das Moorheilbad Harbach wurde mit dem Austria Gütezeichen Gesundheitstourismus -

Best Health Austria ausgezeichnet. Als Premium Partner zählen wir somit zu den herausragenden Gesundheitsbetrieben Österreichs.



Österreichisches Umweltzeichen für Tourismusbetriebe

„Ein gesunder Mensch braucht eine gesunde Umwelt“. Gemäß diesem Motto ist das Moorheilbad Harbach stolzer Träger des österreichischen Umweltzeichens für Tourismusbetriebe.



Grüne Haube

Für unsere xunde Küche wurden wir mit der „Grünen Haube“ ausgezeichnet. Die Grüne Haube steht für Naturküche auf höchstem Niveau.



Ökologischer Kreislauf Moorbad Harbach

Der „Ökologische Kreislauf Moorbad Harbach“ ist ein österreichweit einzigartiges Projekt und Paradebeispiel für die Zusammenarbeit von Landwirtschaft, Gewerbe und Tourismus. Die gezielte Unterstützung der kleingliedrigen Kulturlandschaft fördert viele der hier ansässigen Betriebe: Unsere Landwirte garantieren hochwertigen organischen Biolandbau und die Wiederverbreitung alter Tierrassen sowie eine artgerechte Haltung.

Eine eigene Biomolkerei und weitere kleingewerbliche Betriebe veredeln die Produkte der Biobauern.



Unser Motto „Xund genießen“ verbindet harmonisch kulinarischen Genuss mit gutem Gewissen. Um diese Philosophie zu verwirklichen, verwenden wir regionale, biologische Produkte von den Bauernhöfen und Mitgliedsbetrieben des „Ökologischen Kreislaufs Moorbad Harbach“. Unsere Küche kreiert daraus vielfältige kulinarische Köstlichkeiten, die nicht nur gut schmecken, sondern auch xund sind. Die Xund genießen – Philosophie findet in allen Kompetenzbereichen und Leistungsangeboten maßgebliche Berücksichtigung.





RESERVIERUNG:
 tel.+43(0)2858/5255-1620
 fax+43(0)2858/5255-1640
 reservierung@moorheilbad-harbach.at
 www.moorheilbad-harbach.at

HOTELPREISE 2009

FREIZEIT UND AUSFLÜGE

Informationen zu unserem umfangreichen Freizeitangebot finden Sie auf unserer Website www.moorheilbad-harbach.at/bewegung_freizeit.aspx
 Auch geführte Wanderungen und Ausflüge finden entsprechend der Jahreszeit und Nachfrage statt.

Konkrete Termine und Tarife erfahren Sie an der Reception unseres Hauses.

Golf

Gäste des Moorheilbades Harbach erhalten auf allen Golfplätzen des „Heart of Golf“ 20% Greenfee-Ermäßigung.

Fitness- und Trainingsraum

- modern ausgestattet - für Ihren sportlichen Ausgleich. Gegen Voranmeldung an der Therapieverwaltung erhalten Sie beste Betreuung und fachliche Beratung durch geschulte TherapeutInnen.

HOTEL

Abholservice

Hausabholungen ab Wien für 2009 an zahlreichen festgelegten Sonntagen:
 Informationen & Reservierungen: Tel.: +43(0)2856/2369, E-Mail: weissenboeck@reisedienst.at

Bei Anreise per Bahn oder Bus holen wir Sie gerne vom Bahnhof in Gmünd/NÖ oder von der Autobushaltestelle Weitra ab. Bitte um Voranmeldung: +43(0)2858/5255-0, E-Mail: reception@moorheilbad-harbach.at

Ermäßigung bei einem Aufenthalt ab 7 Nächten

Bei einem Aufenthalt ab 7 Nächten erhalten Sie in der Nebensaison 7% Ermäßigung sowie in der Hauptsaison 5% Ermäßigung auf den Zimmerpreis. (gilt nicht für Pauschalarrangements)

Ermäßigung für Kinder

Bei Unterbringung im Zimmer der Eltern: im Zusatzbett Kinder bis 6 Jahre frei, 6-14 Jahre 30% Ermäßigung.

Friseur, Kosmetik und Fußpflege

Terminvereinbarung vor Ort erforderlich.

Halbpension, Zimmer mit Frühstück

Vom Vollpensionspreis der gebuchten Kategorie ziehen wir bei Halbpension € 5,00 sowie bei Zimmer mit Frühstück € 10,00 pro Tag ab.

- Frühstück: von 07:00 bis 10:00 Uhr
- Mittagessen: von 11:30 bis 13:30 Uhr
- Abendessen: von 18:00 bis 20:30 Uhr

Bei Voll- oder Halbpension erwartet Sie xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche sowie ein abwechslungsreiches Salatbuffet.

Haustiere

sind aus sanitätsrechtlichen Gründen nicht erlaubt.

Preise

beinhalten alle Abgaben, Taxen sowie Mehrwertsteuer. Bezahlung mittels Visa-, Mastercard, Diners Club sowie Bankomatkarte möglich. Bei Pauschalarrangements kann bei vorzeitiger Abreise kein Preisabzug bzw. keine Rückerstattung erfolgen. Preisänderungen vorbehalten.

Preisunterschiede der einzelnen Kategorien

sind bedingt durch Lage und Größe der Zimmer. Gerne bestätigen wir Ihre gebuchte Zimmerkategorie, nicht bestätigen können wir jedoch Zimmernummern sowie Stockwerke.

Ihr gebuchtes Zimmer steht am Anreisetag ab 12:00 Uhr und am Abreisetag bis 10:00 Uhr zu Ihrer Verfügung.

Reservierung

Für Anfragen und Reservierungen sind unsere MitarbeiterInnen des Reservierungsbüros von Montag bis Freitag von 7:00 bis 16:30 Uhr gerne für Sie da.

Hauptsaison

05. April 2009 - 25. Oktober 2009
 20. Dezember 2009 - 03. Jänner 2010

Nebensaison

04. Jänner 2009 - 05. April 2009
 25. Oktober 2009 - 20. Dezember 2009

Sonderarrangement für PartnerIn

bei Bewilligung Ihres Aufenthaltes durch die Sozial- oder Pensionsversicherung (bei Nächtigung in Ihrem Zimmer). Info: +43(0)2858/5255-1620

Stornogebühren

Bis zu einem Monat vor Anreise fallen keine Stornokosten an. Bei kurzfristiger Stornierung einer mündlichen oder schriftlichen Reservierung verrechnen wir eine Stornogebühr nach den Österreichischen Hotelvertragsbedingungen (ÖHVB). (www.hotelverband.at/down/oehvb.htm)

Wohlfühlen

Erlebnishallenbad (Wassertemperatur 30 Grad) mit keramischem Dampfbad und Whirlpool, Nackenduschen und Massagedüsen. Saunalandschaft - Finnische Sauna, Biosauna mit Farblicht, keramisches Dampfbad, Kneippbecken, Wärmebank und Ruhezone mit Liegebereich, Solarien. Freibad - Ein beheiztes Freibad steht zur Verfügung (Wassertemperatur 26°C).

Zimmer

Am Ankunftstag ist Ihr Zimmer ab 12:00 Uhr bezugsfertig. Am Abreisetag ersuchen wir Sie Ihr Zimmer bis 10:00 Uhr freizugeben. Informationen zur Ausstattung der Zimmer finden Sie nebenstehend unter der jeweiligen Zimmerkategorie. Begeben Sie sich auf einen virtuellen Rundgang durch unser Haus und unsere Zimmer auf der Webseite: www.moorheilbad-harbach.at

Zum xunden Durchatmen

können Zimmer in Nichtraucherzonen gebucht werden.

Preise inklusive Vollpension - pro Nächtigung PRO PERSON

KATEGORIE

Einzelzimmer „Hochwald“ WC, Bad/Dusche, Föhn, Radio, Sat-TV, Telefon, Balkon, Safe, Bademantel	€ 87,50	Nebensaison
	€ 97,50	Hauptsaison

Einzelzimmer „Sonnenhang“ WC, Bad/Dusche, Föhn, Radio, Sat-TV, Telefon, Balkon, Safe, Minibar, Bademantel	€ 98,50	Nebensaison
	€ 108,50	Hauptsaison

Doppelzimmer „Sonnenhang“ WC, Bad/Dusche, Föhn, Radio, Sat-TV, Telefon, Balkon, Safe, Minibar, Bademantel	€ 74,50	Nebensaison
	€ 84,50	Hauptsaison

Doppelzimmer „Harbach“ WC, Bad/Dusche, Föhn, Radio, Sat-TV, Telefon, Balkon, Safe, Minibar, Bademantel	€ 77,50	Nebensaison
	€ 87,50	Hauptsaison

Preise inklusive Vollpension - pro Nächtigung PRO ZIMMER

KATEGORIE

Suite „Hochwald“ für 2 Personen WC, Bad, Föhn, Radio, Sat-TV, Telefon, Balkon, Safe, Minibar, Bademantel	€ 165,00	Nebensaison
	€ 185,00	Hauptsaison

Suite „Sonnenhang“ für 2 Personen WC, Bad/Dusche, Föhn, Radio, Sat-TV, Telefon, Balkon, Safe, Minibar, Bademantel	€ 189,00	Nebensaison
	€ 209,00	Hauptsaison

Suite „Bildbaum“ für 2 Personen WC, Dusche, Föhn, Radio, Sat-TV, Telefon, Balkon, Safe, Minibar, Bademantel	€ 154,00	Nebensaison
	€ 174,00	Hauptsaison





Ärztin/Arzt

Erstuntersuchung mit Erstellung des Therapieplans, Folgegespräche und Labor-(Screening)untersuchung, medizinische Betreuung während des Aufenthaltes	
Pauschale für 1 Woche	€ 71,00
Pauschale für 2 Wochen	€ 85,00
Pauschale für 3 Wochen	€ 108,00

Facharztkonsultation

Facharzt für Innere Medizin	€ 69,00
Facharzt für Orthopädie	€ 69,00
Arzt für Sportmedizin	€ 69,00

Diagnostik

Ärztlich geleitetes BelastungsEKG	€ 129,00
EKG in Ruhe	€ 33,00
Stoffwechsellabor	€ 138,00
Diagnostischer Ultraschall	€ 124,00
Bioimpedanzanalyse (Bestimmung der Körperszusammensetzung)	€ 27,50

Heilbäder und Heilpackungen

Moorvollbad	€ 22,90
Medizinalbad	€ 15,70
Kohlensäurebad	€ 15,70
Thalassotherapie	€ 15,70
Paraffinhandbad	€ 11,00
Parafangopackung	€ 17,20
Moorwickel kalt	€ 12,80

Massagen

Heilmassage ganz, inklusive Infrarot	€ 36,00
Heilmassage teil, inklusive Infrarot	€ 19,50
Bindgewebssmassage	€ 36,00
Reflexzonenmassage	€ 36,00
Lymphdrainage manuell	€ 36,00
Lymphdrainage mit Lymphamat	€ 42,60
Akupunktmassage	€ 47,00
Unterwassermassage ganz	€ 21,20

geänderte
Therapiedauer

Elektrophysikalische Behandlungen

Kurzweille	€ 13,00
Mikrowelle	€ 13,00
Iontophorese	€ 16,90
Impulsgalvanisation	€ 15,00
Diadynamischer Strom	€ 15,00
Schwellstrom	€ 15,00
Exponentialstrom	€ 15,00
Galvanisation	€ 15,00
Interferenzstrom	€ 15,00
Lasertherapie	€ 12,80
Ultraschall	€ 9,80
Inhalation	€ 5,60
Rotlichtbestrahlung	€ 5,60
Lichtbogen	€ 7,80
Magnetfeldtherapie	€ 13,00

Kneippsche Hydrotherapie

Armwechsellbad	€ 7,90
Fußwechsellbad	€ 7,90
Ansteigendes Armbad	€ 7,90
Wassertreten	€ 7,20

Bewegungstherapie

Fitnessraum	€ 4,60
Fitnessraum 10er Block	€ 41,00
Muskelaufbau - Rehabilitation	€ 29,80
Extension der Wirbelsäule	€ 39,60
Rückenschule - Gruppe	€ 10,00
Heilgymnastik - Gruppe	€ 10,00
Beckenbodengymnastik - Gruppe	€ 12,90
Sensomotoriktraining - Gruppe (MFT)	€ 10,00
Sportwissenschaftl. Beratungsgespräch	€ 41,00
Einzel - Heilgymnastik	€ 41,00
Einzel - Ergotherapie	€ 41,00
Unterwassergymnastik - Gruppe	€ 14,50
Unterwassergymnastik - Einzel	€ 45,00
Ergometertraining mit Pulsmessung	€ 9,80
Terraintraining	€ 7,20
Kinesio-Tape	€ 41,00
Laufbandtraining	€ 9,80

Wirbelsäulendiagnostik und Fitnessstraining

mittels David-System

Wirbelsäulendiagnostik	€ 120,00
Wirbelsäulen-Fitnessstraining	€ 15,80

Spineliner

Behandlung von Blockaden und Schmerzen im Wirbelsäulenbereich	€ 46,00
--	---------

Körperstabilitäts-, Koordinationstest und Training

mittels MFT S3	€ 41,00
----------------------	---------

Entspannungstraining

Entspannungsgymnastik (Mindestteilnehmer 3 Personen)	€ 10,80
Autogenes Training für EinsteigerInnen, 4 Einheiten (Mindestteilnehmer 3 Personen)	€ 41,20
Biofeedback-Stressprofil	€ 37,00
Biofeedback-Training	€ 37,00
Gesundheitspsychologische Beratung	€ 80,00
NEU Yoga (Mindestteilnehmer 4 Personen)	€ 16,00
Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen (Mindestteilnehmer 3 Personen)	€ 16,00

Ernährung

Ernährungsmedizinische Beratung	€ 37,50
Kochkurs (Mindestteilnehmer 4 Personen): „Iss wie Du lebst“	€ 19,50
„Naturküche“	€ 19,50

Ernährungs- und Lebensstil-Schulungen

„Ernährung bei Diabetes“ „Xunde Ernährung“ „Bewegung ist Leben“ „Risikofaktoren“ Anmeldung an der Therapieverwaltung erforderlich. Die Teilnahme ist kostenfrei!	
---	--

Spezialbehandlungen

Ozontherapie	€ 57,00
Manualtherapie	€ 69,00

Als verantwortungsbewusster Gesundheitsbetrieb können wir bestimmte Therapien nur nach Untersuchung durch eine Ärztin/einen Arzt unseres Hauses anbieten. Nähere Informationen dazu gibt Ihnen gerne unsere Therapieverwaltung

Telefon +43(0)2858/5255-1630,
E-Mail: therapieverwaltung@moorheilbad-harbach.at

Ambulante Therapien

für Gäste, die NICHT im Moorheilbad Harbach wohnen: Kurpaket (Seite 10) sowie Therapien (Seite 6, 7, 8) ambulant buchbar. Ärztliche Untersuchung in unserem Haus erforderlich.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Anmeldung 2 Wochen im Vorhinein.

Anmeldung bitte Montag bis Freitag von 7:00 bis 15:00 Uhr an unserer Therapieverwaltung

Telefon +43(0)2858/5255-1630,
E-Mail: therapieverwaltung@moorheilbad-harbach.at

Bademantel

Verleih/Ausgabe an der Therapieverwaltung gegen Einsatz und Reinigungsgebühr.

Therapietuch

erhalten Sie leihweise anlässlich Ihrer Anfangsuntersuchung bzw. gemeinsam mit Ihrem Therapieplan an der Therapieverwaltung.

Alle angeführten Preise auf den Seiten 6, 7 und 8 gelten pro Person. Ausnahme: separat ausgewiesene Gruppenpauschalen





DIAGNOSTIK & TRAINING



2009 DIE BESONDERE ART, ETWAS FÜR IHRE GESUNDHEIT ZU TUN!

Diagnostik

- Potenzialanalyse (RuheEKG, Leistungserhebung mittels Ergometer od. Laufband, inkl. Lactatbestimmung)€ 138,00
- Xundwärts Fit-Check (Potenzialanalyse mit Trainingsempfehlung).....€ 174,00
- Laufdiagnostik mittels Kraftmessplatte und Videoanalyse€ 85,00
- Laufdiagnostik mittels Kraftmessplatte und Videoanalyse, mit Muskelfunktionsprüfung€ 125,00
- Laufstilanalyse mittels Videoaufzeichnung (Mindestteilnehmer 2 Personen).....€ 43,00
- Nordic-Walking-Analyse mittels Videoaufzeichnung (Mindestteilnehmer 2 Personen).....€ 43,00
- Lactatstufentest - Gruppe (Feldtest) (Mindestteilnehmer 2 Personen).....€ 55,00
- Lactatstufentest - Einzel (Feldtest)€ 70,00

Gruppenermäßigung Diagnostik auf Anfrage

Training

- Lauf-, Nordic Walking- oder Schneeschuhbegleitung (Mindestteilnehmer 5 Personen)€ 11,00
- Gruppenpauschale (max. 10 Personen)€ 55,00
- „Xundwärts-Parcour“- Betreuung, 105 Minuten (Mindestteilnehmer 5 Personen).....€ 22,70
- Gruppenpauschale (max. 10 Personen)€ 150,00
- Trainingsplanerstellung (Daten der Potenzialanalyse erforderlich)€ 78,00
- Technik für optimales Nordic Walking 2 Einheiten à 90 Minuten (Mindestteilnehmer 3 Personen).....€ 34,00
- Technik für optimales Laufen 2 Einheiten à 90 Minuten (Mindestteilnehmer 3 Personen).....€ 34,00
- Technik für optimales Schneeschuhwandern 2 Einheiten á 90 Minuten, (Mindestteilnehmer 3 Personen).....€ 34,00
- MBT-Vortrag Masai Barfuß Technologie (Mindestteilnehmer 5 Personen).....€ 15,00

MODULE

Aktiv entspannen

- 1 Xundwärts-Parcour-Betreuung (witterungsabhängig)
 - 1 Technik für optimales Nordic Walking
 - 1 Entspannungsgymnastik
 - 2 Akupunktmassagen
- 3 Therapietage - gesamt€ 153,00**

Körperstabilität:

Test und Training mit MFT S3

- 1 Körperstabilitäts- und Koordinationstest
 - 1 Sensomotorik - Trainingsgruppe (MFT)
- 1 Therapietag - gesamt€ 48,00**

Laufen für EinsteigerInnen

- 1 Laufdiagnostik mittels Kraftmessplatte und Videoanalyse
 - 1 Xundwärts Fit-Check
 - 1 Technik für optimales Laufen
 - 1 Beratungsgespräch Laufen
- 3 Therapietage - gesamt€ 317,00**

Jahrespaket für Läufer

- 1 Labor
 - 2 Xundwärts Fit-Checks
 - 3 Lactatstufentests - Gruppe (Feldtest)
 - 1 Technik für optimales Laufen
 - 2 Laufdiagnostik-Einheiten mittels Kraftmessplatte und Videoanalyse
- Gesamt€ 780,00**

Modul-Pauschalen verstehen sich ohne Zimmer und Verpflegungskosten. Die angeführten Therapien innerhalb der Module finden von Montag bis Freitag statt.

Kennenlern-Paket

XUNDE TAGE

Programm zum Wohlfühlen und Entspannen

Hotelleistungen und Programm

- 2 Übernachtungen mit Vollpension: Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Xund-Drink zur Begrüßung
- Lunch around im Rahmen der Vollpension - Mittagessen in einem Xundheitswelt-Betrieb Ihrer Wahl
- 1 „Energy Island“ - Entspannung bei Wärme, Licht und Musik
- Nordic-Walking-Stöcke für die Dauer des Aufenthaltes
- Nettes Dankeschön für Ihren Besuch

Medizinische und therapeutische Leistungen

- 1 Ärztliches Beratungsgespräch
- 1 Moor- oder Medizinalbad
- 1 Heilmassage teil, inklusive Infrarot
- 1 Heilgymnastik - Gruppe

ganzjährig buchbar

	Nebensaison	Hauptsaison
Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 255,00	€ 275,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 281,00	€ 301,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 303,00	€ 323,00

SCHENKEN SIE XUNDHEIT & WOHLBEFINDEN



Geschenk-Gutschein INFO:
+43(0)2858/5255-1620
info@moorheilbad-harbach.at

GESUNDHEIT ZUM VERSCHENKEN Etwas Besonderes für besondere Menschen!

Mit den Geschenkgutscheinen des Moorheilbades Harbach haben Sie eine gute Möglichkeit, Menschen, die Sie besonders schätzen, mit etwas ganz Besonderem zu beschenken
- mit Gesundheit und Wohlbefinden.





KURANTRAG ZUM DOWNLOAD
für unsere Sozialversicherungsgäste unter
www.moorheilbad-harbach.at/Kurantrag



Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates / Rheumatischer Formenkreis

Das heilkräftige Harbacher Hochmoor in Kombination mit modernen physikalischen Therapien ist Grundlage für eine deutliche Reduktion der Schmerzen.

Beweglichkeit verbessern - Lebensqualität gewinnen

Als Prävention stehen Bewegung und Training im Vordergrund. Xunder Köstlichkeiten und perfektes Wohlfühlambiente runden Ihren Gesundheitsaufenthalt ab.

KURPAKET

Gesundheitsprogramm zur Behandlung von Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates

Medizinische Leistungen

- Eingehende ärztliche Untersuchung
- Weitere ärztliche Gespräche (abhängig von der Aufenthaltsdauer)
- Laboruntersuchung
- Medizinische Betreuung während des Aufenthaltes
- Abschließender ärztlicher Befundbericht
- Erstellung des Therapieplans aus folgenden Therapien:

Therapeutische Leistungen

- Moor-, Medizinal- oder Kohlensäurebäder
- Parafangopackungen
- Moorwickel
- Heilmassagen
- Unterwassermassagen
- Heilgymnastik - Gruppe
- Unterwassergymnastik - Gruppe
- Elektrophysikalische Therapien

Pauschale Kurpaket ohne Zimmer- und Verpflegungskosten	2 Wochen	€ 660,00
	3 Wochen	€ 970,00

DIABETIKER GESUNDHEITSPROGRAMM

Spezialprogramm für DiabetikerInnen, bei denen Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates im Vordergrund stehen.

Medizinische Leistungen

- Eingehende ärztliche Untersuchung
- Weitere ärztliche Gespräche (abhängig von der Aufenthaltsdauer)
- Umfangreiche Laboruntersuchung
- Ernährungsberatung durch eine Diätologin
- Wöchentliches Zuckerprofil
- Medizinische Betreuung während des Aufenthaltes
- Abschließender ärztlicher Befundbericht
- Erstellung des Therapieplans aus folgenden Therapien:

Therapeutische Leistungen

- Moor- oder Medizinalbäder
- Parafangopackungen
- Unterwassermassagen
- Heilmassagen, inklusive Infrarot
- Wassertreten
- Arm- bzw. Fußwechselbäder
- Bewegung nach ärztlicher Verordnung

ACHTUNG DIABETIKER/INNEN:
Bitte bereits bei Buchung um Bekanntgabe des gewünschten Programms.

Pauschale Diabetiker Gesundheits-Programm ohne Zimmer- und Verpflegungskosten	2 Wochen	€ 660,00
	3 Wochen	€ 970,00

BESTE GESUNDHEIT WOCHEN

Programm zur Gesundheitsvorsorge sowie zum Entspannen und Regenerieren

Hotelleistungen und Programm

- 7 Übernachtungen mit Vollpension: Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Xund-Drink zur Begrüßung
- Xundheits-Gourmet-Abend im Rahmen der Vollpension
- Besuch und Besichtigung eines Biobauernhofs mit Verkostung von schmackhaften Produkten aus dem „Ökologischen Kreislauf Moorbath Harbach“
- Geführte Wanderung bzw. Ausflug
- 1 „Energy Island“ - Entspannung bei Wärme, Licht und Musik
- Nettes Dankeschön für Ihren Besuch

Medizinische und therapeutische Leistungen

- 1 Ärztliche Untersuchung
- 2 Moor- oder Medizinalbäder
- 1 Parafangopackung
- 2 Heilmassagen teil, inklusive Infrarot
- 1 Unterwassermassage
- 1 Heilgymnastik - Gruppe
- 1 Entspannungsgymnastik
- 2 Lebensstil-Vorträge

Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 690,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 781,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 858,00

LAUFWOCHEN FÜR EINSTEIGER

Sie wollen mit dem Laufsport beginnen? Gemeinsam mit unserem motivierten Betreuungsteam steht die Freude am gesundheitsorientierten Laufen im Vordergrund.

Hotelleistungen und Programm

- 6 Übernachtungen mit Halbpension: Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Xund-Drink zur Begrüßung
- Xundwärts-Einrichtungen stehen frei zur Verfügung
- Kartenset der Xundwärts-Routen
- Pulsuhr für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- Nettes Dankeschön für Ihren Besuch

Medizinische und therapeutische Leistungen

- 1 Laufstilanalyse
- 1 Muskelfunktionstest
- 1 Technik für optimales Laufen
- 1 Körperstabilitäts- und Koordinationstest
- 1 Bioimpedanzanalyse
- 1 Xundwärts-Parcour-Betreuung
- 3 Laufausflüge
- 2 Informationsgespräche/Vorträge

Termine: 10.05. - 16.05.09
und 27.09. - 03.10.09

Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 660,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 738,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 804,00

Zusätzlich zu den hier angeführten privaten Angeboten unterhält das Kurzentrum Verträge mit folgenden Sozialversicherungen: AUVA, BVA, KFA, NÖ GKK, PVA, SVA, SVB



REHABILITATIONS- ZENTRUM



WIRBELSÄULEN ZENTRUM 2009 GESUNDHEITSWELT

IDEALE KOMBINATION
von David-System und Spineliner
für Diagnostik & Therapie

ABTEILUNG FÜR ORTHOPÄDISCHE REHABILITATION

Operationen sind oft unvermeidbar, Rehabilitation aber immer unverzichtbar.

Nach Unfällen, Verletzungen oder orthopädischen Operationen ist fachkundige Rehabilitation der beste Weg zurück zum normalen Leben.



Ziel ist es, die Funktionalität der operierten Bereiche so rasch und umfassend wie möglich wieder herzustellen.

Die 3 Säulen der Rehabilitation

- **Ärztliche Betreuung**
- **Aktive Bewegungstherapie**
- **Prävention**

Es steht Ihnen ein erfahrenes Team aus FachärztInnen, ÄrztInnen für Allgemeinmedizin sowie ein hochqualifiziertes TherapeutInnen- und Betreuungsteam zur Seite. Gemeinsam mit Ihnen wird ein wirkungsvolles Therapiekonzept umgesetzt, das exakt auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist.

Unter der Leitung von FachärztInnen für Orthopädie behandeln Sie unsere erfahrenen TherapeutInnen gezielt und individuell mit Einzelheilgymnastik, Unterwassergymnastik sowie Muskelaufbauprogrammen. Ziel ist die Wiederherstellung der durch die Operation beeinträchtigten Mobilität.

Speziell eingerichtete Zimmer erleichtern den Aufenthalt. ÄrztInnen und diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester/pfleger sind rund um die Uhr für Sie da.

Pauschalpreis inkl. Vollpension pro Tag und Person im DZ	€ 182,00
pro Tag im EZ	€ 195,00

Zusätzlich zum hier angeführten privaten Angebot unterhält das Rehabilitationszentrum/Abteilung für orthopädische Rehabilitation Verträge mit folgenden Sozialversicherungen : BVA, KFA, PVA, SVA, SVB, VAEB, WGKK

Zentrum für Wirbelsäulen-Prävention, Akut-Therapie und Rehabilitation

Wir setzen neue Maßstäbe bei der Behandlung von Wirbelsäulenproblemen jeder Art. Das innovative David-System sowie der Spineliner unterstützen die Diagnostik und Therapie.

RÜCKEN FIT WOCHE

Gesundheitsvorsorge für den Rücken – Therapie bei degenerativen Erkrankungen der Wirbelsäule

Hotelleistungen und Programm

- 7 Übernachtungen mit Vollpension:
Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Nettes Dankeschön für Ihren Besuch

Medizinische und therapeutische Leistungen

- 1 Ärztliche Untersuchung
- 1 Wirbelsäulendiagnostik mittels David-System
- 2 Wirbelsäulen-Fitnesstrainings mittels David-System
- 2 Heilmassagen teil, inklusive Infrarot
- 2 Unterwassermassagen
- 2 Moor- oder Medizinalbäder
- 1 Parafangopackung
- 1 Biofeedback-Stressprofil
- 2 Wirbelsäulengymnastik-Einheiten
- 1 Spineliner

	Nebensaison	Hauptsaison
Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 910,00	€ 980,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 1.001,00	€ 1.071,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 1.078,00	€ 1.148,00

STARKER RÜCKEN

Gesundheits-Check für die Wirbelsäule

Hotelleistungen und Programm

- 2 Übernachtungen mit Vollpension:
Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Nettes Dankeschön für Ihren Besuch

Medizinische und therapeutische Leistungen

- 1 Wirbelsäulendiagnostik mittels David-System
- 1 Wirbelsäulen-Fitnesstraining mittels David-System
- 1 Rückenschule - Gruppe
- 1 Fitnessraum-Einheit
- 1 Beratungsgespräch "Krafttraining"
- 1 Spineliner

*Ankunft Montag
bis Donnerstag
Anreise bis 12:00 Uhr*

	Nebensaison	Hauptsaison
Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 366,00	€ 386,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 392,00	€ 412,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 414,00	€ 434,00





Mehr Gesundheit - mehr vom Leben.

Aktive Gesundheitsvorsorge durch positive Veränderung des Lebensstils
Lebensstilfaktoren: Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit

**MEHR GESUNDHEIT
- MEHR VOM LEBEN**

Lebensstil Basisprogramm

Hotelleistungen und Programm

- 7 Übernachtungen mit Vollpension:
Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl,
auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, kerami-
schem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Nettes Dankeschön für Ihren Besuch

Medizinische und therapeutische Leistungen

- Ärztliches Beratungsgespräch
- Sportwissenschaftliche Beratung
„Bewegung – aber richtig“
- Bewegungstherapie nach Verordnung
des Sportwissenschaftlers
- Psychologische Beratung
- Befundbesprechung am Ende des Aufenthaltes

	Nebensaison	Hauptsaison
Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 747,00	€ 819,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 838,00	€ 910,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 915,00	€ 987,00

**Folgende Module können Sie jeweils ergänzend
zum Basisprogramm oder auch einzeln buchen:**

ERNÄHRUNG

- Ernährungsmedizinische Beratung
- Kochkurs „Iss wie Du lebst“
- Vortrag „Lebensstil“
- Bioimpedanzanalyse
(Bestimmung der Körperzusammensetzung)

Pauschalpreis	€ 87,00
---------------	---------

BEWEGUNG

Bewegung ist Leben - Leben ist Bewegung

- 1 Sportmedizinische Potenzialanalyse
unter ärztlicher Leitung mit Beratungsgespräch:
- Ergometrie am Laufband oder Fahrrad
- Lactatbestimmung
- Besprechung der Untersuchungsergebnisse
- Bestimmung des persönlichen Trainingsziels
- Erstellung einer persönlichen Trainings-
und Bewegungsempfehlung
- Erklärung eines kontrollierten Trainings mit Pulsuhr
- Pulsuhr und Nordic-Walking-Stöcke
während des Aufenthaltes
- Nutzung des „Xundwärts-Parcours“,
der Lauf- und Walkingstrecken sowie der
Trainingseinrichtungen im „Xundwärts-Zentrum“

Pauschalpreis	€ 185,00
---------------	----------

MENTALE GESUNDHEIT

Entspannung ist erlernbar

- Psychologisches Beratungs- und Informationsgespräch
„Stressmanagement-Techniken“
mit individueller Empfehlung
- 1 Biofeedback-Stressprofil
- 1 Biofeedback-Training
- 2 Autogene Trainings
- 1 „Energy-Island“ -
Entspannung bei Wärme, Licht und Musik

Pauschalpreis	€ 171,00
---------------	----------



Ernährungsprogramm im Moorheilbad Harbach

„Essbewusst - Genussvoll und nachhaltig abnehmen“ ist keine klassische Diät, bei der man sich ein-
schränken muss. Vielmehr geht es um die Bildung eines neuen Bewusstseins in Bezug auf Ernährung
und Bewegung.

**BEIM ABNEHMEN
HAT DAS GENIESSSEN OBERSTE PRIORITÄT!**

*Unsere Küche kreiert aus regionalen, biologischen
Produkten kulinarische Köstlichkeiten, die nicht
nur gut schmecken, sondern auch noch xund sind.*

ess BEWUSST®

Genussvoll und nachhaltig abnehmen

*Das attraktive Ernährungsprogramm zu Ihrem
Aufenthalt im Moorheilbad Harbach!*

Inkludierte Leistungen

- Bioimpedanzanalyse
- Teilnahme an 6 Fach-Workshops
- Praktische Umsetzung in der Schauküche
- Freie Nutzung der Trainingseinrichtungen
des Xundwärts Lauf- und Bewegungszentrums
- Abstimmung der Mahlzeiten auf das „Essbewusst“-
Programm während des Aufenthaltes
- 1 Nachbetreuungstermin inklusive Bioimpedanz-
analyse wahlweise im Moorheilbad Harbach oder
in den Beste Gesundheit-Partnerbetrieben
Lebens.Resort Ottenschlag und Gesundheits- und
Kurhotel Badener Hof.

*Dauer des Programms: 6 Einheiten an 5 Tagen
Mindestteilnehmer: 5 Personen
(gilt nicht bei bereits fixierten Terminen)*

Pauschalpreis pro Person ohne Nächtigung	€ 180,00
---	----------

Mit der langjährigen Erfahrung der ÄrztInnen und
DietologInnen im Moorheilbad Harbach wird den Gästen
die Möglichkeit geboten, ihr Wohlfühlgewicht zu er-
reichen und langfristig zu halten.

Das Programm wurde unter Einbeziehung von psycho-
logischen und medizinischen Komponenten entwickelt
und erfolgreich erprobt. Essbewusst ist die Grundlage
für das persönliche Wohlfühlgewicht und ein wesentlicher
Beitrag zur aktiven Gesundheitsvorsorge.
Jedes Kilo weniger bringt einen gesundheitlichen Vorteil.

Ihre persönliche Nachbetreuung

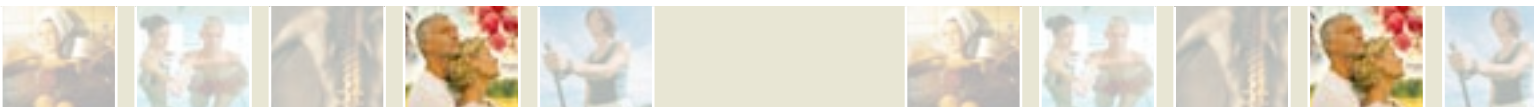
In der Umsetzungsphase nach dem Aufenthalt erhalten
Sie Ihre Erfolgsbestätigung durch einen Nachbetreuungs-
termin inklusive Bioimpedanzanalyse.

Lassen Sie sich neu motivieren und erfahren Sie, wie
Sie Ihr Ernährungsprofil zusätzlich optimieren können.
Nach dem Workshop stehen Ihnen an diesem Tag die
Freizeiteinrichtungen des jeweiligen Hauses zum Ent-
spannen und Wohlfühlen kostenfrei zur Verfügung.

*Nutzen Sie die Gelegenheit und ergänzen Sie
Ihr „Essbewusst“-Programm mit individuellen
Bewegungs- und Gesundheitsprogrammen.*

Bereits fixierte Termine 2009:

- 9. März bis 13. März 2009
- 22. Juni bis 26. Juni 2009
- 14. September bis 18. September 2009
- 14. Dezember bis 18. Dezember 2009
- Weitere Termine auf Anfrage





XUNDWÄRTS - DAS LAUF- UND BEWEGUNGSZENTRUM



Das Xundwärts – Lauf- und Bewegungszentrum ist eines der modernsten in Europa
Mit Hilfe eines hoch qualifizierten Teams aus ÄrztInnen, WissenschaftlerInnen und TherapeutInnen erhalten Sie Ihr ganz persönliches und maßgeschneidertes Bewegungskonzept.

XUNDWÄRTS - VITALITÄTSPROGRAMM

Programm für Hobby- und ProfisportlerInnen

Hotelleistungen und Programm

- 2 Übernachtungen mit Halbpension: Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Xund Drink zur Begrüßung

Medizinische und therapeutische Leistungen

- Xundwärts Fit-Check (Sportmedizinische Potenzialanalyse unter ärztlicher Leitung):
 - Ärztliches Beratungsgespräch
 - Ergometrie am Laufband oder Fahrrad
 - Lactatbestimmung
 - Besprechung der Untersuchungsergebnisse
 - Bestimmung des persönlichen Trainingsziels und Trainingsempfehlung
- Erklärung eines kontrollierten Trainings mit Pulsuhr
- Xundwärts-Zentrum das Analyse- & Trainingszentrum: Trainingseinrichtungen frei nutzbar
- Xundwärts-Parcour - die Bewegungsfreude im Motorik-Park®
- Xundwärts-Routen - die Lauf- und Nordic-Walking-Strecken: inklusive Kartenset
- Pulsuhr und Nordic-Walking-Stöcke für die Dauer des Aufenthaltes

Programm beliebig erweiterbar

	Nebensaison	Hauptsaison
Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 305,00	€ 325,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 331,00	€ 351,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 353,00	€ 373,00

NORDIC WALKING, ABER XUNDWÄRTS

Programm zum Entspannen und richtigen Erlernen von Nordic Walking

Hotelleistungen und Programm

- 2 Übernachtungen mit Halbpension: Xunder Genuss mit Frühstücksbuffet, Menüwahl, auch Reduktionskost und Vollwertküche, Salatbuffet
- Freie Benützung von Erlebnishallenbad, keramischem Dampfbad, Whirlpool und Saunalandschaft
- Xund Drink zur Begrüßung

Medizinische und therapeutische Leistungen

- Technik für optimales Nordic Walking: 2 Einheiten à 90 Minuten mit einem Nordic-Walking-Instruktor
- Xundwärts-Zentrum - das Analyse- & Trainingszentrum: Trainingseinrichtungen frei nutzbar
- Xundwärts-Parcour - die Bewegungsfreude im Motorik-Park®
- Xundwärts-Routen - die Lauf- & Nordic-Walking-Strecken: inklusive Kartenset
- Pulsuhr und Nordic-Walking-Stöcke für die Dauer des Aufenthaltes

Dieses Programm kann bei entsprechenden Schneeverhältnissen in adaptierter Form als Schneeschuhwandern gebucht werden.

	Nebensaison	Hauptsaison
Pauschalpreis pro Person im DZ	€ 173,00	€ 193,00
Pauschalpreis EZ - Hochwald	€ 199,00	€ 219,00
Pauschalpreis EZ - Sonnenhang	€ 220,00	€ 240,00

Ergänzen Sie diese Angebote nach Ihren individuellen Bedürfnissen mit den Xundwärts- Modulen von Seite 8.

EINKAUFEN BEI UNSEREN PARTNERN

Kristallstudio Erwin Weber: 3970 Hirschenwies 53, Tel. 02858/5236, weber@kristallstudio.at, www.kristallstudio.at

Filialen in Zwettl & Weitra
„Kristall-Shop“ im Moorheilbad Harbach

„Glas & Steine“ Kristallmanufaktur
Ing. Herbert Haumer: 3970 Lauterbach 47, Tel. 02858/5241, www.kristallmanufaktur.at, steinschmuck@chello.at

Filialen:
„Glas & Steine-Shop“ im Moorheilbad Harbach,
„Glas und Steine“: Rochusgasse 2, 1030 Wien

Boutique LAVIDO im Moorheilbad Harbach
Sportive Mode, Freizeit- und Bademode, Lauf- und Walkingausrüstung, MBT Schuhe, Souvenirs
3970 Harbach 36, Tel. 02858/5255-1656

Kaufhaus Herbert Krenn
3970 Harbach 36, Tel. 02858/5364
Kiosk im Moorheilbad Harbach

WOHNEN UND ESSEN BEI UNSEREN PARTNERN

Brauhotel Weitra:
3970 Weitra, Rathausplatz 6, Tel. 02856/2936-0, Fax DW 300, info@brauhotel.at, www.brauhotel.at

Pension Kristall:
Hirschenwies 53, 3970 Moorbad Harbach, Tel. 02858/5236, Fax DW 7, pension.kristall@xundheitswelt.at, www.xundheitswelt.at/pension.kristall

Waldpension Nebelstein:
Maißen 28, 3970 Moorbad Harbach, Tel. 02858/5231, Fax DW 16, waldpension.nebelstein@xundheitswelt.at, www.xundheitswelt.at/waldpension.nebelstein

Gasthof Pension Nordwald:
Hirschenwies 32, 3970 Moorbad Harbach, Tel. 02858/5237, Fax DW 19, froestl@pension-nordwald.at, www.pension-nordwald.at

Privatzimmer-Ferienwohnung Hertha Haumer:
3970 Lauterbach 60, Tel. 02858/5241, Fax DW 4

Gasthaus Holzmühle
3970 Lauterbach 40, Tel. 02858/5239, info@holzmuehle.at

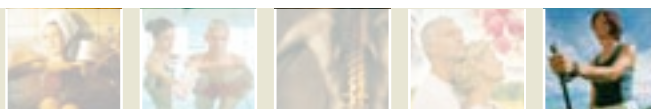


www.xundheitswelt.at

Xund sein und xund bleiben – mit dieser Philosophie setzt die Waldviertler Xundheitswelt mit den medizinischen Leitbetrieben Moorheilbad Harbach, Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs und Lebens.Resort Ottenschlag neue Maßstäbe im Bereich der aktiven Gesundheitsvorsorge.

Neben den klassischen therapeutischen Behandlungen positioniert sich die Xundheitswelt nicht nur als Wohlfühl-Oase mit speziellen Vorsorge-, Gesundheits- und Urlaubsangeboten, sondern mit „Xundwärts“ auch als Kompetenzzentrum für Lauf- und Walkingbegeisterte aller Altersgruppen.

Xundheitswelt-Betriebe: Moorheilbad Harbach, Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs, Lebens.Resort Ottenschlag, Brauhotel Weitra, Pension Nordwald, Pension Kristall, Waldpension Nebelstein



PARTNERSCHAFT FÜHRENDER NIEDER- ÖSTERREICHISCHER GESUNDHEITSBETRIEBE

www.beste-gesundheit.at

Profitieren Sie von hoher medizinischer Kompetenz und Wohlfühlambiente. Beste medizinische Betreuung in vielfältigen Behandlungsbereichen.

**BESTE
GESUNDHEIT**
DER WEG ZU MEHR WOHLBEFINDEN



NEU



- Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates
- Rehabilitation nach orthopäd. Operationen
- Wirbelsäulenzentrum: Vorsorge, Therapie und Rehabilitation
- Lebensstilmedizin
- Lauf- & Bewegungszentrum Xundwärts
- Ambulante physikalische Therapien im Gesundheitszentrum Zwettl



- Chronische Herzkrankheiten
- Behandlung nach Herzinfarkt
- Vor- und Nachbehandlung bei chirurgischen Eingriffen im Herz-Kreislauf-Bereich
- Durchblutungsstörungen
- Gesundheits-, Vorsorge- und Trainingsprogramme
- Sportmedizin
- Xundwärts-Parcour



- Gefäßerkrankungen
- Arterielle Durchblutungsstörungen
- Venenerkrankungen
- Funktionelle Gefäßerkrankungen
- Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates
- Vegetative Erschöpfungszustände
- Vorsorge Durchblutungsstörungen und Gefäßerkrankungen
- Behandlung mit natürlicher Kohlendensäure



- Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates
- Wirbelsäulen-Kompetenzzentrum
- Prävention chronischer Zivilisationserkrankungen durch antioxidative Wirkung des Schwefelheilwassers
- Schwefelheilwasser-Anwendungen als Bäder, Schlamm- und Trinkkur
- Gesundheits-, Vorsorge- u. Trainingsprogramme
- Badener Kurzentrum
- Römertherme



- Lebensstil-Medizin: Mentale Gesundheit, Ernährung, Bewegung
- Gender-Medizin: Beachtung geschlechtsspezifischer Unterschiede
- Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates
- Stoffwechselerkrankungen, insbesondere Diabetes mellitus
- Gesundheits- und Vorsorgeprogramme
- Xundwärts-Trainingsprogramme



3970 Moorbad Harbach
www.moorheilbad-harbach.at
Tel. +43(0)2858-5255-1620
info@moorheilbad-harbach.at



Kreuzberg 310, 3920 Groß Gerungs
www.herz-kreislauf.at
Tel. +43(0)2812-8681-0
info@herz-kreislauf.at



Am Kurpark 1, 2853 Bad Schönau
www.koenigsberg-bad-schoenau.at
Tel. +43(0)2646-8251-0
info@koenigsberg-bad-schoenau.at

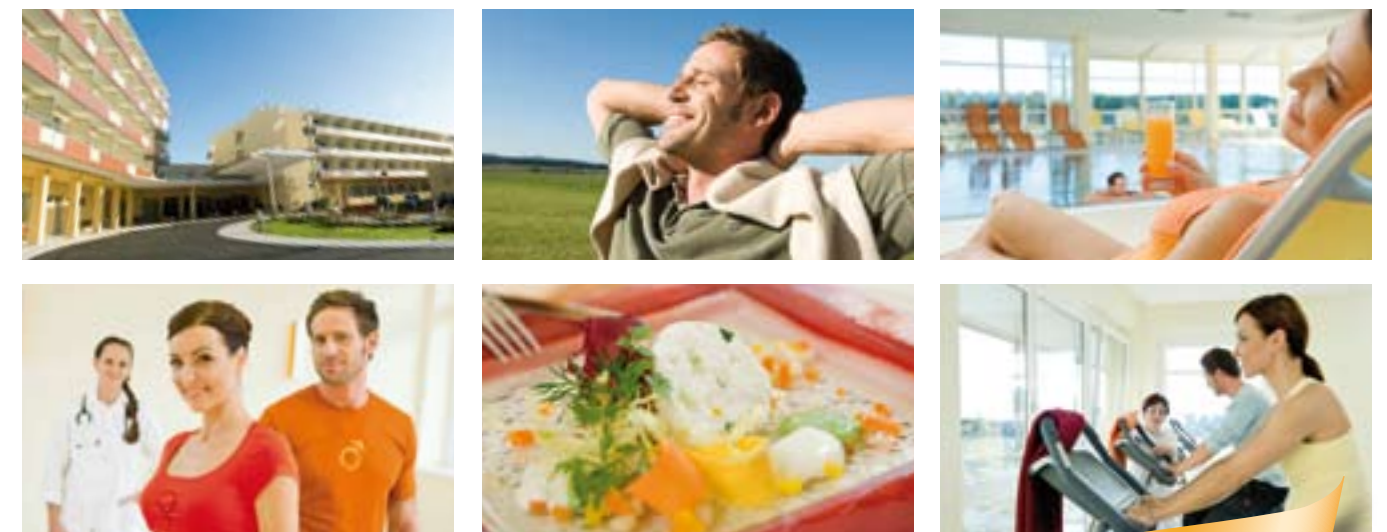


Pelzgasse 30, 2500 Baden
www.badenerhof.at
Tel. +43(0)2252-48580-0
info@badenerhof.at



Xundheitsstraße 1, 3631 Ottenschlag
www.lebensresort.at
Tel. +43(0)2872/20 0 20
info@lebensresort.at

Wir sind Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen.



Lebens.Resort Ottenschlag Das neue Gesundheitszentrum im Waldviertel

Information &
Folderbestellung
unter +43 (0) 2872 20 0 20
oder info@lebensresort.at

Neuer Partnerbetrieb von „Beste Gesundheit“ und Mitgliedsbetrieb der Xundheitswelt seit 26. September 2008 in Betrieb.

Neue Lebens.Qualität im neuen Lebens.Resort

„Lebensstil“ heißt das Zauberwort, um gesund zu werden und länger gesund zu bleiben. Dahinter verbergen sich medizinische Fakten. Denn die positiven Effekte von gesunder Ernährung, ausreichender Bewegung und mentaler Ausgeglichenheit sind vielfach wissenschaftlich belegt.

Der Weg zu einem gesünderen Leben muss aber nicht steinig sein – das kompetente Team aus ÄrztInnen, Psychologen, Diätologen, Sportwissenschaftlern, Pflegekräften und TherapeutInnen hilft, die ersten Schritte zu machen.

Das medizinisch-therapeutische Angebot: ärztliche, psychologische, diätologische und sportwissenschaftliche Diagnostik und Beratung, Bewegungstherapie, physikalische Therapie, Bäder und Packungen, Entspannungsverfahren und Massagen.

Zum Wohlfühlen, Entspannen und Genießen: stilvoller Wohlfühlbereich mit Saunen, Dampfbad, Innen- und Freibecken sowie Ruheräumen, eigener Beauty-Bereich, xunde kulinarische Genüsse mit regionalen Bio-Produkten im Rahmen der Xund-Genießer-Vollpension.

Das besondere PLUS: Wir kennen den kleinen Unterschied

Männer und Frauen haben unterschiedliche biologische, soziale und psychologische Voraussetzungen. Darauf hat sich das Lebens.Resort Ottenschlag spezialisiert. Das heißt: Die ExpertInnen des Lebens.Resorts sind speziell geschult, um auf die geschlechtsspezifischen Voraussetzungen konkret einzugehen.

Die Kompetenzen

Lebensstil-Optimierung unter Beachtung der Unterschiede zwischen Männern und Frauen

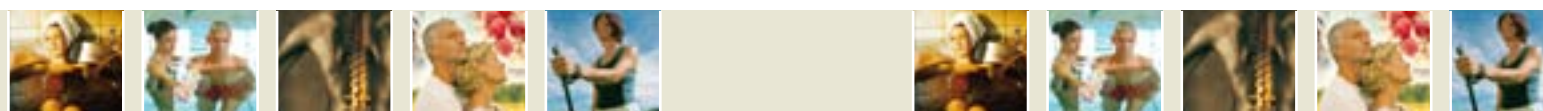
Behandlung von Beschwerden im Bewegungsapparat (Kur) – Partner der österreichischen Sozialversicherungen

Stoffwechselerkrankungen (besonders Diabetes Mellitus) – Partner der österreichischen Sozialversicherungen

Für Beste Gesundheit-Stammgäste:
Ihre Stammgäste-Vorteile gelten auch im Lebens.Resort Ottenschlag!



Lebens.Resort & Gesundheitszentrum GmbH
Xundheitsstraße 1, 3631 Ottenschlag
tel.: +43 (0) 2872 20 0 20, info@lebensresort.at, www.lebensresort.at





Großen Wert legt die Xundheitswelt auf gesunde und ausgewogene Ernährung. Die Speisen werden mit biologischen Produkten aus dem Ökologischen Kreislauf Moorbad Harbach zubereitet. So erleben Sie „xund“ zu genießen.



Tel.: +43(0)2858/5255-1650
E-Mail: info@xundheitswelt.at
Web: www.xundheitswelt.at

