

# Basenfasten oder Heilfasten im Vitalium Dr. von Plachy in Bad Lauterberg



**vom 31.03. – 07.04-2019**



Ruhig gelegen im wunderschönen Südharz, im traditionsreichen Kneippheilbad Bad Lauterberg, wird das Vitalium Dr. von Plachy von der Familie Dr. Hönck bereits in der 3. Generation von Ärzten geleitet. Es verfügt über eine große Badeabteilung für Kneippanwendungen, Wassertretbecken, 30°C warmes Schwimmbad, Sauna, Sonnenterrasse, Fitnesshalle, Aufzug und Notrufanlage. Hausdame und Arzt sind Tag & Nacht erreichbar!



Mehr Energie, weniger Gewicht: Mit einer schonenden Basenfasten-Kur geben wir dem Organismus die Möglichkeit zum Großputz - ohne uns hungrig und schlapp zu fühlen. Die Küchenchefin setzt das basenreiche Ernährungskonzept des Hauses schmackhaft und abwechslungsreich um.

## Leistungen:

- Transfer
- Übernachtung mit basischer Kost
- Tee steht jederzeit zur Verfügung
- Sprechstunden u. kurärztliche Betreuung
- Ernährungs- und Gesundheitsvorträge
- freie Benutzung von Fitnessbereich und Schwimmbad
- 1 kneippsche Anwendung täglich (außer So.), üblicherweise ein Wechselbad/-guß
- 1 x klassische Massage
- 4 x sportliches Munterwerden
- 4 x Wassergymnastik
- 2 x geleitete Entspannungseinheiten
- geführte Wanderungen
- Singabend
- Spieleabende
- gemeinsame Spaziergänge

Der Preis **pro Person** für die Kostform **Basenfasten**:

EZ zur Waldseite: 600,- Euro

EZ mit Südbalkon: 625,- Euro

EZ Südbalkon extra groß: 640,- Euro



Reisebegleitung  
Margret Oller-Arensmeier

Heilfasten, Vollwertkost und DZ Preise auf Anfrage möglich

**Wir wollen, dass Sie sich wohlfühlen. Die Fahrt eignet sich für alle, die nicht gerne alleine reisen wollen. Für Jung und Alt. Gönnen Sie Körper und Geist eine Auszeit!**

## Hinweise:

Bademantel und Handtücher liegen auf den Zimmern. Sauna ist gebührenpflichtig. Zusätzliche Angebote des Vitaliums können gebucht werden. Die Kosten trägt jeder selbst. Eine hausärztliche Verordnung (Rezept über Massage, Fango und Krankengymnastik) kann im Haus durchgeführt und abgerechnet werden. Kurtaxe muß vor Ort bezahlt werden.  
Mindestteilnehmer: 10 Personen



unterwegs...

**Auskunft und Anmeldung:**  
GemeindeSportVerband Hüllhorst e.V.

Löhner Straße 1- 32609 Hüllhorst  
Telefon 05744-2060/Fax 508947

info@gsv- huellhorst.de  
www. gsv- huellhorst. de