

# Preise, Pauschalen & Termine **2022**



★★★★S

KNEIPP-KURHAUS | ST. JOSEF  
MALLERSDORFER SCHWESTERN





Die Kraft der Kneipptherapie  
im St. Josef erfahren –  
wir verbinden diese in  
vielfältigen Gesundheitsangeboten...

Ein herzliches Grüß Gott  
im Kneipp-Kurhaus St. Josef –  
einer Quelle für Geist und Gesundheit...

Das Kneippkurhaus St. Josef empfängt Sie, zentral zur Stadtmitte gelegen und in nächster Nähe zum Kurpark, umgeben von einer großen (ca. 1,7 ha) Parklandschaft mit herrlichem, altem Baumbestand, großen Gartenflächen mit Schachspiel, Tautretwiesen, Liegewiesen und einem 5 Elemente Park.

Hier finden Sie Ihre persönlichen Ruheinseln.

Das Haus verfügt über 50 Einzel-, 11 Doppel- sowie 8 große 2- und 3-Zimmer Appartements, die alle mit Dusche, WC, SAT TV, Radio, Telefon und WLAN ausgestattet sind. Fast alle Zimmer verfügen über einen Balkon mit herrlichem Ausblick in eine unberührte Natur.

Waschmaschine und Trockner (Münzbetrieb) stehen Ihnen für Ihren gesamten Aufenthalt zur Verfügung. Auf Wunsch waschen und bügeln wir Ihre Wäsche gerne gegen Gebühr.

#### **Orte der Begegnung:**

Sie werden herzlich an unserer Rezeption empfangen und willkommen geheißen. Gönnen Sie sich ein paar Stunden in der gemütlichen Wohnhalle, ein Treffen mit Kaffeegenuss in der hellen und freundlich ausgestatteten Cafeteria. Ein Fernsehraum, 2 lichtdurchflutete Seminarräume und eine umfangreich sortierte Bibliothek stehen Ihnen während Ihres Aufenthaltes zur Verfügung.



**Kneipp** – die ganzheitliche Ausrichtung des Naturheilverfahrens nach Kneipp, hier im St. Josef traditionell und doch modern umgesetzt, ist das zentrale Element für die gesundheitsfördernde Wirkung. Das wertvolle Gut, das wir gerne an unsere Gäste weitergeben! Erleben Sie hier alle 5 Elemente der Kneippkur – Wasser – denn Wasser ist Leben – Wohltaten für die Seele – kulinarische Genüsse – duftende Kräuteraromen sowie Tatendrang und Freude, innere Ordnung spüren. Erfahren Sie diese ausgeglichene Kombination und kommen Sie an, am Quell der Gesundheit! Das Kneippkurhaus St. Josef ist ein anerkannter Kneipp-Kurbetrieb. Sie haben freie Auswahl bei der Wahl Ihres Kurarztes. Auf Wunsch sind wir Ihnen jederzeit bei der Vereinbarung eines Arzttermins behilflich.



#### **Kleine Information zu den Zimmer- und Arrangement-Preisen:**

In unseren Zimmer- und Pauschalpreisen sind die Vollpension (Frühstück, Mittag- und Abendessen) sowie die Nutzung unseres Hallenbades, des Saunabereiches, Fitness und die MwSt. enthalten.

Gerne können Sie **bei der Reservierung** das Zimmer nur mit Frühstück oder mit Halbpension buchen. In diesem Fall werden Ihnen Euro 6,00 pro nicht gebuchter Mahlzeit vorab bei der Buchung in Abzug gebracht.

**Bei Absage der Mahlzeiten während des Aufenthaltes kann keine Gutschrift gewährt werden!**

**Wir bitten dies zu berücksichtigen.**

#### **Freuen Sie sich – hier können Sie sparen!**

Nebensaison: 07.01.2022– 31.03.2022 und  
01.11.2022 – 20.12.2022

hier gewähren wir Ihnen pro Tag und Person einen Nachlass von Euro 5,00

Treuebonus: Ab dem 22. Tag Ihres Aufenthaltes  
schenken wir Ihnen zwei Urlaubstage!

### **Zimmerpreise pro Nacht: Einzelzimmer**

|                               |                  |
|-------------------------------|------------------|
| „Superior“ mit Balkon, Du/WC  | 98,00 Euro       |
| „Standard“ mit Balkon, Du/WC  | 93,00 Euro       |
| „Standard“ ohne Balkon, Du/WC | 83,00/86,00 Euro |
| „Standard“ nur WC, Balkon     | 78,00 Euro       |

### **Doppelzimmer**

|                              |             |
|------------------------------|-------------|
| „Superior“ mit Balkon, Du/WC | 176,00 Euro |
| „Standard“ mit Balkon, Du/WC | 170,00 Euro |

### **Appartement „1 Schlafzimmer“**

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| mit Balkon, Du/WC | 198,00 Euro |
|-------------------|-------------|

### **Appartement „2 Schlafzimmer“**

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| mit Balkon, Du/WC | 205,00 Euro |
|-------------------|-------------|

### **Zusatzbett im Zimmer**

|                     |            |
|---------------------|------------|
| jeglicher Kategorie | 72,00 Euro |
|---------------------|------------|

### **Preise für Kinder**

|              |                  |
|--------------|------------------|
| 0-2 Jahre    | frei             |
| 3-7 Jahre    | 35,00 Euro/Kind  |
| 8-13 Jahre   | 55,00 Euro/Kind  |
| ab 14 Jahren | reg. Zimmerpreis |

### **Parkplätze**

|                                      |                 |
|--------------------------------------|-----------------|
| Garage (elektr. Garagentor)          | 5,00 Euro / Tag |
| Stellplatz mit Überdachung           | 3,00 Euro/ Tag  |
| offene Parkplätze /<br>Fahrradgarage | kostenfrei      |

Alle Preise verstehen sich zzgl. des ortsüblichen Kurbeitrages.  
Preisänderungen behalten wir uns vor – Stand November 2021.





## *Gut zu wissen...*

Für die Freizeitgestaltung stehen Ihnen im Kneippkurhaus St. Josef verschiedenste Einrichtungen, Plätze und Möglichkeiten zur Verfügung:

- Helles Hallenschwimmbad mit Gegenstromanlage (Größe 11 m x 5,5 m, Wassertemperatur 29°C) zur Parkseite
- Saunabereich mit Finnischer Sauna, Dampfbad, Erlebnisduschen, Kneippbecken und Ruheraum, Getränkebar mit Teeauswahl, Wasser und Obst
- Kneipp'sches Wassertretbecken und Kneipp'sches Armbad in der Therapieabteilung
- Gymnastikraum und Fitnessraum mit Crosstrainer, Fahrradergometer, Sitzergometer, verschiedene Therapiegeräte für Krafttraining von Schupp.
- Aktive und kulturelle Angebote wie Nordic Walking, Smovey, Qi Gong, Entspannungsübungen, Autogenes Training, Muskelentspannung nach Jacobson, meditativer Tanz, Lichtermeditationen, Vorträge, Filmabende, Konzerte, verschiedene Seminare uvm.
- In der Hauskapelle tägliche Gottesdienste, Anbetung, Laudes und Vesper der Schwestern, spirituelle Angebote, Bibelgespräche, Möglichkeit der Beichte, begleitete Gespräche, Wanderungen im Schweigen, Fackelmeditationen
- Park von St. Josef mit altem Baumbestand, Ruheinseln, 5 Elemente Kneipp Garten mit Barfußweg, Sportgeräten, Wasserbereich mit Armbad-Guss Möglichkeit, Indikationen-Kräutergarten, Beet der Ernährung, Platz der inneren Ordnung, Gymnastik im Freien, Gradieranlage in 150 m Entfernung, Ort der Stille

*Einfach wohlfühlen...*

# Gesundheit

im Kneippkurhaus St. Josef erleben:

- Therapieabteilung mit allen Anwendungen der Kneipp'schen Hydrotherapie, Massagen, Fango, Fußreflexmassagen, Schröpfkopf, Schlingentisch, Krankengymnastik, Lymphdrainage, La Stone Massagen, Neu: Softpack und Whirlwanne
- Tiefenmuskelentspannung nach Dr. Jacobson
- Autogenes Training nach Prof. Dr. Schultz
- Qi Gong mit unserer Heilpraktikerin und Trainerin der Sebastian Kneipp Akademie Frau Herbst
- Christliche Meditationen mit Klangschale
- Kräutertage mit unserer Kräuterführerin Frau Gschwendtner
- Kosmetik „Naturelle“ und Fußpflege, Frau Carola Broßmann
- Hauseigener Park mit Kneipp'schen 5 Elemente Garten inkl. Kräutergarten und Trainingsgeräten. Aktives Erleben der 5 Säulen von Pfarrer Sebastian Kneipp, Ort der Stille
- Der wunderschöne Bad Wörishofer Kurpark (163.000m<sup>2</sup> Fläche) in unmittelbarer Nähe (100 m) von St. Josef bietet viel zu erleben: Barfußpfad 1550m mit 25 Stationen, Rosengarten – ein Dufterlebnis – mit über 550 verschiedenen Sorten, Gradieranlage, Osteowalk, Hainbuchen Pavillon, verschiedene Duft- und Aromengärten uvm...
- Täglich frische, saisonal abgestimmte regionale, mediterrane Küche mit Angeboten an Diät-, Reduktions- und vegetarischer Kost (Diätkoch DGE, Küchenmeister, Bad Wörishofer Diätstern und Vollwertdiplom)
- Für Spezial Diät- oder Ernährungsformen, wie z.B. Vegan, besondere Allergien- und Unverträglichkeiten berechnen wir einen Aufpreis von Euro 7,00 pro Person / Tag



*Wenn es dir gut tut, dann komm....*

Franz von Assisi

## Wissenswertes über unsere Pauschalkuren:

- Für innerhalb der Pauschalkuren nicht in Anspruch genommene Leistungen kann keine Rückvergütung gegeben werden.
- Bei Pauschalkuren stellen wir Ihnen aus reiserechtlichen Gründen keine detaillierte Rechnung über Arzt und Leistungen aus
- Badearztscheine sowie Rezepte können bei Pauschalkuren nicht angerechnet werden.

## Ambulante Badekur – offene Badekur:

- Pflichtleistung der Krankenkasse, Anspruch besteht alle 3 Jahre, nach Vorlage einer Kostenzusage Ihrer Krankenkasse, rechnen wir mit Ihrer Krankenkasse direkt ab
- Krankenkassen übernehmen 90% der Therapieleistungen, alle Badearztkosten und oftmals einen Zuschuss von ca. Euro 10,00 am Tag
- Der Eigenanteil und die Ordnungsgebühr müssen privat vor Ort bezahlt werden.

## Rezepte:

- Rezepte (**Hausarztrezepte nicht älter als 10 Tage**) mit Verordnungen über Teilmassagen, Lymphdrainagen, Krankengymnastik oder Fango rechnen wir gerne mit Ihrer Krankenkasse direkt ab
- Rezepte über Krankengymnastik können wir mit folgenden Krankenkassen abrechnen: AOK, alle VDEK, BEK, DAK, TTK, alle BKK, IKK, See- Krankenkasse, landwirtschaftliche Krankenkassen, Bundesknappschaft.



## **K**neipp zum Kennenlernen

### Pauschalkur 1

- 7 x Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Arztbesuch
- 2 x Teilmassagen
- 8 x Kneippanwendungen
- 2 x Bewegungstraining - Wassergymnastik, Trockengymnastik

#### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 820,- bis | 890,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 750,- bis | 785,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 764,- bis | 820,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 862,- bis | 921,- Euro |

## **K**neipp'sches Naturheilverfahren erleben & spüren

### Pauschalkur 2

- 14 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 2 x Arztbesuche
- 4 x Teilmassagen
- 16 x Kneippanwendungen
- 2 x Entspannungstraining  
z. B. Autogenes Training, Qi Gong
- 2 x Gruppengymnastik - Wassergymnastik, Trockengymnastik

#### Preise pro Person

|                                 |             |              |
|---------------------------------|-------------|--------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 1.610,- bis | 1.750,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 1.470,- bis | 1.540,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 1.498,- bis | 1.610,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 1.694,- bis | 1.813,- Euro |

## **K**neipp'sche Kurpauschale

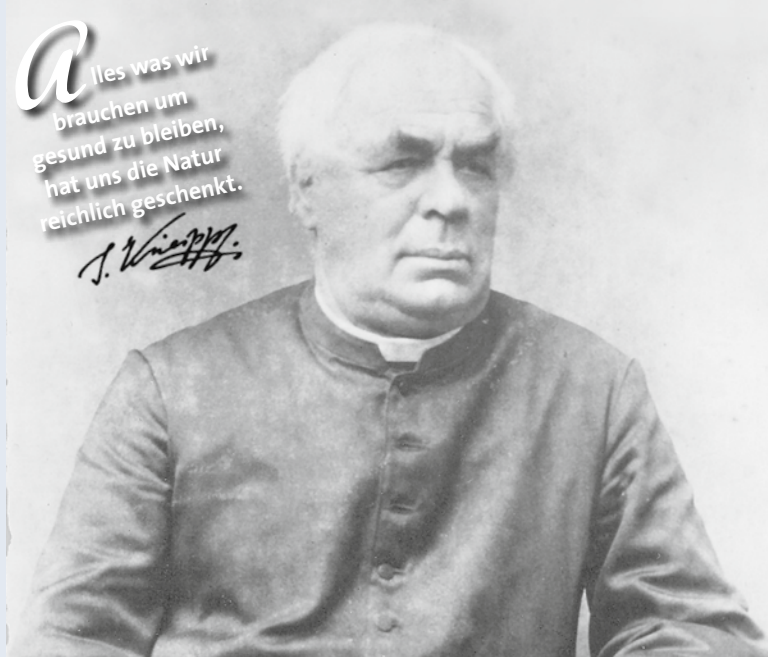
### Pauschalkur 3

- 21 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 3 x Arztbesuche
- 6 x Teilmassagen  
- alle verordneten Kneippanwendungen
- 3 x Wassergymnastik
- 3 x Trockengymnastik

#### Preise pro Person

|                                 |             |              |
|---------------------------------|-------------|--------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 2.475,- bis | 2.685,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 2.265,- bis | 2.370,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 2.307,- bis | 2.475,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 2.601,- bis | 2.779,- Euro |

*Alles was wir  
brauchen um  
gesund zu bleiben,  
hat uns die Natur  
reichlich geschenkt.*  
*J. W. Kneipp*





## Gesundheit - Vitalität - Bewegung

Kleine Josefskur - 14 Tage

- 14 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Arztbesuch
- 17 x Kneippanwendungen
- 2 x Wassergymnastik
- 2 x Gruppengymnastik

### Preise pro Person

|                                 |                          |
|---------------------------------|--------------------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 1.502,- bis 1.642,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 1.362,- bis 1.432,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 1.390,- bis 1.502,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 1.586,- bis 1.705,- Euro |

## Aktivwoche für Beine und Venen

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Arztbesuch
- 2 x Venengymnastik einzeln (KG – 25 Min.)
- 8 x Kneippanwendungen
- 1 x Veneninformation und Demonstration
- 1 x Muntermacher für müde Beine – Softpack 20min

### Preise pro Person

|                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 841,- bis 911,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 771,- bis 806,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 785,- bis 841,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 883,- bis 942,- Euro |

## Kneipp – Nachhaltig erfahren

Josefs-Kur - 21 Tage

- 21 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 2 x Arztbesuche
- 25 x Kneippanwendungen
- 3 x Wassergymnastik
- 3 x Gruppengymnastik

### Preise pro Person

|                                 |                          |
|---------------------------------|--------------------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 2.248,- bis 2.458,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 2.038,- bis 2.143,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 2.080,- bis 2.248,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 2.374,- bis 2.552,- Euro |

## Kneipp bietet viel mehr... Heilanzeigen der Kneippkur

- Herz-/Kreislauf- und Gefäßerkrankungen (z.B. Durchblutungsstörungen, Arterien- und Venenleiden)
- Störungen der Verdauungsorgane und des vegetativen Nervensystems
- Behandlung von Kopfschmerz, Migräne, Hörsturz-Erkrankungen und Tinnitus sowie chronische Beschwerden (Rückenschmerzen)
- Schlafstörungen, psychosomatische Störungen wie Erschöpfungszustände und Burn-Out
- Klimakterische Beschwerden
- Erkrankungen der Atemwege (z.B. chronische Bronchitis, allergische Atemwegserkrankungen)
- Stressfolgeerkrankungen wie Gastritis, Diabetes
- Rheumatische und degenerative Erkrankungen (z. B. Abnutzung der Wirbelsäule, der Gelenke, Osteoporose etc.) Nachbehandlung orthopädischer Erkrankungen
- Abhärtung und Kräftigung des Immunsystems und allgemeine Leistungssteigerung, Minderung der Stressanfälligkeit



Wasser



Bewegung



Ernährung



Pflanzen



Ordnung





## Kneipp intensiv erleben

- 3 x Kneippanwendungen (Oberkörperwaschung, Wadenwickel, Leibauflage)
- 5 x Kneipp'sche Schnuppergüsse
- 1 x Bewegung mit den Smoveyringen (60 Min.)
- 1 x Schweben in der Softpackliege (20 Min.)
- 2 x Gruppengymnastik
- 1 x Information (Montag) über die Wirkungsweise der Kneipptherapie und Tipps für zu Hause
- 1 x Kräutersäckchen „Heimische Kräuterschätze“ für Sie daheim

### Euro 135,00 pro Person und Kneipppaket

Bitte buchen Sie Ihr Zimmer/ Aufenthaltsdauer (ab 5 Nächten empfohlen) separat zum Kneipppaket dazu.

## Sebastian Kneipp Woche – Spezial

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 5 x Kneipp'sche Anwendungen
- 1 x Beinwickel
- 1 x Armbad mit Aromazusätzen
- 1 x Fußpackung mit Kräuteresenzen (10 Min.)
- 1 x wohltuende Fußmassage (20 Min.)
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 1 x Kneipp'sches Geschenkerl für Sie daheim

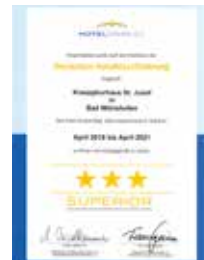
### Preise pro Person

|                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 795,– bis 830,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 725,– Euro           |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 739,– bis 760,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 837,– bis 861,– Euro |

## Monatlicher Kneipptag für unsere Gäste im Jahr 2022

Im Wechsel bieten wir jeden 1. Montag im Monat verschiedene Angebote rund um das Thema Kneipp an.

- Wasseranwendungen nach Kneipp mit unseren Therapeuten (bei schönem Wetter im Garten)
- Kneippsche Ernährungstipps für Zuhause – mit unserem Küchenchef Marcus Müller
- Kneippsche Vorträge (verschiedene Themen) – mit Frau Prinz oder Frau Wurm-Fenkl
- Wanderung Kneipp-Waldweg
- Kneipp-Informationen mit wertvollen Tipps für die Kur zuhause – mit Sr. Tamara







## Unsere Kurmittel-Preise 2022 (Auszug)

### Kneippanwendungen - Energie spüren

|                                                                       |         |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|
| Voll-, Dreiviertel- mit Zusatz auch Ölbad                             | 25,00 € |
| Halbbad mit Zusatz, auch Ölbad                                        | 19,00 € |
| Arm-/Fußbad, Guss, Halbbad, Waschungen, Blitzguss - kalt o. temp.     | 10,00 € |
| Sitzbad, mit Zusatz                                                   | 14,00 € |
| Wechselguss, Heißguss, Wechselfußbad, Wechselarmbad, mit /ohne Zusatz | 10,00 € |
| ansteigende Fuß- und Armbäder, Rücken warm                            | 12,00 € |
| Doppel-Wechselguss (z.B. AG + Nacken)                                 | 12,00 € |
| Lumbalguss, Wechselblitz-, Heißblitz- u. Segmentblitzguss             | 13,00 € |

### Auflagen und Wickel

|                                                                                               |         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Heublumensack, einzeln, (einmal verwendet)                                                    | 18,50 € |
| Beinwickel – Lehmplaster oder Quarkwickel                                                     | 12,00 € |
| Beinwickel – Lehmplaster oder Quarkwickel (beidseits)                                         | 16,00 € |
| Große Wickel (Kurz-, Unter- u. Oberwickel, Schal, Unter- u. Oberaufschläger,) mit/ohne Zusatz | 15,50 € |
| Mittlerer Wickel (Waden-, Beinwickel) mit/ohne Zusatz (Retterspitz) /einz.                    | 12,50 € |
| Mittlerer Wickel beidseitig                                                                   | 17,50 € |
| Brust-, Lendenwickel, Auflage, einzeln                                                        | 10,50 € |
| Spanischer Mantel                                                                             | 19,00 € |
| Teildampf oder Inhalationen                                                                   | 10,00 € |

## Massagen und Krankengymnastik

|                                         |         |         |
|-----------------------------------------|---------|---------|
| Teilmassage / Bindegewebsmassage        | 20 Min. | 22,00 € |
| Aromaölmassage – Teil                   | 30 Min. | 35,00 € |
| Colonmassage                            | 30 Min. | 30,00 € |
| Fußreflexzonen-Massage                  | 25 Min. | 30,00 € |
| Manuelle Lymphdrainage, Teilbehandlung  | 30 Min. | 30,00 € |
| Krankengymnastik / Atemtherapie         | 25 Min. | 27,00 € |
| Krankengymnastik am Schlingentisch      | 25 Min. | 29,00 € |
| Rückenschule einzeln                    | 30 Min. | 30,00 € |
| Venengymnastik + Arnikaeinreibung       | 25 Min. | 25,00 € |
| Faszien Training – verschiedene Übungen | 20 Min. | 25,00 € |

### Entspannungstherapie

|                               |             |         |
|-------------------------------|-------------|---------|
| Autogenes Training            | ca. 60 Min. | 10,00 € |
| Progressive Muskelentspannung | ca. 60 Min. | 10,00 € |
| Qi Gong                       | ca. 60 Min. | 10,00 € |
| Smovey Training Walking       | ca. 60 Min. | 10,00 € |
| Smovey Training Gymnastik     | ca. 30 Min. | 10,00 € |
| Gruppengymnastik              | ca. 45 Min. | 8,00 €  |
| Wassergymnastik               | ca. 45 Min. | 8,00 €  |

### Wohlfühlanwendungen

|                                    |         |         |
|------------------------------------|---------|---------|
| La Stone – Teilbehandlung          | 40 Min. | 50,00 € |
| Ganzkörper-Aroma-Öl-Massage        | 60 Min. | 60,00 € |
| Ganzkörper-Aroma-Bürstenmassage    | 60 Min. | 62,00 € |
| Kräuterstempel-Massage             | 75 Min. | 80,00 € |
| Whirlwanne – mit Aromazusätzen     | 20 Min. | 25,00 € |
| Softpack – schwerelos schweben     | 20 Min. | 23,00 € |
| Körperpackung in der Softpackliege | 30 Min. | 35,00 € |



## Eintauchen, loslassen und entspannen

Liebe Gäste,  
seit dem Jahr 2021 erleben Sie einen neuen Kneipp'schen Therapie und Wohlfühlbereich. Wir haben für Sie umgebaut und erweitert – pünktlich zum 200sten Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp! Genießen Sie unsere Neuheiten im Kneippkurhaus St. Josef...

## Softpackliege

Entspannen Sie in einem fast schwerelosen Zustand und entlasten Sie somit Gelenke, Becken, Wirbelsäule und Ihr gesamtes Knochengerüst. Die wohlige Wärme wirkt positiv auf die Muskulatur und bei rheumatischen Beschwerden und verbessert die Wirkstoffaufnahme der Haut.

Sehr gut geeignet ist die Softpackliege für Menschen mit Demenz, Depressionen, Schlafproblemen und innerer Unruhe, auch Spastiken können gelockert werden.

Schwerelos schweben in der Softpackliege (bitte kommen Sie in bequemer Kleidung) 20 Min. 23,00 €

Cremekörperpackung mit Kräuteressenzen Ihrer Wahl oder Moorpackung mit Ziegenbutter inkl. Ruhezeit in der Softpackliege 30 Min. 35,00 €

**Achtung:**  
Unsere Therapie – Massage und Kosmetikabteilung ist für Sie von Montag – Samstag geöffnet.  
Gerne vereinbaren wir für Sie an allen Wochentagen, außer am Sonntag individuelle Termine!

## Whirlwanne - Hydrotherapiewanne

Genießen Sie wohltuende Bäder mit oder ohne Whirlfunktion. Durch das einzigartige Funktionsprinzip der Hydroxurwanne wird die Luft dem Wasser mikrofein untergemischt. Die therapeutische Wirkung kann sich in der Lockerung von Verspannungen, Minderung von Rheuma und Arthritis, Verbesserung der Durchblutung, stimulierenden Effekt auf die Lymphbahnen und der Straffung des Bindegewebes zeigen. Ihre Sinne werden belebt.

Moormilchbad mit Arnika und Ziegenbutter (nicht in der Whirlwanne), wirkt entzündungshemmend, muskelentspannend, schmerzlindernd und rückfettend 20 Min. 25,00 €

Entspannen und Wohlfühlen in der Whirlwanne mit Kräuteressenzen Ihrer Wahl 20 Min. 25,00 €





## Wohlfühlwoche

Sich richtig wohlfühlen, etwas für Körper, Geist und Seele tun! Schöpfen Sie Kraft und Energie mit Kneipp, finden Sie Ruhe und Erholung. Hier erfahren Sie gesunde Wohlfühlanwendungen und ganzheitliche Entspannung.

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Mukabhyanga – ayurvedische Entspannungsmassage (30 Min.)
- 1 x Wohlfühlmassage Rücken mit Aromen (30 Min.)
- 1 x Schweben in der Softpackliege (20 Min.)
- 5 x Kneippanwendungen - durchblutungsfördernd
- 1 x entspannender warmer Rückenguss
- 1 x Wechselarmbad
- 1 x Entspannungstraining  
z. B. Autogenes Training oder Qi Gong
- 2 x Gruppengymnastik

### Preise pro Person

|                                 |       |     |       |      |
|---------------------------------|-------|-----|-------|------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 808,- | bis | 878,- | Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 738,- | bis | 773,- | Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 752,- | bis | 808,- | Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 850,- | bis | 909,- | Euro |

## Entspannt und Schön –

mit Kneippritualen und natürlicher Kosmetik

Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst! Erfahren Sie Erholung, Ruhe und Entspannung bei Wellness- und Schönheitsritualen. Unsere Naturkosmetik von Dr. Spiller in Verbindungen mit bewährten Kneippanwendungen steigert Ihr Wohlbefinden spürbar.

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Gesichtsbehandlung „Alpenrausch“ (70 Min.)  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, Augenpflege, regenerierende Maske, Entspannungsmassage mit Wildrosenöl und Abschlusspflege
- 2 x Wechselarm- oder Wechselfußbad mit Molke
- 5 x Kneippanwendungen mit  
Schönheitsguss/Gesichtsguss
- 1 x Verwöhn-Körperpackung in der Softpackliege 30 Min.
- 2 x Entspannungstraining wie z. B. Autogenes Training oder Qi Gong

### Preise pro Person

|                                 |       |     |       |      |
|---------------------------------|-------|-----|-------|------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 816,- | bis | 886,- | Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 746,- | bis | 781,- | Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 760,- | bis | 816,- | Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 858,- | bis | 917,- | Euro |



### Gäste Information:

Alle Pauschalen sind auch vorab bei der Reservierung mit Halbpension buchbar! Bei kurzfristiger Absage der Mahlzeiten kann keine Gutschrift gewährt werden.





## Zeit für mich – eine kurze Alltagspause...

Lassen Sie sich fallen und genießen Sie Zeit für sich und miteinander. Entfliehen Sie der Hektik des Alltags und lassen Sie sich verwöhnen. Austausch – Lachen – Genießen – Durchatmen – Kraft tanken. Sammeln Sie Energie und spannen Sie einfach aus!

- 2 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 2 x Kneipp'sche Schnuppergüsse
- 1 x Rosenquarzmassage  
Gesicht, Hals, Dekolleté (20 Min.)
- 1 x Rücken- oder Fußmassage (20 Min.)

Anreise möglich  
von Sonntag - Donnerstag

### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 241,- bis | 261,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 221,- bis | 231,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 225,- bis | 241,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 253,- bis | 270,- Euro |



## Verwöhntage im St. Josef

Im Urlaub innehalten, durchatmen und Kraft schöpfen. Erleben Sie erfrischende Momente. Gönnen Sie sich Entspannung, Erholung und Ruhe.

- 3 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 1 x warmer Rückenguss
- 2 x Kneippanwendungen
- 1 x Packung für den Rücken mit Moor und Ziegenbutter in Softpackliege (20 Min.)
- 1 x Kleine Gesichtsbehandlung „Wellness-Pause“  
40 Min. inkl. Hautbeurteilung, Reinigung, Peeling, Maske, Energiemassage

### Preise pro Person

|                                    |           |            |
|------------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC               | 383,- bis | 413,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC              | 353,- bis | 368,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC               | 359,- bis | 383,- Euro |
| Appartement<br>(mit Balkon, Du/WC) | 401,- bis | 426,- Euro |

Achtung:  
Anreise Sonntag  
bis Dienstag  
möglich!





## Kleine Auszeit - zu sich finden!

Entfliehen Sie ein paar Tage dem Alltag. Genießen Sie Ihre ganz persönliche Auszeit im Kneippkurhaus St. Josef. Lassen Sie sich verwöhnen, kommen Sie in den Genuss wohltuender Anwendungen, gesunder Küche, Wasser, Bewegung und innerer Ordnung. Stärken Sie sich – in jeder Weise!

- 5 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Shiatsu Energiedruckpunktmassage für Kopf, Gesicht und Nacken (20 Min.)
- 1 x La Stone Teilbehandlung (40 Min.)
- 2 x Wechselgüsse nach Kneipp
- 1 x Handmassage (15 Min.)
- 1 x Entspannungstraining

### Preise pro Person

|                                    |           |            |
|------------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC               | 553,- bis | 603,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC              | 503,- bis | 528,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC               | 513,- bis | 553,- Euro |
| Appartement<br>(mit Balkon, Du/WC) | 583,- bis | 625,- Euro |

## Kneipp'sche Entschlackungswoche

Ein neues Körpergefühl spüren und gesund entgiften! Regen Sie hier den Stoffwechsel an... Fühlen Sie sich vital und steigern Sie Ihre Leistungsfähigkeit.

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension (Reduktion, Obsttag und Reistag)
- 3 x Kneipp'sche Frühanwendungen (Lendenwickel, Ganzkörperwaschung, Oberaufschläger)
- 3 x Kneipp Wechselgüsse
- 3 x Leberauflagen
- 1 x Colonmassage (30 Min.)
- 1 x Aromabürstenmassage (60 Min.)
- 2 x Basische Fußbäder
- 1 x Fußreflexzonenmassage

### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 833,- bis | 903,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 763,- bis | 798,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 777,- bis | 833,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 875,- bis | 934,- Euro |



Anreise wenn  
möglich Sonntag (jedoch  
jeder Tag möglich)



## Fitness für den Rücken

Haben Sie sich auch zu viel „aufgeladen“ und leiden an Verspannungen der Hals- und Nackenmuskulatur? Die Wirbelsäule schmerzt? Möchten Sie Ihren Rücken stärken und die Probleme nachhaltig bekämpfen? Hier können wir helfen! Unsere Physiotherapeuten geben Ihnen wertvolle Tipps zur Mobilisation, Stabilisation, Haltung und Stärkung des Rückens. Kneippanwendungen sind hier ideal, unterstützend und bringen zusätzlich Entspannung und Entlastung.

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x individuelle Rückenschule zur Mobilisation oder Stabilisation (30 Min.)
- 1 x individuelle Rückenschule zur Haltung (20 Min.)
- 1 x Rückenmassage (20 Min.)
- 6 x Kneippwechselgüsse für den Rücken
- 2 x warme Auflagen für den Rücken
- 1 x Nordic Walking
- 1 x Gruppengymnastik
- 1 x MTT – Einführung in das Gerätetraining = Manuelle Trainingstherapie mit Geräten

**Wichtig: Diese Woche ist nur mit Bescheinigung von Ihrem Arzt buchbar!**

### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 809,- bis | 879,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 739,- bis | 774,- Euro |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 753,- bis | 809,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 851,- bis | 910,- Euro |

## Stammgästewochen – wir möchten „Danke“ sagen!

7 = 6 - wir schenken Ihnen einen Urlaubstag. Erleben Sie wunderbare, einfühlsame und erholsame Tage im Kneippkurhaus St. Josef. Besondere Momente erfahren Sie und kommen hier ganz zur Ruhe.

**Termine: Sa. 18.06.2022 – Sa. 25.06.2022**  
**Sa. 06.08.2022 – Sa. 13.08.2022**

- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Gartenfest mit Grill, Maltersdorfer Bier und Musik
- 1 x Kneippmeditation mit anschließendem Beisammensein
- 5 x Kneipp Wechselgüsse
- 1 x Wanderung auf Kneipp's Spuren
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 1 x Shiatsu Massage – Druckpunkt Energiemassage (25 Min.)

### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 709,- bis | 739,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 649,-     | Euro       |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 661,- bis | 679,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 745,- bis | 766,- Euro |







## Wandertage –

**Waldluftbaden mit Qi-Gong und Kneipp-Elementen mit  
Frau Maria Rück, Gesundheitspädagogin, zertifizierte  
Wald-Gesundheitstrainerin, Qi-Gong und Tai Chi-Lehrerin**

Erfahren Sie während dieser Tage, wie das Wandern, der Aufenthalt im Wald und die Heilwirkung der Waldatmosphäre optimal für Leib und Seele und mit Freude genutzt werden kann. Während des Wanderns werden Sie den Wald achtsam mit allen Sinnen erleben. Sanfte Qi-Gong-Bewegungen und Kneipp Elemente unterstützen Sie dabei. So finden Sie wieder innere Ruhe und aktivieren Ihre Selbstheilungskräfte. Es ist wissenschaftlich bewiesen, dass das Waldluftbaden unser Immunsystem stärkt und Stress abgebaut wird. Schon Pfr. Sebastian Kneipp hat Aufenthalte in der Natur und im Wald empfohlen. Der Bad Wörisher Kur- und Heilwald lädt uns in idealer Weise dazu ein.

**Termin: So. 12.06.2022 – Fr. 17.06.2022**

- 5 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1x meditativer Morgengang mit Sr. Tamara
- 5 x Kneipp-Anwendungen für die Venen und Beine
- 3 x Halbtagswanderungen (1 x Qi Gong Übungen auf einem besonderen Waldplatz, 1 x Kneippwaldweg, 1 x Allee der Jahresbäume zum Ort der Wald- und Naturwesen)
- 1 x Barfußweg im Kurpark
- 1x Abendlicher Impuls im Park von St. Josef mit den 5 Säulen von Pfr. Kneipp mit Sr. Tamara

**Wichtig:** Wir werden täglich ca. 3 – 5 km unterwegs sein, sodass eine körperliche Grundfitness erforderlich ist. Bitte denken Sie an wetterfeste bequeme Kleidung und Schuhe und bringen Sie ein Sitzkissen und evtl. eine Trinkflasche mit.

### Preise pro Person

|                                 |            |            |
|---------------------------------|------------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 650,– bis  | 675,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 600,– Euro |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 610,– bis  | 625,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 680,– bis  | 697,– Euro |





# Kräuter – wild, grün und voller Kraft -

mit Kräuterführerin Ulrike Gschwendtner  
(zertifizierte Kräuterführerin)



Die Blätter und Blüten vieler Wildkräuter und Bäume lassen sich in heilsamer und kulinarischer Weise verwenden. Dabei ist die Geschmacksvielfalt beachtlich und ein Erlebnis für jeden Gaumen. Die Verwendung als Heilpflanzen eröffnet den Kräutern ein neues Spektrum, der Zugang zur Pflanze über Märchen und Geschichten eine besondere Ebene.

**Termine: Do. 05.05. – So. 08.05.2022 → Schwerpunkt Entgiften**

**Do. 23.06. – So. 26.06.2022 } Gesundheit leben**  
**Do. 18.08. – So. 21.08.2022 }**

Kräuter-Paket:

- 1 x Kräuter - Wechsel Fuß- und Armbad
- 1 x Themen Kräuterführungen im Garten St. Josef (Lieblingskräuter und mein Freund der Baum)
- 1 x Kräuterführung Wildes Grün im Kurpark von Bad Wörishofen
- 1 x Kräutervortrag: Entgiften, Entschlacken und Genuss mit saisonalen Kräutern
- 1 x Workshop - Herstellung von Salbe und Essenz inkl. Skript für Ihre Hausapotheke
- 3 x Seelenberührungen – Pflanzenbotschaften und deren seelische Wirkung, erfahren Sie einen völlig neuen Zugang zu Pflanzen, Kräutern und Bäumen.

## Euro 120,00 pro Person und Kräuterpaket

Bitte buchen Sie Ihr Zimmer/ Aufenthaltsdauer  
(ab 3 Nächten empfohlen) separat zum Kräuterpaket dazu.

Der Anfang der Abhärtung bleibt immer  
das Barfußgehen. Es gewöhnt unsere Natur,  
unseren Körper am meisten an die Erde.

*J. Wiegand*

Anreise bis 14 Uhr!!  
Programm startet am  
Donnerstagabend ...

# Waldmeditation –

mit der heilenden Kraft der Natur sich selbst neu  
entdecken mit Frau Bertlies Adler - Phytotherapeutin

„Glaube mir, denn ich habe es erfahren. Du wirst mehr in den Wäldern finden als in den Büchern. Bäume und Steine werden dich lehren, was du von keinem Lehrmeister hörst.“  
(Bernhard von Clairvaux)

An diesem Wochenende dürfen Sie durchatmen und den Alltagsstress hinter sich lassen. Wir alle haben es schon gespürt: ein Aufenthalt im Wald tut uns gut. Wir werden der Frage nachgehen, warum das so ist und wie wir einen Waldaufenthalt noch besser für unsere physische und psychische Gesundheit nutzen können.

Sie lernen Atem-, Achtsamkeits-, und Entspannungsübungen für Zuhause, die Ihnen helfen abzuschalten und durchzuatmen. Bei unserer Wanderung lernen Sie zudem heilsame und schmackhafte Wildkräuter zum Thema „Durchatmen“ aus Wald und Wiesen kennen.

**Termin: Fr. 26.08.2022 – So. 28.08.2022**

- 2 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Einführung Waldbaden
- 1 x Aufenthalt im Wald mit Atem- und Entspannungsübungen
- 1 x Wanderung in den Wald mit Achtsamkeitsübungen und Heilpflanzen für Körper und Seele
- 1 x Wohlfühlbad in der Whirlwanne mit Kräuteresenzen, 25 Min.
- 1 x Armbad oder Fußbad mit Fichtenzusatz
- Abendlicher Austausch im Freien
- Impulse zum Tagesabschluss mit Sr. Tamara

Programm Beginn  
Freitag Nachmittag!

## Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 317,- bis | 327,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 297,-     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 301,- bis | 307,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 329,- bis | 336,- Euro |











## Ganzheitliches Fasten – Wohltat für Leib und Seele

Das Kneippkurhaus St. Josef mit seiner besonderen Atmosphäre, Ruhe, herrlichen Umgebung, seinen vielen Möglichkeiten wie... die... ganzheitliche... Kneipp'sche... Therapie,... Massagen, Verwöhnprogramme, Schwimmbad, Sauna, Fitness und vielem mehr, bietet ideale Voraussetzungen für ein ganzheitliches Fasten.

Wir bieten Ihnen verschiedenste Fastenseminare an. Hier entschlacken und entgiften Sie Ihren Körper nachhaltig und tun ihm etwas Gutes. Während aller Programme finden Sie Zeit um die wohltuenden und stärkenden Anwendungen im Haus zu nutzen und zu sich selber zu finden. Bei allen Fastenseminaren werden Sie von unseren sehr gut ausgebildeten Fastenleiter/-innen begleitet um nachhaltigen Erfolg zu erzielen.

### Fastenleitung:

- **Helga Balter**  
Fastenleiterin, Gesundheitspädagogin SKA, Krankenschwester
- **Henrike Vogel**  
Fastenleiterin, Gesundheitspädagogin SKA, Sozialpädagogin (FH)
- **Andreas Wuchner**  
Fastenleiter, Heilpraktiker, Meditationsleiter, Buchautor

Alle fünf Kneipp'schen Elemente erfahren Sie während der Fastenwochen. Bewegung, Ernährung, Kräuter, innere Ordnung und natürlich Wasser. Fasten und Kneipp – eine ideale Ergänzung! Beide Methoden greifen auf traditionelles Wissen zurück und wirken im Sinne ganzheitlicher Gesundheitspflege.

Die Fastenseminare finden in Eigenverantwortung statt. Teilnehmen können alle, die gesund und körperlich wie seelisch normal belastbar sind! Erstfaster, die älter als 65 Jahre sind, bitten wir um Rücksprache mit der Fastenleitung – vor allem bei der Fastenwoche für Gesunde! Bei Unklarheiten und Medikamenteneinnahme bitten wir um Abstimmung mit Ihrem Hausarzt.

**Erfahren und fühlen Sie die Wohltat des Fastens bei uns im St. Josef – Ihrer persönlichen Kraftquelle!**



## *F*astenwoche für Gesunde *nach Dr. Buchinger / Dr. Lützner*

**Fastenleitung: Frau Helga Balter und Frau Henrike Vogel**  
- für Fastenanfänger und Fastenerfahrene –

**Termin: Fr. 01.04.2022 - Fr. 08.04.2022**

In dieser Fastenwoche entschlacken und entgiften Sie Ihren Körper nachhaltig. Hier verzichten Sie eine gewisse Zeit auf feste Nahrung – Sie hungern nicht!

### Fastenkursinformationen:

- Ausführliche Fasteninformationen und Einführung in die Vollwerternährung
- Tägl. Meditativer Morgengang, Wanderungen, Bewegungsübungen zur Stressregulation
- Kennenlernen heimischer Heilkräuter und Teemischungen für Fastentees
- Information der Kneipp'schen Hydrotherapie über die Unterstützung des Fastenprozesses
- Entspannungsübungen, Impulse zur Lebensgestaltung, Stressprävention

### Fastenverpflegung:

- Ausgewählte Tees, Frucht- und Gemüsesäfte
- Frisch zubereitete Gemüsebrühe, Wasser und Mineralwasser

### Das Angebot beinhaltet:

- 7 Übernachtungen mit Entlastungs- und Aufbaumahlzeiten
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 5 x Kneippanwendungen
- Fastenbegleitung, Beratung, Seminargebühren  
im Wert von Euro 180,00  
im Preis enthalten.

### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 903,– bis | 938,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 798,–     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 812,– bis | 833,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 910,– bis | 934,– Euro |

**Verlängerungs-Tage  
mit  
Aufbaukost zubuchbar!**





## **K**neipp'sches Basenfasten nach den 5 Elementen *Kurzkur für Körper, Geist und Seele*

**Fastenleitung: Frau Helga Balter und Frau Henrike Vogel**

**Termin: So. 15.05.2022 – Sa. 21.05.2022**

Eine Woche in der Sie Ihre Kraftquellen entdecken, die Gesundheit stärken und Ihrer Lebensfreude Ausdruck geben. Alle 5 Elemente der Kneipp'schen Gesundheitslehre bieten durch Ihren ganzheitlichen Ansatz ideale Möglichkeiten zur Gesundheitsstärkung und Regeneration.

### **Fastenkursinformationen:**

- Bewusst genießen mit leichter, basenbetonter Vollwerternährung und anschaulicher theoretischer Einführung
- Täglicher meditativer Morgengang, die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen. Bewegungsübungen zur Stressregulation, tägliche Wanderungen
- Kennenlernen verschiedener Heilkräuter für gute Verdauung und stabiles Immunsystem
- Die heilende Kraft des Wassers in Theorie und Praxis erfahren
- Entspannungsübungen, Stressprävention, Impulse zur Lebensgestaltung

### **Das Angebot beinhaltet:**

- 6 Übernachtungen inkl. 3 basenreiche Mahlzeiten
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 5 x Kneippanwendungen
- Fastenbegleitung, Beratung, Seminargebühren im Wert von Euro 180,00 im Preis enthalten.

### **Preise pro Person und Arrangement**

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 810,– bis | 840,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 750,–     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 762,– bis | 780,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 846,– bis | 867,– Euro |

Bitte melden Sie alle  
Nahrungsmittelunverträglichkeiten  
vor jedem Fastenkurs bereits bei der  
Buchung an!





## Basen-Heilkost-Wandern

**Fastenleitung:** Herr Andreas Wuchner

**Termin:** So. 05.06.2022 – So. 12.06.2022

Das Weglassen befreit und lässt uns den Geschmack am Leben neu erfahren. Lassen Sie den Alltag hinter sich – atmen Sie ein – atmen Sie aus! Genießen Sie die einfache, basenbetonte Ernährung und erfahren Sie die „milde“ Ableitungsdiät nach den Grundsätzen von Dr. F.X. Mayr.

### Fastenkursinformationen:

- Leichte Wanderungen angepasst an die Gruppe
- Gymnastik, Meditation, Qi Gong, Entspannungsübungen
- Gemeinsames Essen in Stille
- Vorträge über das Fasten, die Gesundheit und die Ernährung.

### Fastenverpflegung:

- Milch, Malzkaffee, Kräutertees und Mineralwasser
- Quark, Hüttenkäse, Gemüsebrühe und Basensuppen
- Gemüse, Kursemmel, Kartoffeln, Mais, Reis, Nudeln

### Das Angebot beinhaltet:

- 7 Übernachtungen inkl. Entlastungs- und Aufbaumahlzeiten
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 5 x Kneippanwendungen
- Fastenbegleitung, Beratung, Seminargebühren im Wert von Euro 190,00 im Preis enthalten.

### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 913,– bis | 948,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 843,–     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 857,– bis | 878,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 955,– bis | 979,– Euro |

Bitte melden Sie  
Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei der Buchung  
vor dem Kurs an!!

## Fasten mit allen Sinnen nach Dr. F.X. Mayr

**Fastenleitung:** Herr Andreas Wuchner

**Termine:** Do. 24.02.2022 – Do. 03.03.2022

Fr. 04.11.2022 – Fr. 11.11.2022

Das Fasten mit Milch, Brot und Kräutertee regeneriert den Körper auf sanfte Art. Selbstheilungskräfte werden angeregt, die verfeinerten Sinne, das neue eingeübte Essverhalten vertiefen den Heilungsprozess und garantieren eine anhaltende Wirkung.

### Fastenkursinformationen:

- Gymnastik und Meditationen, angepasste Wanderungen
- Entspannungsübungen
- Gemeinsames Essen in Stille
- Vorträge über das Fasten, die Gesundheit und die Ernährung

### Fastenverpflegung:

- Milch, 2-3 Brötchen vom Vortag
- Kräutertees, Wasser und Mineralwasser

### Das Angebot beinhaltet:

- 7 Übernachtungen inkl. Entlastungs- und Aufbaumahlzeiten
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 5 x Kneippanwendungen
- Fastenbegleitung, Beratung, Seminargebühren im Wert von Euro 190,00 im Preis enthalten.

### Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 878,– bis | 913,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 808,–     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 822,– bis | 843,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 920,– bis | 944,– Euro |

Bitte melden Sie  
Nahrungsmittelunverträglichkeiten  
bei der Buchung vor dem Kurs an!!



# Mildes Heilfasten nach „Hildegard von Bingen“

**Fastenleitung:** Frau Helga Balter und Frau Henrike Vogel

**Termin:** Sa. 12.11.2022 – Fr. 18.11.2022

Sie erleben beim Hildegard-Fasten eine auf langer Tradition und Erfahrung beruhende schonende und nachhaltige Form des Fastens. Es werden dabei tiefgreifende Reinigungs- und Regenerationsprozesse in Gang gebracht. Die stärkende Wirkung auf Körper, Seele und Geist ist weit über die Fastentage hinaus spürbar.

## Fastenkursinformationen:

- Täglicher meditativer Morgengang und tägl. Wanderungen
- Die heilsame Kraft des Wassers in Theorie und Praxis erfahren
- Bewegungs- und Entspannungsübungen
- Vorträge und Informationen über Hildegard von Bingen

## Fastenverpflegung:

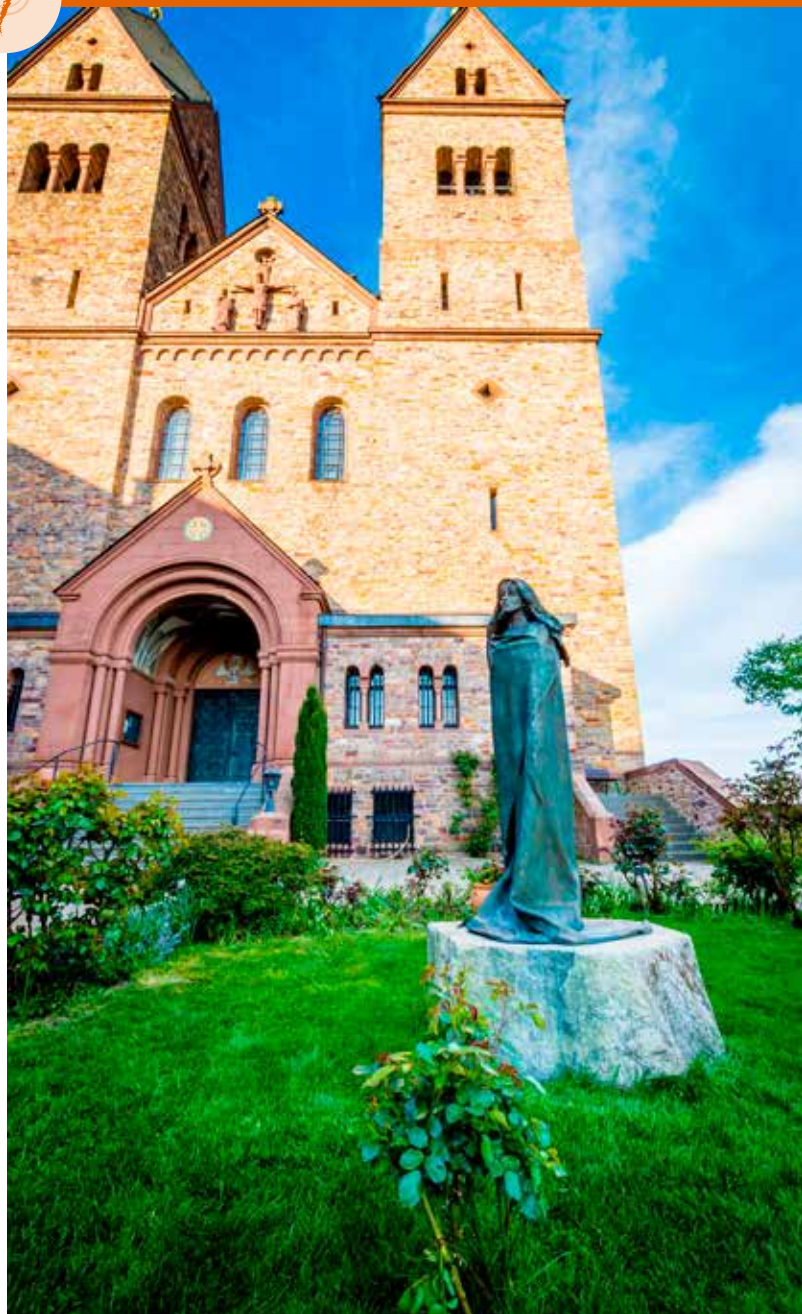
- Dinkelkaffee, Fencheltee und andere Kräutertees
- Dinkelbrei, Dinkelgemüsesuppen
- Trockenfrüchte, Äpfel, Gewürze und Zutaten nach Hildegard von Bingen

## Das Angebot beinhaltet:

- 6 Übernachtungen inkl. Fastenverpflegung VP
- 1 x Teilmassage (20 Min.)
- 5 x Kneippanwendungen
- Fastenbegleitung, Beratung, Seminargebühren im Wert von Euro 180,00 im Preis enthalten.

## Preise pro Person

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 780,- bis | 810,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 720,-     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 732,- bis | 750,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 816,- bis | 837,- Euro |







**Erst als ich daran ging,  
Ordnung in die Seelen meiner Patienten  
zu bringen, hatte ich vollen Erfolg.“**

*S. Kneipp*

Das Element der „inneren Ordnung“ aus den 5 Säulen der ganzheitlichen Kneipptherapie ist ein entscheidender und wesentlicher Punkt im Kneippkurhaus St. Josef bei den Mallersdorfer Schwestern. Es weist auf den Zusammenhang zwischen den seelischen Problemen und den körperlichen Erkrankungen hin. Pfarrer Kneipp hielt die Menschen dazu an „Ordnung“ in ihr Leben zu bringen.

**Vergesst mir die Seele nicht! – S. Kneipp**

Hier im Kneippkurhaus St. Josef, einem idealen Rückzugsort, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, Raum für diese innere Ordnung zu schaffen. Tägliche Gottesdienste in der Hauskapelle, die Gebetszeiten der Schwestern (Laudes und Vesper), das gemeinsame Gebet, die Anbetung, Zeiten der Stille, Meditationen, Lichterwege, Taizé Gebete und Gesänge, meditative Tanzangebote und unsere geistlichen Ansprechpartner/-innen die Ihnen, wenn Sie es wünschen, aufmerksam zur Seite stehen.

Hier finden Sie christliche Spiritualität für eine Quelle des Glaubens im Sinne Pfarrer Kneipps.

#### **Unsere täglichen Gottesdienstzeiten:**

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| Montag/Mittwoch/Donnerstag/ Freitag | 17.15 Uhr |
| Samstag Hl. Messe                   | 6.30 Uhr  |
| Samstag Vorabendmesse               | 17.00 Uhr |
| Sonntag und Feiertage:              | 9.00 Uhr  |

#### **Chorgebet der Schwestern:**

Laudes – Morgengebet:

|                                                 |          |
|-------------------------------------------------|----------|
| Montag/Dienstag/Mittwoch/<br>Donnerstag/Freitag | 6.30 Uhr |
| Sonntag                                         | 6.45 Uhr |

Vesper – Abendgebet:

|                  |           |
|------------------|-----------|
| Montag – Freitag | 16.45 Uhr |
|------------------|-----------|





## Erholungswochen für Priester und Diakone

**Geistliche Begleitung: Pfarrer Paul Ringseisen**

**Termine:** So. 03.04.2022 – Sa. 09.04.2022

So. 15.05.2022 – Sa. 21.05.2022

So. 09.10.2022 – Sa. 15.10.2022

So. 06.11.2022 – Sa. 12.11.2022

Das Kneippkurhaus St. Josef bietet ideale Voraussetzungen für Regeneration, Stabilisation und Prävention für Gesundheit, Körper und Geist.

### Finden Sie Ruhe und Gelassenheit:

- in der Hauskapelle
- mit verschiedensten Therapieangeboten sowie der Kneipp'schen nachhaltigen Gesundheitslehre
- Impuls – Austausch der Mitbrüder
- in einer besonderen, spirituellen und wohltuenden Atmosphäre

### Das Angebot beinhaltet:

- 6 Übernachtungen inkl. Vollpension
- geistlicher Impuls täglich nach dem Frühstück
- tägliche Eucharistiefeier, Abendlob mit Luzernar
- gemeinsamer Austausch, lockeres Beisammensein am Abend
- Seminargebühr

### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC 554,- bis 608,- Euro

EZ ohne Balkon, Du/WC 518,- bis 548,- Euro

Gerne können Sie ein Therapiepaket dazu buchen und Wohltat spüren:

- 5 x Kneippanwendungen
- 2 x Teilmassagen

**zum Preis von 90,- Euro  
pro Person und Paket**

# Kommt und ruht ein wenig aus...

Mk. 6,31





## Vergesst mir die Seele nicht –

Pfarrer S. Kneipp

Begleitete Woche mit Sr. Noemi Leitl –  
Gestaltpädagogin, Geistliche Begleitung,  
Sr. Adelind Schächtl – Gestalttrainerin, Supervisorin

*Termine: Fr. 25.03.2022 – So. 27.03.2022*

*Fr. 11.11.2022 – So. 13.11.2022*

„Im Alltagstrott kommt unsere Seele oft zu kurz....“  
Pfr. Sebastian Kneipp gibt uns Anregungen zur Hand.

Lebensordnung und Bewegung sind zwei wichtige Elemente des Naturheilverfahrens von Pfr. Sebastian Kneipp. Diese möchten wir zusammen mit Ihnen an diesen Tagen ansehen und vertiefen.

### Kursinformationen:

- Impuls am Morgen
- Meditationen mit Stationen im Kurpark nach den 5 Elementen von Pfr. Kneipp
- Austausch in der Gruppe
- Einzelgespräch nach Wunsch
- Kreatives Gestalten
- Abendlob

### Das Angebot beinhaltet:

- 2 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 1 x Kneipp'scher Schnupperguss
- 1 x Kneipp'scher Gesichtsguss
- Seminargebühr und Begleitung

### Preise pro Person und Arrangement

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 251,- bis | 261,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 231,-     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 235,- bis | 241,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 263,- bis | 270,- Euro |







## Christliche Meditation und sanfte Körperübungen mit Klangschalen erfahren

Hl. Franz von Sales hat an uns appelliert: „Ein halbe Stunde Meditation ist absolut notwendig, außer, wenn man sehr beschäftigt ist, dann braucht man eine ganze Stunde.“

**Seminarleitung:** Pater Augustinus Pham, OSB St. Ottilien  
Frau Andrea Wendel, Bingen

In diesen Tagen kommen wir in Ruhe und Gelassenheit in innerer Stille an. Damit können wir zum wesentlichen Kern unseres Seins gelangen, zu dieser Zunahme an Wohlergehen, die nachhaltig in unserem täglichen Alltag zur Geltung gelangt.

Erleben Sie im Kneippkurhaus St. Josef verschiedene Arten, bei sich selber anzukommen: Sitzen in der Stille, Gehmeditation im Garten, Körperübungen, Klangschalen, spirituelle Impulse, zeitweise Schweigen und Gottesdienst.

**Termin:** Fr. 25.11.2022 – So. 27.11.2022

### Das Angebot enthält:

- 2 Übernachtungen inkl. Vollpension - Anreise bis 15.30 Uhr
- 2 x Kneippanwendungen
- Meditationen, Klangschale am Morgen und Abend
- Körperübungen
- Gottesdienst
- Seminarleitung und Gebühr
- Nutzung von Hallenbad, Saunalandschaft, Fitness, Ruheräumen und 5 Elemente Garten

### Preise pro Person und Arrangement

|                                 |            |            |
|---------------------------------|------------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 281,- bis  | 291,- Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 261,- Euro |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 265,- bis  | 271,- Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 293,- bis  | 300,- Euro |

Überall, wo die Liebe Eingang  
findet, verwandelt sie unser Leben  
in Brennstoff.

Madeleine Delbrel





## Qi-Gong Workshop

Entspannen  
Loslassen – Auftanken

**Seminarleitung:** Frau Christa Herbst, Qi-Gong Übungsleiterin  
SKA, Heilpraktikerin, Shiatsu Praktikerin

**Termine:** Fr. 08.07.2022 – So. 10.07.2022

Qi-Gong ist eine „aktive“ Selbstheilungsmethode, ein Übungssystem aus der traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zur Gesundung und Gesunderhaltung des Menschen. Die Bewegungsweise und die Atmung sind langsam, ruhig und gleichmäßig. Die „innere“ Haltung ist gelassen, entspannt und freundlich sich selbst gegenüber. Die Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet, sie können im Stehen, Sitzen oder Liegen stattfinden. Der Einstieg in den Workshop ist jederzeit möglich.

### Das Angebot beinhaltet:

- 2 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 5 x Qi Gong Einheiten – Seminar je 45 Min.
- 2 x Kneippanwendungen
- 1 x Shiatsu Druckpunktmassage (25 Min.)
- Seminargebühr und Leitung

### Preise pro Person und Arrangement 2 Nächte

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 365,– bis | 375,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 345,–     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 349,– bis | 355,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 377,– bis | 384,– Euro |

## Qi-Gong im Kneippkurhaus

**Seminarleitung:** Frau Gabriele Annuß, Qi Gong Lehrerin,  
Ausbilderin, (anerkannt von der Deutschen Qi Gong Gesellschaft e.V.)

**Termin:** Fr. 29.04.2022 – So. 01.05.2022

Die weich fließenden Bewegungen des Qi Gong sowie sanfte Dehn-, Klop- und Streckübungen helfen uns, den Stoffwechsel anzuregen sowie die Organfunktionen und das Immunsystem zu stärken. Sie können zusammen mit bewusster Atmung und innerer Achtsamkeit zu mehr Entspannung, Ausgeglichenheit, Fitness und Vitalität führen. Die Übungen sind leicht zu lernen. Sie sind für Einsteiger und Fortgeschrittene, Frauen und Männer jeden Alters gut geeignet.

### Das Angebot beinhaltet:

- 2 Übernachtungen inkl. Vollpension
- 10 x Qi Gong Einheiten (à 60 Min.) mit Trainer
- 1 x Aroma Teilkörper Massage (30 Min.)
- 2 x Kneipp'sche Schnuppergüsse
- Begleitung, Seminargebühren im Wert von Euro 140,00 im Preis enthalten.

### Preise pro Person und Arrangement

|                                 |           |            |
|---------------------------------|-----------|------------|
| EZ mit Balkon, Du/WC            | 376,– bis | 386,– Euro |
| EZ ohne Balkon, Du/WC           | 356,–     |            |
| DZ mit Balkon, Du/WC            | 360,– bis | 366,– Euro |
| Appartement (mit Balkon, Du/WC) | 388,– bis | 395,– Euro |





# Herzlich Willkommen im *Naturelle* KOSMETIK



Lassen Sie sich von unserer Fachkosmetikerin Frau Carola Broßmann bei sanfter Musik und beruhigenden Düften in das Reich der natürlichen Schönheit und erholsamen Entspannung entführen. Erholen Sie sich von Ihrem Alltag, lassen Sie Ihre Seele baumeln und tanken Sie wieder Kraft bei einer Entspannungsmassage, ob

klassisch oder exotisch, wie z. B. einer Ayurveda-Massage, Shiatsu oder hawaiianischen Sinnesmassage.

Verwöhnen Sie Ihre Haut mit hochwertiger, wirksamer Hautpflege von **Jean d'Arcel** und **Dr. Spiller**, bestehend aus natürlichen Ölen und wertvollen Pflanzen- und Kräuterextrakten. Dabei steht die individuelle, auf Ihren Hauttyp ausgelegte Beratung und Behandlung an erster Stelle.

## Achtsamkeit – Kräuter – Natur

Ich freue mich auf Sie – Ihre Carola Broßmann  
Kosmetikerin und Wohlfühltherapeutin im Kneippkurhaus St. Josef

**JEAN D'ARCEL**  
COSMETIQUE

**Dr. Spiller**  
Pure SkinCare Solutions

### Termine/Stornierungen:

Wir bitten um Verständnis, dass Termine nur nach Vereinbarung vergeben werden können. Die Behandlungen finden in der Therapieabteilung im Kosmetik „Naturelle“ im Untergeschoss statt.

### Terminabsagen:

Terminänderungen oder –absagen bitte rechtzeitig in der Kosmetik, Therapie oder Rezeption melden.

1 Tag vorher -> 50% Stornogebühren

Am vereinbarten Behandlungstag -> 80% Stornogebühren

Nichterscheinen zum Termin/keine Absage ->

100 % Stornogebühren

### Gutscheine:

Für besondere Menschen ein besonderes und persönliches Geschenk. Verwöhn-Gutscheine im Kosmetik „Naturelle“ für alle Wellnessbehandlungen, Beautybehandlungen oder einen Schönheitstag direkt erhältlich.

### Bezahlung:

Hausgäste: Die Behandlungen werden auf Ihre Zimmerrechnung geschrieben.

Passanten: Sie können in bar oder per EC-Karte bezahlen.







## Gesichtspflege-Programm

### „Die Natur als Quelle der Schönheit“

Jeder Mensch ist individuell – jede Haut ebenfalls. Mit Fachkompetenz, persönlicher Beratung und fachgerechter Hautdiagnose stellen wir das auf Ihre persönlichen Hautbedürfnisse abgestimmte und individuelle Pflegeprogramm zusammen. Wir geben Ihrer Haut, was sie braucht und schenken Ihr neue Kraft und Vitalität.

## Gesichtsbehandlungen für Sie:

Gesichtsbehandlung „Wohlfühlmoment“ 40 Min. 41,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Ampulle, Massage  
und Abschlusspflege

Gesichtsbehandlung „Sanfte Berührung“ 50 Min. 50,00 €  
Bringen Sie Ihre Haut wieder in ein Gleichgewicht mit Pflegeprodukten für empfindliche Haut und Spezialprodukten gegen Couperose, Rosacea und Neurodermitis inkl. Reinigung, Ampulle, Rosenquarzmassage, Maske und Abschlußpflege

Gesichtsbehandlung „Natürlich schön“ 70 Min. 71,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen,  
Maske, Massage und Abschlusspflege

Gesichtsbehandlung „Alpenrausch“ 70 Min. 75,00 €  
Bio-Kosmetik von Dr. Spiller mit alpinen Pflanzenwirkstoffen inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, Augenpflege, regenerierender Maske, Entspannungsmassage mit Wildrosenöl und Abschlusspflege

Gesichtsbehandlung „Deluxe“ 90 Min. 92,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, Lifting-Wirkstoffkonzentrat, Augen- und Lippenpflege, kleine Druckpunktmassage, Spezial-Maske zur Straffung der Haut, Entspannungsmassage und Abschlusspflege

## Gesichtsbehandlungen für Ihn:

Gesichtsbehandlung „Männersache“ 60 Min. 60,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen,  
Ampulle, Druckpunktmassage, Maske und Abschlusspflege  
mit Produkten speziell für „Ihn“





## Extras für die Schönheit und Ihr Wohlbefinden:

**Ice-Ball-Massage** für das Gesicht (10 Min.) 10,00 €

- Stärkt die Hautelastizität
- Regt die Durchblutung an
- Beschleunigt die Aufnahme von Wirkstoffen in die Haut
- Vitalisiert und glättet die Haut

**Rosenquarzmassage** für Gesicht, Hals  
und Dekolleté (20 Min.) 20,00 €

- Rosenquarz stärkt Herz und Kreislauf
- Stein der Liebe • Belebt die Phantasie
- Löst innere Unruhe und schenkt ein Gefühl der Geborgenheit
- Beruhigt das Nervensystem

Brauen Korrektur 7,00 €

Brauen färben 7,00 €

Wimpern färben 8,00 €

Ampulle ab 7,00 €

Augenpflege 3,00 €

Depilation Oberlippe 8,00 €

Einschleusen von

Wirkstoffen mittels Ultraschall 8,00 €

## Wohlfühl-Programme

„Kneipp hautnah erleben“ 75min. 80,00 €

- 1 x Trockenbürstenmassage
- 1 x Körperpackung mit Kräuteresenzen
- 1 x Gesichtspflege „Natur pur“ inkl. Reinigung, Ampulle, Frische-Kick für die Haut mit Ice-Balls, harmonisierende Creme-Maske, Abschlusspflege

„Meine kleine Verwöhnzeit“ 60 Min. 60,00 €

Lassen Sie sich einfach fallen und denken Sie nur an sich

- 1x entspannendes Fußbad
- 1x Fußmassage zum Wohlfühlen
- 1x Gesichtspflege für Sie oder Ihn

„Ruhequell“ 75 Min. 78,00 €

Erleben Sie pure Entspannung, bringen Sie Ihre Lebensenergie zum Fließen und schweben Sie schwerelos

- 1x Aromaöl- Ganzkörpermassage (50 Min.)
- 1x Schweben in der Softpackliege (25 Min.)

„AYURVEDA“ – Körper in Balance 110 Min. 115,00 €

Bringen Sie Körper, Seele und Geist wieder in Einklang und befreien Sie Ihren Kopf von negativen Gedanken

- 1x Trockenbürstung für den Körper
- 1x Abhyanga – ayurvedische Ganzkörpermassage
- 1x Mukabhyanga – ayurvedische Entspannungsmassage für Kopf, Gesicht und Brust

„Ankommen und Entspannen“ 120 Min. 135,00 €

Spüren Sie intensive Pflege mit reinen Wirkstoffen aus der Natur und lassen Sie sich rundum verwöhnen

- 1x Aromalölmassage 30 min
- 1x Handmassage
- 1x Schweben in der Softpackliege 20 min
- 1x Gesichtsbildung „Natürlich schön“ inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, Maske, Massage und Abschlusspflege





## Schmeicheleien für Hände und Füße

|                                                                                          |         |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
| Maniküre                                                                                 | 40 Min. | 35,00 € |
| Intensivpflege für die Hände                                                             | 60 Min. | 50,00 € |
| (Handbad, Peeling, Formen der Nägel, Polieren, Nagelhautpflege, Packung und Handmassage) |         |         |

|                                                                                          |         |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
| Pediküre                                                                                 | 40 Min. | 35,00 € |
| Intensivpflege für die Füße                                                              | 60 Min. | 50,00 € |
| (inkl. Fußbad, Fußpeeling, Formen der Nägel, Nagelhautpflege, Fußpackung und Fußmassage) |         |         |

|               |        |
|---------------|--------|
| Aufpreis Lack | 5,00 € |
|---------------|--------|

|                  |        |
|------------------|--------|
| Aufpreis Massage | 7,00 € |
|------------------|--------|

|                                                                                                                                                                                                                            |         |         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
| Fußreflexharmonisierung                                                                                                                                                                                                    | 30 Min. | 25,00 € |
| Unsere Füße sind die Landkarte des Körpers. Durch sanfte Massage an den Fußsohlen werden die Selbstheilungskräfte aktiviert, Blockaden gelöst und somit ein freier Fluss der Energien durch den Körper wieder hergestellt. |         |         |



## Körpererlebnisse „Wohlfühlmassagen“

– nachhaltige Berührungen für Körper und Seele

**Aromaöl-Massage**  
Die wohltuende Massage mit wohligh duftenden Ölen nach Ihrer Wahl. Die reinen ätherischen Öle dringen tief in die Haut ein und steigern das allgemeine Wohlbefinden von Körper und Seele.

|                   |         |         |
|-------------------|---------|---------|
| Ganzkörpermassage | 50 Min. | 55,00 € |
| Teilkörpermassage | 30 Min. | 35,00 € |
| Hand/Armmassage   | 20 Min. | 20,00 € |
| Fuß/Beinmassage   | 20 Min. | 20,00 € |

**Aromaöl-Bürstenmassage** 60 Min. 62,00 €  
Durch die Verwendung von Bürsten wird die Haut von Hornzellen befreit, sie wird glatter und reiner. Der Lymphfluss wird aktiviert und Schlacken werden abtransportiert. Wohltuende Aromaöle pflegen die Haut.

**Shiatsu-Massage** (Kopf, Gesicht und Nacken) 25 Min. 29,00 €  
Eine sanfte Druckpunktmassage, die Anspannungen löst und die Lebensenergie zum Fließen bringt

**Mukabhyanga** 30 Min. 34,00 €  
– ayurvedische Massage für Brust, Gesicht & Kopf  
Lassen Sie Ihre Gedanken zur Ruhe kommen und genießen Sie beruhigende und harmonisierende Berührungen.

**Abhyanga** 60 Min. 68,00 €  
– ayurvedische Ganzkörpermassage  
Sie verbindet auf harmonische Art und Weise mehrere Techniken die der tiefen Entspannung und Vitalisierung des Körpers dienen.

**La Stone Teilkörperbehandlung** 40 Min. 50,00 €  
Intensive Warm-Kalt-Reize durch warme Basaltsteine und kalte Marmorsteine. Der Kreislauf wird aktiviert und belebt. Anspannungen werden gelöst und die Selbstheilungskräfte werden gestärkt.





**Sinnesmassage** 80 Min. 90,00 €  
aus der Südsee für Körper und Gesicht  
Fließende Streichungen und Dehnungen führen zu einer Durchblutung der Muskulatur und lösen sanft Blockaden. Der Energiefluß wird angeregt und Sie fühlen eine unbeschwerte Leichtigkeit.

**Kräuterstempelmassage** 75 Min. 80,00 €  
Pflegerische Öle, angenehme Wärme und aktivierende Kräuter regen den Stoffwechsel an und entgiften den gesamten Körper.  
Verspannungen in der Muskulatur werden sanft gelöst.

**Creme-Körperpackung** 30 Min. 29,00 €  
inkl. Ruhezeit  
Intensive Pflege mit natürlichen Wirkstoffen für die Haut, wohltuende Wärme und pure Entspannung

**Trockenbürstenmassage** 25 Min. 23,00 €  
Befreien Sie Ihre Haut von überschüssigen Hautzellen und erhalten Sie eine geschmeidige und zarte, gut durchblutete Haut.

**Körperpeeling** 30 Min. 23,00 €  
(inkl. Duschen) in der Softpackliege  
Befreien Sie ihre Haut von überschüssigen Hautzellen und erhalten Sie eine geschmeidige und zarte Haut

**Creme-Körperpackung** 30 Min. 35,00 €  
inkl. Ruhezeit in der Softpackliege  
Intensive Pflege mit natürlichen Wirkstoffen für die Haut, wohltuende Wärme und absolute pure Entspannung

**Creme-Körperpackung** 30 Min. 29,00 €  
(nicht in der Softpackliege)  
Intensive Pflege für Ihre Haut – nachhaltiges Wohlbefinden.

**Schweben in der Softpackliege** 20 Min. 23,00 €  
Für unsere körperliche Gesundheit ist nicht nur unser Geist wichtig, wie fit und stark z.B. unsere Muskeln sind. Meist vergessen wir einen bedeutsamen Punkt in unserem Inneren - die Organe. Die Soft-Pack-Liege entspannt Ihre Haut, und geht tiefer. Durch die sanften Schwankungen fühlt es sich an, als würde man schweben. Dies entlastet Organe und Stützapparat schafft nachhaltiges Wohlbefinden.





## Freude schenken mit unseren Gutscheinen

Überraschen Sie einen besonderen Menschen und verschenken Sie Gesundheit, Wohlbefinden und Erholung im Kneippkurhaus St. Josef über:

- einen Gesundheitsurlaub
- einen erholsamen Kurzaufenthalt
- unsere Urlaubsarrangements wie z.B. die Verwöhntage, die Wohlfühlwoche uvm.
- Kneipp- und Therapieanwendungen
- Kosmetik und Wellnessanwendungen aus unserem „Kosmetik Naturelle“



Wählen Sie aus unseren Angeboten genau das Richtige und Passende aus. Wir beraten Sie gerne und stellen Ihnen für verschiedenste Anlässe einen individuellen Gutschein aus.

Gutscheine sind bei der Bestellung vorab per Überweisung oder in bar zu bezahlen, erst dann erlangt der Gutschein seine Gültigkeit!

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Verschenken!  
Ihr St. Josef Team

## Es gibt noch viel zu erleben im St. Josef:

In regelmäßigen Abständen haben wir für Sie immer wieder neue Seminare, Workshops und Kurse wie z. B. unsere beliebten Smovey, Qi Gong und Klangschalen Workshops, die interessanten Kräutertage, Wandertage und das großartige Erlebnis Waldmeditation im St. Josef, Entschleunigung, Spirituelle Wochen mit geistlicher Begleitung in unserem Angebot.

Die Informationen hierüber, als auch über unsere Sonderaktionen, finden Sie aktuell auf unserer Homepage unter [www.kneippkurhaus-st-josef.de](http://www.kneippkurhaus-st-josef.de)

## Gut zu wissen – Informationen für Ihren Urlaub

### An-/Abreise

Ihr Zimmer steht Ihnen am **Anreisetag ab 15.00 Uhr** zur Verfügung. Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung wenn Sie am Ankunftstag bereits zum Mittagessen anreisen möchten. Diätformen bitte immer im Voraus bei Buchung mitteilen!

Am **Abreisetag bitten wir die Zimmer bis 10.00 Uhr** zu räumen und freizugeben.

An- und Abreise täglich von Montag – Sonntag.  
Rückvergütungen von Übernachtungstagen und Programmpunkten bei Pauschalangeboten, die nicht in Anspruch genommen wurden, können wir Ihnen leider nicht erstatten.

### Kurbeitrag

Die Stadt Bad Wörishofen erhebt pro Tag einen Kurbeitrag von 2,70 € pro Person.

### Reiserücktritt

Bis 6 Wochen vor Reiseantritt = Stornierung kostenfrei  
Ab 6 Wochen vor Reiseantritt = 60 % des Pensionspreises  
ab 1 Woche vor Reiseantritt = 80 % des Pensionspreises  
am Anreisetag = 100 % des Pensionspreises  
Alle Stornierungskosten berechnen wir sofern keine Weitervermietung möglich ist.

**Wir empfehlen, eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen, die die Ausfallkosten übernimmt.**

### Bezahlung

Die Gesamtrechnung (Proberechnung) wird ca. 1 Tag vor Ihrer Abreise erstellt. Den Betrag können Sie vor Ort in bar, EC-Karte, Mastercard, VISA oder per Überweisung im Vorfeld bezahlen.





**Mit der Bahn:** Bad Wörishofen hat einen eigenen Bahnhof mitten im Ort, von dem es Direktverbindungen nach Augsburg gibt. Mit nur einmal Umsteigen erreichen Sie München. Zugverbindungen und Platzreservierungen erhalten Sie bei allen Verkaufsstellen der Deutschen Bahn oder telefonisch unter 01806/996633 (20 ct/Anruf aus dem Festnetz, Tarif bei Mobilfunk max. 60 ct/Anruf).

#### **Neues Video-Reisezentrum am Bahnhof Bad Wörishofen**

Am Bahnhof in Bad Wörishofen wurde ein Video-Reisezentrum eingerichtet.

**Wie funktioniert das Video-Reisezentrum?** Der Gast stellt über eine Ruf-Taste im Video-Reisezentrum den Kontakt zu einem Reiseberater in der Zentrale her. Der Reiseberater erscheint auf dem Bildschirm und das Gespräch kann beginnen. Der Gast kann dabei die Aktivitäten des Beraters auf einem Monitor mitverfolgen. Die Bezahlung der Fahrkarte erfolgt am modifizierten Fahrkartenautomaten an der Seitenwand des Video-Reisezentrums. Akzeptiert werden Bargeld, Giro/Maestro-Karte und Kreditkarte.

#### **Öffnungszeiten:**

|                     |                  |
|---------------------|------------------|
| Montag:             | 7:00 - 19:00 Uhr |
| Dienstag - Freitag: | 7:30 - 19:00 Uhr |
| Samstag:            | 8:15 - 14:45 Uhr |
| Sonn- und Feiertag: | 8:15 - 13:45 Uhr |

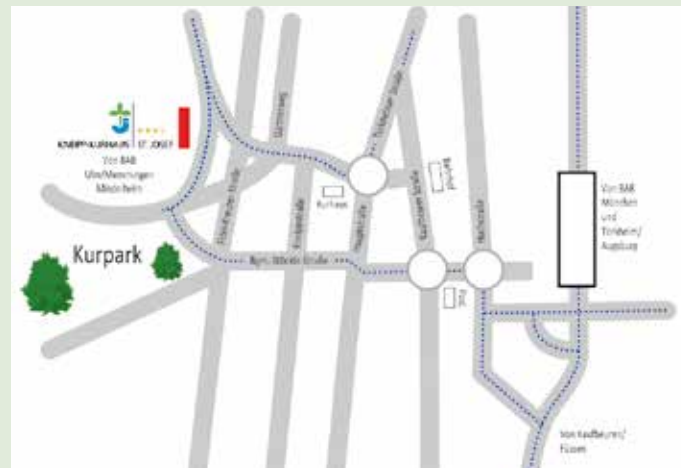
**mit dem Auto:** können Sie ganz bequem in die Kneippstadt reisen. Von der Autobahnausfahrt Bad Wörishofen sind es nur 5 km ins Zentrum von Bad Wörishofen.

**von Westen oder Norden** über die Autobahn A8 und A7 Stuttgart-Ulm-Memmingen, Ausfahrt Memmingen Nord, weiter über die A96 in Richtung München bis Ausfahrt Bad Wörishofen

**von Nordosten** über die Autobahn A9 Nürnberg-München, Kreuz München-Nord auf die A99, weiter über die A96 Richtung Lindau bis Ausfahrt Bad Wörishofen

**von Osten** über die A8 München - Salzburg auf die A96 bis Ausfahrt Bad Wörishofen

**von Süden** über die A96 Lindau in Richtung München oder die Bundesstraße 16 ab Füssen



Alle Informationen zum Thema Datenschutz finden Sie auf [www.kneippkurhaus-st-josef.de](http://www.kneippkurhaus-st-josef.de).  
Es gelten die gültigen AGB's des Kneippkurhaus St. Josef. Stand November 2021, Änderungen vorbehalten.



*W*ir heißen Sie bei uns  
herzlich willkommen!



Adolf-Scholz-Allee 3 • 86825 Bad Wörishofen  
Tel. 08247/308-0 • Fax 08247/308-150  
[info@kneippkurhaus-st-josef.de](mailto:info@kneippkurhaus-st-josef.de)  
[www.kneippkurhaus-st-josef.de](http://www.kneippkurhaus-st-josef.de)

