



★★★★S

KNEIPP-KURHAUS | ST. JOSEF  
MALLERSDORFER SCHWESTERN

Preise, Pauschalen & Termine  
**2024**





Wenn es dir gut tut,  
dann komm.

Franz von Assisi



Ihre Quelle  
für Geist und Gesundheit





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

Das Kneipp-Kurhaus St. Josef und das Haus Franziskus empfangen 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, Tautretwiese, Liegewiesen und einem Kneipp'schen 5 Elemente Park. Hier finden Sie Ihre ganz persönlichen Ruheinseln.

Die ganz persönliche und herzliche Gastfreundschaft der Maltersdorfer Schwestern und unseren Mitarbeitenden begleitet Sie durch Ihren Aufenthalt. Gönnen Sie sich ein paar Stunden in der gemütlichen Wohnhalle, ein Treffen mit Kaffeegenuss und Snacks in der hellen und freundlich ausgestatteten Cafeteria. Ein Fernsehraum, drei lichtdurchflutete Seminarräume, ein Meditationsraum und eine umfangreich sortierte Bibliothek stehen Ihnen während Ihres Aufenthaltes zur Verfügung.





### Neu seit April 2023:

**Haus Franziskus** – das neu gebaute Haus Franziskus befindet sich direkt angebunden an das Haus St. Josef.

Genießen Sie das Ambiente in einem kleinen, persönlichen Haus mit 11 Einzel- und 6 Doppelzimmern der Kategorie Superior, die alle über einen Balkon mit Blick in die weite Natur verfügen. Die stimmungsvollen und komfortabel eingerichteten Zimmer sind mit Dusche, WC, SAT TV, Radio, Telefon, WLAN, Safe und kleinem Kühlschrank ausgestattet.

Ein lichtdurchfluteter Seminarraum, der Ihnen eine Vielfalt von Möglichkeiten bietet - wie z.B.: für Oasentage, Exerzitien für Ordensleute oder Ihre Mitarbeiter, Besinnungstage, Tagungen oder Fortbildungen steht Ihnen im Haus Franziskus zur Verfügung. Angrenzend an diesen befindet sich ein modern gestal-

tes Restaurant mit großzügigem Büffetbereich und einer Terrasse, sowie direktem Zugang zu unserem weitläufigen Park. Hier dürfen Sie sich immer wieder bei guter Esskultur oder Kaffeepausen verwöhnen lassen.

Begriffe wie Achtsamkeit, Meditation, Bewusstsein, innere Ruhe sind im Haus Franziskus nicht nur Worte. In unserem puristischen, klaren Meditationsraum mit Blick in die freie Natur dürfen Sie neue Perspektiven erfahren, Kraft schöpfen und ganz zur Ruhe kommen.

Entdecken Sie Neues und schöpfen Sie bei verschiedenen Möglichkeiten Kraft – egal ob bei einem Erholungsaufenthalt oder einer Kneippkur, einer Auszeit oder bei einem Seminar. Gerne dürfen Sie für Ihre Veranstaltung das gesamte Haus Franziskus buchen. Hier können Sie ganz unter sich sein!



Das St. Josef mit dem Haus Franziskus verfügt über 63 Einzel-, 17 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.

### Neu ab 2024 – unsere Kneipp’sche Verwöhn Pension

Im Rahmen der **Kneipp’schen Verwöhn Pension** bieten wir Ihnen ein reichhaltiges Frühstücksbuffet mit Vitalecke sowie ein 4-Gang-Mittagsmenü mit 2 verschiedenen Hauptgängen zur Auswahl an.

Abends steht Ihnen unser Büffet mit wechselnder Auswahl von Suppentopf, kleine Salatvariationen, Brotzeitbrettl, warmer Hauptgang sowie Dessert zur Verfügung.

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

In unseren Zimmer- und Arrangement Preisen sind die Kneipp’sche Verwöhn Pension (Frühstück, Mittagsmenü und Abendbüffet) sowie die MwSt. und alle St. Josef Inklusiv Leistungen enthalten.

Am Anreisetag beginnt Ihre Verwöhn Pension mit dem **Abendessen** und endet am Abreisetag mit dem **Frühstück**.

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

**Wir bitten dies zu berücksichtigen.**

Gerne können Sie bei der Reservierung das Zimmer nur mit Frühstück buchen. In diesem Fall reduziert sich der Zimmerpreis um 16,00 Euro pro Person und Nacht.

### Treuebonus – länger bleiben lohnt sich!

Bei einem Aufenthalt ab 24 Nächten schenken wir Ihnen die letzten 2 Nächte.

Das Angebot gilt nicht für Pauschalen und ist auch nicht mit diesen kombinierbar.

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

## Zimmerpreise 2024

### Preise pro Person und Nacht inkl. Kneipp’scher Verwöhn Pension

Hauptsaison: 01.04.2024 – 31.10.2024 | 21.12.2024 – 06.01.2025  
Nebensaison: 07.01.2024 – 31.03.2024 | 01.11.2024 – 20.12.2024

### Einzelzimmer

„Superior“ mit Balkon, Du/WC	125,00 Euro
„Standard“ mit Balkon, Du/WC	115,00 Euro
„Standard“ ohne Balkon, Du/WC	105,00/110,00 Euro
„Standard“ nur WC, Balkon	93,00 Euro

### Doppelzimmer

„Superior“ mit Balkon, Du/WC	120,00 Euro
„Standard“ mit Balkon, Du/WC	110,00 Euro

### Appartement „1 Schlafzimmer“

mit Balkon, Du/WC	130,00 Euro
-------------------	-------------

### Appartement „2 Schlafzimmer“

mit Balkon, Du/WC	140,00 Euro
Zusatzbett im Zimmer jeglicher Kategorie	85,00 Euro
Late Check out – bis 17 Uhr buchbar nach Verfügbarkeit	35,00 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)	8,00 Euro/Tag
Stellplatz mit Überdachung	5,00 Euro/Tag
offene Parkplätze / Fahrradgarage	kostenfrei

Alle Preise verstehen sich zzgl. der örtlichen Kurtaxe

Preisänderungen behalten wir uns vor – Stand September 2023.

In der Nebensaison reduzieren sich unsere

Pensionspreise um 5,00 Euro pro Person und Nacht.

## **Jhr Plus** – die St. Josef Inklusivleistungen:

- **Kneipp´sche Verwöhnepension** inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet mit Vitalecke sowie ein 4-Gang-Mittagsmenü mit 2 verschiedenen Hauptgängen zur Auswahl. Abends bieten wir Ihnen ein kleines Schmankerlbüffet an
- 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. für besondere Allergien- und Unverträglichkeiten berechnen wir einen Aufpreis von Euro 12,00 pro Person und Nacht - gilt nicht für Gluten- und Laktoseintolleranz.
- 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.
- 1 x wöchentlich kostenfreie Einweisung in die Geräte durch einen Therapeuten.
- Abgeschlossener Fahrradraum mit Lademöglichkeiten für E-Bikes.
- Aktive Angebote wie z. B. Fit in den Morgen – Morgengymnastik
- Kulturelle Angebote wie meditativer Tanz, Lichtermeditationen, Vorträge, Filmabende, Konzerte, verschiedene Seminare uvm.
- Nutzung eines Gästepc's mit Drucker, kostenfreies W-Lan
- Bibliothek mit interessanter Bücherauswahl und kostenfreien Tageszeitungen
- In der Hauskapelle tägliche Gottesdienste, Anbetung, Laudes und Vesper der Schwestern, spirituelle Angebote, Bibelgespräche, Möglichkeit der Beichte, begleitete Gespräche, Wanderungen im Schweigen, christliche Meditationen
- 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, 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 1550 m mit 25 Stationen, Rosengarten – ein Dufterlebnis – mit über 550 verschiedenen Sorten, Gradieranlage in 150 m Entfernung, Osteowalk, Hainbuchen Pavillion, verschiedene Duft- und Aromengärten uvm...



# Die Kraft der Kneipptherapie erfahren – stärken Sie im St. Josef Ihr Immunsystem nachhaltig!

## Gesundheit im Kneipp-Kurhaus St. Josef erleben:

**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. Ein wertvolles Gut, das wir gerne an unsere Gäste weitergeben! Erleben Sie hier alle 5 Elemente der Kneippkur: Wasser – denn Wasser ist Leben, Kulinarische Genüsse, duftende Kräuteraromen, Bewegung - Tatendrang und Freude, Wohltaten für die Seele - innere Ordnung. Erfahren Sie diese ausgeglichene Kombination und kommen Sie an, am Quell der Gesundheit! Das Kneipp-Kurhaus St. Josef ist ein anerkannter Kneipp-Kurbetrieb. Sie haben freie Kurarztwahl. Auf Wunsch sind wir Ihnen jederzeit bei der Vereinbarung eines Arzttermins behilflich.

### Gesundheit+ im St. Josef für Sie:

- Moderne Therapieabteilung mit allen Anwendungen der Kneipp'schen Hydrotherapie, Massagen, Fango, Fußreflexmassagen, Schröpfkopf, Schlingentisch, Krankengymnastik, Lymphdrainage, La Stone Massage, Softpack und Whirlwanne
- Tiefenmuskelentspannung nach Dr. Jacobson; Autogenes Training nach Prof. Dr. Schultz
- Qi Gong mit unserer Heilpraktikerin und Qi Gong Trainerin der Sebastian Kneipp Akademie
- Nordic Walking, Smovey, Wirbelsäulengymnastik, Atemgymnastik, Faszientraining uvm.
- Kosmetik „Naturelle“ und Fußpflege, Frau Carola Broßmann



Dr. Spiller  
Pure SkinCare Solutions

JEAN D'ARCEL  
COSMÉTIQUE

### 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 zu Beginn Ihres Aufenthaltes, rechnen wir mit dieser direkt ab
- Krankenkassen übernehmen 90% der Therapieleistungen, alle Badearztkosten und oftmals einen Zuschuss von ca. Euro 10,00 am Tag für die Übernachtung
- Der Eigenanteil und die Ordnungsgebühr müssen privat vor Ort bezahlt werden.

### Rezepte:

- Rezepte (**Hausarztrezepte nicht älter als 10 Tage**) mit Verordnungen über Teilmassagen, Lymphdrainagen, Manuelle Therapie, 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, TKK, alle BKK, IKK, See- Krankenkasse, landwirtschaftliche Krankenkassen, Bundesknappschaft.
- **Ab 14-tägigem Aufenthalt akzeptieren wir 1 kassenärztliches Rezept mit maximal 6 Anwendungen**

## Kneipp zum Kennenlernen

### Pauschalkur 1

- 7 x Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Arztbesuch
- 2 x Teilmassagen à 20 Min.
- 8 x Kneippanwendungen
- 2 x Bewegungstraining - Wassergymnastik, Gruppengymnastik

#### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	945,- bis 1.015,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	868,- bis 945,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	892,- bis 962,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	980,- bis 1.085,- Euro

## Kneipp'sche Kurpauschale

### Pauschalkur 3

- 21 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 3 x Arztbesuche
- 6 x Teilmassagen à 20 Min.  
- alle verordneten Kneippanwendungen
- 3 x Wassergymnastik
- 3 x Gruppengymnastik

#### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	2.835,- bis 3.045,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	2.604,- bis 2.835,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	2.677,- bis 2.887,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	2.940,- bis 3.255,- Euro

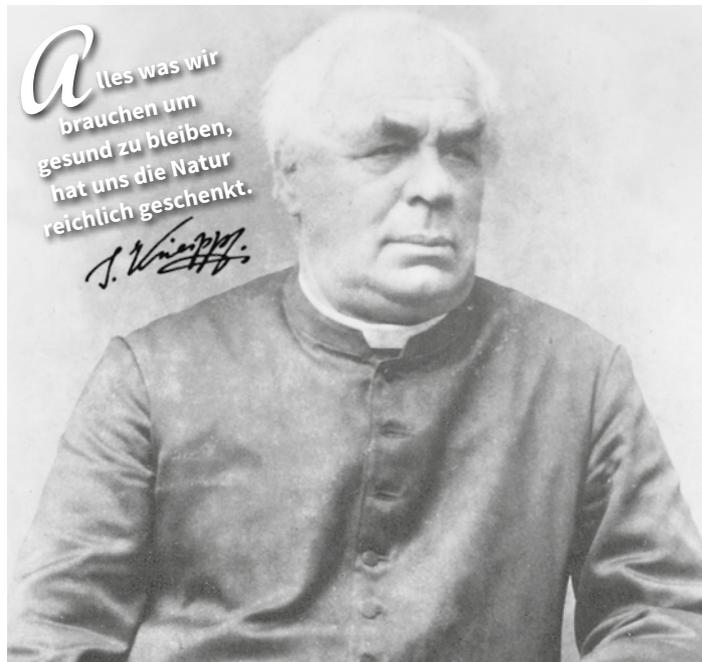
## Kneipp'sches Naturheilverfahren erleben & spüren

### Pauschalkur 2

- 14 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 2 x Arztbesuche
- 4 x Teilmassagen – à 20 Min.
- 16 x Kneippanwendungen
- 2 x Entspannungstraining  
z. B. Autogenes Training, Qi Gong
- 2 x Gruppengymnastik - Wassergymnastik

#### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	1.856,- bis 1.996,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	1.702,- bis 1.856,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	1.751,- bis 1.891,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.926,- bis 2.136,- Euro





## Gesundheit - Vitalität - Bewegung

### Kleine Josefskur - 14 Tage

- 14 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Arztbesuch
- 17 x Kneippanwendungen
- 2 x Wassergymnastik
- 2 x Gruppengymnastik

#### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	1.740,- bis 1.880,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	1.586,- bis 1.740,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	1.635,- bis 1.775,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.810,- bis 2.020,- Euro

## Kneipp bietet viel mehr...

### Heilanzeigen der Kneippkur

- Herz-/Kreislauf- und Gefäßkrankungen (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 chronische Gastritis, Diabetes, Reizdarm, Hyperlipidämie, Obstipation
- 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 - Nachhaltig erfahren

### Josefs-Kur - 21 Tage

- 21 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 2 x Arztbesuche
- 25 x Kneippanwendungen
- 3 x Wassergymnastik
- 3 x Gruppengymnastik

#### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	2.605,- bis 2.815,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	2.374,- bis 2.605,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	2.447,- bis 2.657,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	2.710,- bis 3.025,- Euro

## Aktivwoche für Beine und Venen

- 7 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Arztbesuch
- 2 x Venengymnastik einzeln (KG – 25 Min.)
- 8 x Kneippanwendungen
- 1 x Veneninformation und Demonstration
- 1 x Lymphdrainage – 30 Min.

#### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	977,- bis 1.047,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	900,- bis 977,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	924,- bis 994,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.012,- bis 1.117,- Euro

## 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

### Euro 153,00 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. Kneipp'scher Verwöhn Pension
- 5 x Kneipp'sche Schnuppergüsse
- 1 x Beinwickel mit Retterspitz
- 1 x Wechselarmbad
- 1 x Fußpackung mit Kräuteressenzen – 10 Min.
- 1 x wohltuende Fußmassage – 20 Min.
- 1 x Teilmassage – 20 Min.
- 1 x Gesundes Geschenk für Sie Daheim

### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	886,- bis	956,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	809,- bis	886,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	833,- bis	903,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	921,- bis	1.026,- Euro

## Kneipp „Plus“ in St. Josef

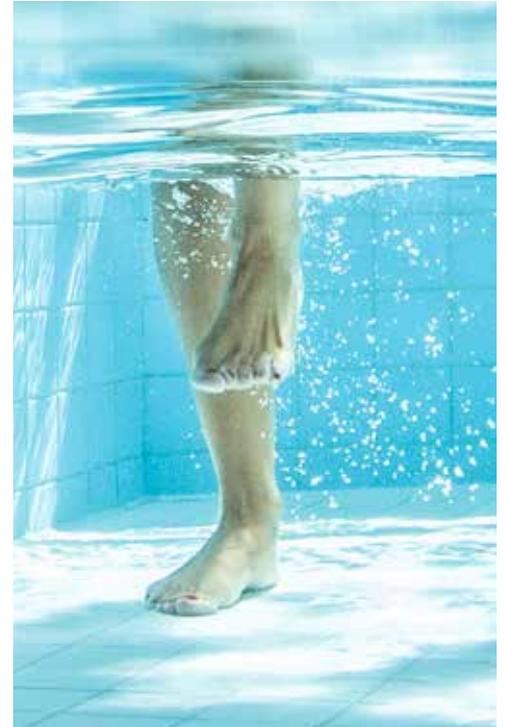
Wir bieten Ihnen verschiedene Angebote rund um das Thema Kneipp an.

- Wasseranwendungen nach Kneipp mit unserem Therapeuten (bei schönem Wetter im Garten)
- Kneipp'sche Ernährungstipps für Zuhause – mit unserem Küchenchef Marcus Müller
- Vorträge zu den Themen Gesundheit und Kneipp
- Historische Filmvorführung „Badekur“ mit Kurzvorträgen von Herrn Michael Scharpf
- Wanderung-Kneipp-Waldweg und/oder Stadtführung
- Kneipp-Information mit wertvollen Tipps für Ihre Anwendungen zuhause – mit Sr. Tamara oder Frau Hemberger
- Kräuterführungen



Um gesund zu bleiben, muss sich der Mensch bewegen, schwitzen und soll das Wasser in seiner mildesten Form gebrauchen.

Sebastian Kneipp



## Unsere Kurmittel-Preise 2024 (Auszug)

### Kneipp'sche Anwendungen - Energie spüren

Voll-, Dreiviertel- mit Zusatz auch Ölbad	31,00 €
Halbbad mit Zusatz, auch Ölbad	22,00 €
Arm-/Fußbad, Guss, Halbbad, Waschungen, Blitzguss - kalt o. temp.	10,00 €
Sitzbad, mit Zusatz	15,00 €
Wechselguss, Heißguss, Wechselfußbad, Wechselarmbad, mit /ohne Zusatz	12,00 €
ansteigende Fuß- und Armbäder, Rücken warm	14,00 €
Doppel-Wechselguss (z.B. AG + Nacken)	14,00 €
Lumbalguß, We-blitz-, Heißblitz- u. Segmentblitzguß, Wechselguss+Zusatz	15,00 €

### Auflagen und Wickel

Heublumensack, einzeln, (einmal verwendet)	21,00 €
Beinwickel – Lehmplaster oder Quarkwickel	12,50 €
Beinwickel – Lehmplaster oder Quarkwickel (beidseits)	21,00 €
Große Wickel (Kurz-, Unter- u. Oberwickel, Schal, Unter- u. Oberaufschläger,) mit/ohne Zusatz	17,50 €
Mittlerer Wickel (Waden-, Beinwickel) mit/ohne Zusatz (Retterspitz) /einz.	14,50 €
Mittlerer Wickel beidseitig	19,00 €
Brust-, Lendenwickel, Auflage, einzeln	12,50 €
Spanischer Mantel	29,00 €
Teildampf oder Inhalationen	12,00 €

## Massagen und Krankengymnastik

Teilmassage / Bindegewebsmassage	20 Min.	25,00 €
Colonmassage	30 Min.	36,00 €
Fußreflexzonen-Massage	25 Min.	33,00 €
Manuelle Lymphdrainage, Teilbehandlung	30 Min.	36,00 €
Manuelle Lymphdrainage	45 Min.	48,00 €
Manuelle Lymphdrainage	60 Min.	55,00 €
Krankengymnastik nach Bobath / Atemtherapie	25 Min.	29,00 €
Krankengymnastik nach Bobath am Schlingentisch	25 Min.	35,00 €
Rückenschule einzeln	30 Min.	35,00 €
Venengymnastik + Arnikaeinreibung	25 Min.	31,00 €



## Neue Gesundheitsleistungen für Sie im St. Josef

Manuelle Therapie nach Kaltenborn	30 Min.	37,00 €
Manuelle Therapie nach Kaltenborn	60 Min.	69,00 €
Myofasziale Therapie nach Rolfing	30 Min.	39,00 €
Myofasziale Therapie nach Rolfing	60 Min.	75,00 €
Cranio Sacrale Therapie	30 Min.	45,00 €
Cranio Sacrale Therapie	60 Min.	89,00 €

## Fit und Entspannt

Autogenes Training	60 Min.	10,00 €
Progressive Muskelentspannung	60 Min.	10,00 €
Qi Gong	60 Min.	10,00 €
Smovey Training Walking	60 Min.	10,00 €
Smovey Training Gymnastik	30 Min.	10,00 €
Nordic Walking	60 Min.	10,00 €
Wirbelsäulengymnastik	45 Min.	10,00 €
Atemgymnastik	30 Min.	10,00 €
Hockergymnastik- Therapie im Sitzen	30 Min.	10,00 €
Faszientraining	30 Min.	10,00 €
Wassergymnastik	30 Min.	10,00 €

## Wohlfühlanwendungen

Aromaölmassage – Teil	30 Min.	39,00 €
Shiatsu – Energiedruckpunktmassage	60 Min.	69,00 €
La Stone – Teilbehandlung	40 Min.	59,00 €
La Stone – Reflexzonenbehandlung	60 Min.	72,00 €
Ganzkörper-Aroma-Öl-Massage	60 Min.	65,00 €
Ganzkörper-Aroma-Bürstenmassage	60 Min.	67,00 €
Kräuterstempel-Massage	75 Min.	85,00 €
Whirlwanne – mit Aromazusätzen	20 Min.	29,00 €
Softpack – schwerelos schweben	20 Min.	29,00 €



# Eintauchen, loslassen und entspannen

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! Wenden Sie sich hierfür jederzeit gerne an die Rezeption.

**Erleben Sie unseren modernen Kneipp'schen Therapie- und Wohlfühlbereich!**





## 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. 29,00 €

Teilkörperpackungen in der Softpackliege 30 Min. je 42,00 € inkl. Duschen

### • Moor-Ziegenbutterpackung für den Rücken

Schmerzlindernd, pflegend und beruhigend

### • Lehmpackung für die Beine

Muntermacher für müde Beine, wirkt abschwellend und schmerzlindernd

Ganzkörperpackungen in der Softpackliege 30 Min. je 49,00 €

### • Cremepackung aus Traubenkernöl und Sheabutter mit Aromaessenzen Ihrer Wahl

ohne Duschen  
Wirkt pflegend und glättend, macht die Haut samtig weich

### • Moor-Ziegenbutterpackung für den Rücken

Schmerzlindernd, pflegend und beruhigend 40 Min. inkl. Duschen

• Bolus-Alba – Feines Gesteinsmehl entgiftend und stoffwechselanregend 40 Min. inkl. Duschen

## 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, stimulierendem Effekt auf die Lymphbahnen und der Straffung des Bindegewebes zeigen. Ihre Sinne werden belebt.\*

Entspannen und Wohlfühlen in der Whirlwanne mit Kräuteresenzen Ihrer Wahl 20 Min. 34,00 €

\*Menschen mit Beklemmungsgefühl, Platzangst, Herzinsuffizienz oder Krampfadern empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit den Therapeuten



## 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. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 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 Entspannungstraining

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	905,- bis 975,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	828,- bis 905,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	852,- bis 922,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	940,- bis 1.045,- Euro

## Entspannt und Schön –

### mit Kneipp ritualen und alpiner Kosmetik

Nehmen Sie sich Zeit für sich! Erfahren Sie Erholung, Ruhe, Entspannung und heilende Wirkung bei Wellness- und Schönheitsritualen. Unsere Naturkosmetik von Dr. Spiller mit alpiner Aloe in Verbindung mit bewährten Kneippanwendungen steigert Ihr Wohlbefinden und Gesundheit spürbar.

- 7 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Gesichtsbehandlung „Alpine Aloe“ 70 Min.  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, regenerierende Maske, Entspannungsmassage mit Wildrosenöl, Augenpflege und Abschlusscreme
- 2 x Wechselarm- oder Wechselfußbad mit Heublumenextrakt
- 3 x Kneippanwendungen mit Schönheitsguss/Gesichtsguss
- 1 x Verwöhn-Cremekörperpackung „Alpenglühen“ in der Softpackliege 30 Min.
- 1 x wohltuende Handmassage 15 Min.

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	923,- bis 993,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	846,- bis 923,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	870,- bis 940,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	958,- bis 1.063,- Euro





## **K**leine Auszeit - zu sich finden!

Entfliehen Sie ein paar Tage dem Alltag. Genießen Sie Ihre ganz persönliche Auszeit im Kneipp-Kurhaus 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. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Shiatsu Energiedruckpunktmassage für Kopf, Gesicht und Nacken 20 Min.
- 1 x La Stone Teilbehandlung 40 Min.
- 3 x Wechselgüsse nach Kneipp
- 1 x Entspannungstraining

**Anreise möglich  
von Sonntag - Donnerstag**

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

EZ mit Balkon, Du/WC	654,- bis	704,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	599,- bis	654,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	616,- bis	666,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	679,- bis	754,- Euro

## **V**erwöhntage im St. Josef

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

- 3 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Teilmassage 20 Min.
- 2 x Kneippanwendungen
- 1 x kleine Gesichtsbildung „Wellness-Pause“ 40 Min. inkl. Hautbeurteilung, Reinigung, Peeling, Maske, Energiemassage

**Anreise Sonntag  
bis Dienstag möglich!**

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

EZ mit Balkon, Du/WC	405,- bis	435,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	372,- bis	405,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	382,- bis	412,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	420,- bis	465,- Euro



## Kneipp'sche Entschlackungswoche

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

- 7 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Gesundheitsreduktion
- 3 x Kneipp'sche Frühwendungen (Ganzkörperwaschung, Oberaufschläger, Lendenwickel)
- 3 x Leberauflagen am Nachmittag mit Heublume
- 1 x Colonmassage 30 Min.
- 1 x Aromabürstenmassage 60 Min.
- 3 x Kneipp Wechselgüsse
- 2 x Basische Fußbäder
- 1 x Fußreflexzonenmassage 25 Min.

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	983,- bis 1.053,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	906,- bis 983,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	930,- bis 999,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.018,- bis 1.123,- Euro



## 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. Kneippwendungen sind hier ideal, unterstützend und bringen zusätzlich Entspannung und Entlastung.

- 7 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Arzttermin
- 1 x individuelle Rückenschule zur Mobilisation oder Stabilisation 30 Min.
- 1 x individuelle Rückenschule zur Haltung 20 Min.
- 1 x Rückenmassage 30 Min.
- 6 x Kneippwechselgüsse – je nach Verträglichkeit
- 2 x warme Auflagen für den Rücken
- 1 x Nordic Walking oder Smoveytraining
- 1 x Gruppengymnastik
- 1 x MTT – Einführung in das Gerätetraining  
= Medizinische Trainingstherapie mit Geräten

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

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	1.004,- bis 1.074,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	927,- bis 1.004,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	951,- bis 1.021,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.039,- bis 1.144,- Euro



## Wandertage -

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

Sie haben es sicherlich schon einmal erleben dürfen: Der Wald tut gut! Waldbaden erfreut sich zunehmender Beliebtheit als eine Methode zur Entspannung und Erholung. Erfahren Sie während dieser Tage die Heilwirkung der Waldatmosphäre und wie der Aufenthalt im Wald optimal für Leib und Seele und mit Freude genutzt werden kann. Sanfte Qi Gong Übungen unterstützen uns dabei.

Es ist wissenschaftlich bewiesen, dass das Waldbaden unser Immunsystem stärkt und Stress abgebaut wird. Schon Pfr. Sebastian Kneipp hat Aufenthalte in der Natur und im Wald empfohlen. Der Bad Wörishofer Kur- und Heilwald lädt uns in idealer Weise dazu ein.

**Termin: Fr. 30.08.2024 – Di. 03.09.2024**

- 4 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 3 x Kneipp-Anwendungen für die Venen und Beine
- 2 x Halbtagswanderungen zu besonderen Kraftorten im Kur- und Heilwald Bad Wörishofen
- 1 x Barfußweg im Kurpark
- 1 x Gemütliches Beisammensein
- 1 x Seminargebühr

**Bitte beachten Sie, dass für das Wandern eine körperliche Grundfitness erforderlich ist.**

**Denken Sie an wetterfeste bequeme Kleidung und Schuhe und bringen Sie ein Sitzkissen und evtl. eine Trinkflasche mit.**

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	580,- bis	600,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	536,- bis	560,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	550,- bis	570,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	600,- bis	640,- Euro

## Stammgästewochen – wir möchten „Danke“ sagen!

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

**Termine: So. 30.06.2024 – So. 07.07.2024  
So. 25.08.2024 – So. 01.09.2024**

- 7 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhnpension
- 1 x Gartenfest mit Grill, Mällersdorfer Bier und Musik
- 1 x Meditation Franziskanisches Kreuz
- 3 x Kneipp Wechselgüsse
- 1 x Wanderung auf Kneipp's Spuren
- 1 x Teilmassage 20 Min
- 1 x Shiatsu Massage – Druckpunkt Energiemassage 25 Min.

Buchbar ab Ihrem 3ten Aufenthalt im Kneipp-Kurhaus St. Josef!

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	802,- bis	832,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	736,- bis	772,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	757,- bis	787,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	832,- bis	892,- Euro





## Die Mellersdorfer Schwestern führen Kneipp´s Vermächtnis

Zukunft – die Mellersdorfer Schwestern investieren in das Kneipp-Kurhaus St. Josef, das im Jahr 2025 sein 100-jähriges Bestehen feiert.

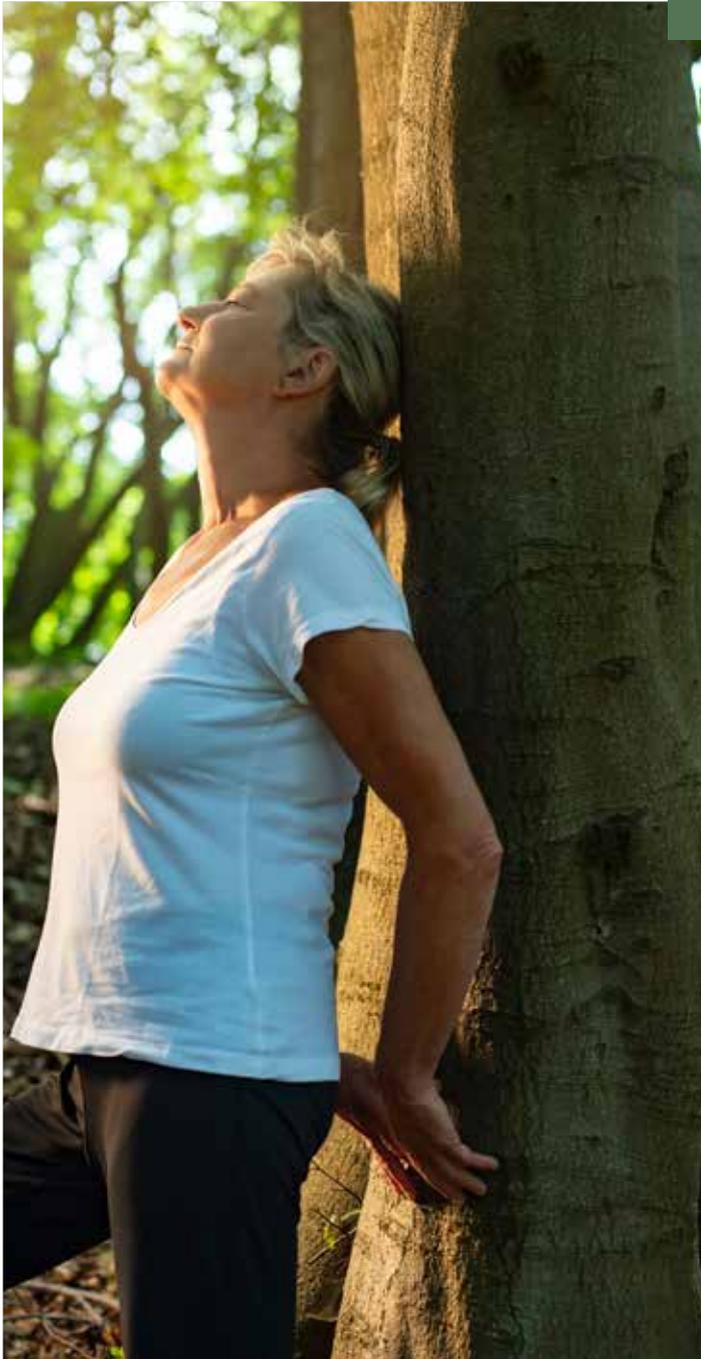
Zusammen mit dem 2023 neu eröffneten Gästehaus Franziskus verbinden sich Tradition und Moderne, gepflegtes Interior und natürliche Gemütlichkeit sowie Spiritualität und Balance.



im Kneipp-Kurhaus  
St. Josef auch  
in Zukunft fort!



1891 holte Pfarrer Kneipp die Mellersdorfer  
Schwestern nach Bad Wörishofen, um sein  
Lebenswerk, das Kneipp'sche Naturheil-  
verfahren fortzuführen.



## Waldernis für Körper und Seele -

**Zeit sich wieder mit der Natur zu verbinden und Kraft zu schöpfen – mit Waldtherapeutin Stefanie Hemberger vom Kneipp-Kurhaus St. Josef**

„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 aus Wald und Wiesen kennen.

**Termin: Fr. 28.06.2024 – So. 30.06.2024**

- 2 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhn Pension
- 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 Waldbaden Kartenset
- 1 x Armbad oder Fußbad mit Fichtenzusatz
- 1 x Übungen für Zuhause
- 1 x Seminargebühr

**Programm Beginn  
Freitagnachmittag!**

**Bitte bringen Sie Rucksack, Sitzkissen und Trinkflasche mit.  
Die Kleidung soll bequem und den Wetterverhältnissen angepasst sein!**

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	349,- bis	359,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	327,- bis	339,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	334,- bis	344,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	359,- bis	379,- Euro



## Ganzheitliches Fasten – Wohltat für Leib und Seele

Das Kneipp-Kurhaus 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 Fastenleitern 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!**



## Fastenwoche für Gesunde

nach Dr. Buchinger / Dr. Lütznert

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

- für Fastenanfänger und Fastenerfahrene –

**Termin: Fr. 16.02.2024 – Fr. 23.02.2024**

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.

**Verlängerungs-Tage mit Aufbaukost zubuchbar!**

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	989,- bis 1.024,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	912,- bis 954,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	936,- bis 971,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.024,- bis 1.094,- Euro

# Kneipp'sches Basenfasten nach den 5 Elementen

Kurzkur für Körper, Geist und Seele

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

**Termin: So. 27.10.2024 – Sa. 02.11.2024**

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

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

## Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	914,- bis	944,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	848,- bis	884,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	869,- bis	899,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	944,- bis	1.004,- Euro





## Basen-Heilkost-Wandern

**Fastenleitung: Herr Andreas Wuchner**

**Termin: So. 19.05.2024 – So. 26.05.2024**

**Fr. 15.11.2024 – Fr. 22.11.2024**

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

### 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 200,00 im Preis enthalten.

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	1.009,- bis 1.079,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	932,- bis 1.009,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	956,- bis 1.026,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.044,- bis 1.149,- Euro

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

**Fastenleitung: Herr Andreas Wuchner**

**Termine: Do. 08.02.2024 – Do.15.02.2024**

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 200,00 im Preis enthalten.

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	1.009,- bis 1.044,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	932,- bis 974,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	956,- bis 991,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	1.044,- bis 1.114,- Euro

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

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

*J. Kneipp*

Das Element der „inneren Ordnung“ aus den 5 Säulen der ganzheitlichen Kneipptherapie ist ein entscheidender und wesentlicher Punkt im Kneipp-Kurhaus St. Josef und bei den Mellersdorfer Schwestern. Hier 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 sowie meditative Tanzangebote.

Auf Wunsch stehen Ihnen unsere geistlichen Begleiter/innen für persönliche Gespräche gerne zur Seite.



Pater Georg Matt SDB  
Hausgeistlicher  
Kneipp Kurhaus St. Josef



Sr. Noemi Leitl  
Hausoberin  
Kneipp Kurhaus St. Josef

### **Unsere tägliche Heilige Messe:**

Montag bis Freitag	17.15 Uhr
Samstag	6.30 Uhr
Sonntag und Feiertage:	9.00 Uhr

### **Chorgebet der Schwestern:**

Laudes Morgenlob der Kirche:	
Montag bis Freitag	6.30 Uhr
Sonntag	6.45 Uhr
Vesper Abendlob der Kirche:	
Montag bis Freitag	16.45 Uhr

### **Anbetung**

Donnerstag	19.30 Uhr
------------	-----------





# Oasentage „Alle meine Quellen entspringen in Dir!“

## Begleitete Woche mit Pater Georg Matt SDB - Hausgeistlicher Kneipp Kurhaus St. Josef

Termine: So. 03.03. – Sa. 09.03.2024  
So. 21.07. – Sa. 27.07.2024

„Im Wasser liegt Heil“, betonte schon Pfarrer Sebastian Kneipp, denn Wasser ist unser Lebenselixier, die Quelle unseres Lebens.

Erleben Sie während der Oasentage, welche positive Kraft das Wasser auf Ihren Körper hat. Gehen Sie gemeinsam mit Pater Georg Matt der Wahrheit des Psalmverses „Bei Dir ist die Quelle des Lebens!“ auf den Grund und erspüren Sie, wie Sie Ihre eigenen Quellen neu sprudeln lassen können.

### Kursinformationen:

- Tägliche Impulse
- Biblische Geschichten
- Taizé-Gebet
- Gemeinsamer Austausch

### Das Angebot beinhaltet:

- 6 Übernachtungen inkl. Kneipp ´scher Verwöhn Pension
- 2 x Kneipp ´scher Schnupperguss
- 1x Gesichtsguss
- 1x Softpack schwerelos schweben
- 1x meditativer Weg zu einer „Quelle des Lebens“ in der Umgebung
- 1x gemeinsames Wassertreten „lebendiges Wassererlebnis“
- auf Wunsch individuelle Gespräche mit Pater Georg Matt

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	699,- bis	759,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	633,- bis	699,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	654,- bis	714,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	729,- bis	819,- Euro



# Und manchmal kommt es anders...

## Begleitete Woche mit Sr. Adelind Schächtl – Gestalttrainerin, Supervisorin

Termine: Fr. 15.03.2024 – So. 17.03.2024

– Vergebung und Aufblühen

Fr. 18.10.2024 – So. 20.10.2024

– Umgang mit meiner Trauer

Wir brauchen gute Gewohnheiten und schaffen uns Sicherheiten, doch manchmal kommt es im Leben ganz anders, dann braucht es besondere Kraft um die Herausforderung zu meistern. Wir spüren unserem Erfahrungsschatz nach um ihn gut zu nutzen beim Umgang mit belastenden Situationen.

### Kursinformationen:

- Gestaltetes Morgen- und Abendlob
- Impulse zu Besinnung und Austausch
- Elemente der fünf Säulen
- Beten mit Leib und Seele
- Einzelgespräch nach Wunsch

### Das Angebot beinhaltet:

- 2 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhn Pension
- 1 x Kneipp'scher Schnupperguss
- 1 x Kneipp'scher Gesichtsguss auch Schönheitsguss
- 1 x Meditation und Wanderung
- Seminargebühr, Begleitung

### Preise pro Person und Arrangement

EZ mit Balkon, Du/WC	280,- bis	300,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	258,- bis	280,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	265,- bis	285,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	290,- bis	320,- Euro



# Spirituelle Woche für Körper, Geist und Seele

## Geistliche Begleitung: Pfarrer Paul Ringseisen

Termine: So. 10.03.2024 – Sa. 16.03.2024

So. 28.04.2024 – Sa. 04.05.2024

So. 22.09.2024 – Sa. 28.09.2024

So. 10.11.2024 – Sa. 16.11.2024

Das Kneipp-Kurhaus St. Josef bietet ideale Voraussetzungen für Regeneration, Stabilisation und Prävention für Gesundheit, Körper, Geist und Seele.

### Finden Sie Ruhe und Gelassenheit:

- in der Hauskapelle
- mit verschiedensten Therapieangeboten sowie der Kneipp'schen nachhaltigen Gesundheitslehre
- in einer besonderen, spirituellen und wohlthuenden Atmosphäre

### Das Angebot beinhaltet:

- 6 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhn Pension
- spiritueller Impuls täglich nach dem Frühstück
- tägliches Angebot der Eucharistiefeier mit der Hausgemeinschaft, Abendlob mit Luzerner
- gemeinsamer Austausch, lockeres Beisammensein am Abend
- Seminargebühr

### Preise pro Person

EZ mit Balkon, Du/WC	680,- bis	740,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	614,- bis	680,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	635,- bis	695,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	710,- bis	800,- Euro

Gerne können Sie ein Therapiepaket dazu buchen und Wohltat spüren:

- 5 x Kneippanwendungen
- 2 x Teilmassagen (20 Min.)

**zum Preis von Euro 105,00  
pro Person und Paket**



## Christliche Meditation und sanfte Körperübungen mit Klangschalen

### Weite-Raum-Atem-Leben-Begegnung

**Suche dir stille Orte, damit deine Seele den Mut nicht verliert  
(Hildegard v. Bingen)**

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

Die Augen sind die Fenster der Seele. Gott hat dem Menschen eine Seele gegeben, die den Körper belebt und lenkt. Kraft seiner Seele ist der Mensch ein Ebenbild Gottes, d.h. er ist Gott ähnlich. (Gen 1,26 – 27) Glaube und Vernunft überzeugen uns von der Existenz einer unsterblichen Seele.

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 Kneipp-Kurhaus St. Josef verschiedene Arten, bei sich selber anzukommen: Sitzen in Stille, Gehmeditation im Garten, Körperübungen, Klangschalen, spirituelle Impulse, zeitweise Schweigen und Gottesdienst.

**Termin: Fr. 25.10.2024 – So. 27.10.2024**

### Das Angebot enthält:

- 2 Übernachtungen inkl. Kneipp'scher Verwöhn Pension  
- 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	360,- bis	370,- Euro
EZ ohne Balkon, Du/WC	338,- bis	350,- Euro
DZ mit Balkon, Du/WC	345,- bis	355,- Euro
Appartement (mit Balkon, Du/WC)	370,- bis	390,- Euro

# Herzlich Willkommen im *Naturelle* KOSMETIK



Lassen Sie sich von unserer Fachkosmetikerin Frau Carola Broßmann bei sanfter Musik und himmlischen Düften in das Reich der natürlichen Schönheit, tiefem Wohlbefinden und erholsamer 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 Kneipp-Kurhaus 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. Gerne können bereits von zuhause aus Termine buchen. 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 Ihn:

**Gesichtsbehandlung „Männersache“** 60 Min. 68,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, Ampulle, Druckpunktmassage, Maske und Abschlusspflege mit Produkten speziell für „Ihn“

## Gesichtsbehandlungen für Sie:

**Gesichtsbehandlung „Wohlfühlmoment“** 40 Min. 48,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Ampulle, Massage und Abschlusspflege

**Gesichtsbehandlung „Sanfte Berührung“** 50 Min. 58,00 €  
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. 78,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, Maske, Massage und Abschlusspflege

**Gesichtsbehandlung „Alpine Aloe“** 70 Min. 80,00 €

**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. 100,00 €  
inkl. Reinigung, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigen, Lifting-Wirkstoffkonzentrat, Augen- und Lippenpflege, kleine Druckpunktmassage, Spezial-Maske zur Straffung der Haut, Entspannungsmassage und Abschlusspflege

## Extras für die Schönheit und Ihr Wohlbefinden:

**Ice-Ball-Massage** für das Gesicht (10 Min.) 12,00 €

- 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.) 22,00 €

- 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 9,00 €

Brauen färben 9,00 €

Wimpern färben 10,00 €

Ampulle ab 8,00 €

Augenpflege 4,00 €

Depilation Oberlippe 8,00 €

Einschleusen von  
Wirkstoffen mittels Ultraschall 8,00 €

## Wohlfühl-Programme

**„Kneipp hautnah erleben“** 75 Min. 97,00 €

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

**„Ruhequell“** 70 Min. 83,00 €

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

- 1x Aromaöl- Ganzkörpermassage (50 Min.)
- 1x Schweben in der Softpackliege (20 Min.)

**„AYURVEDA“ – Körper in Balance** 115 Min. 135,00 €

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





## Schmeicheleien für Hände und Füße

<b>Maniküre</b>	40 Min.	38,00 €
<b>Intensivpflege für die Hände</b>	60 Min.	57,00 €
(inkl. Handbad, Peeling, Formen der Nägel, Polieren, Nagelhautpflege, Packung und Handmassage)		
<b>Pediküre</b>	40 Min.	38,00 €
<b>Intensivpflege für die Füße</b>	60 Min.	57,00 €
(inkl. Fußbad, Fußpeeling, Formen der Nägel, Nagelhautpflege, Fußpackung und Fußmassage)		
<b>Aufpreis Lack</b>		7,00 €
<b>Aufpreis Massage</b>		10,00 €
<b>Fußreflexharmonisierung</b>	25 Min.	27,00 €

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.

<b>Ganzkörpermassage</b>	50 Min.	55,00 €
<b>Teilkörpermassage</b>	30 Min.	39,00 €
<b>Hand/Armmassage</b>	20 Min.	25,00 €
<b>Fuß/Beinmassage</b>	20 Min.	25,00 €

### Aromaöl-Bürstenmassage

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.

<b>Shiatsu-Massage</b> (Kopf, Gesicht und Nacken)	25 Min.	32,00 €
---	---------	---------

Eine sanfte Druckpunktmassage, die Anspannungen löst und die Lebensenergie zum Fließen bringt

### Mukabhyanga

– ayurvedische Massage für Brust, Gesicht & Kopf  
Lassen Sie Ihre Gedanken zur Ruhe kommen und genießen Sie beruhigende und harmonisierende Berührungen.

### Abhyanga

– ayurvedische Ganzkörpermassage  
Sie verbindet auf harmonische Art und Weise mehrere Techniken die der tiefen Entspannung und Vitalisierung des Körpers dienen.

### La Stone Teilkörperbehandlung

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. 95,00 €

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 unbeschwertere Leichtigkeit.

### **Kräuterstempelmassage**

75 Min. 85,00 €

Pflegende 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. 32,00 €

inkl. Ruhezeit – nicht in der Softpackliege

Intensive Pflege mit natürlichen Wirkstoffen für die Haut, wohltuende Wärme und pure Entspannung

### **Trockenbürstenmassage**

25 Min. 27,00 €

Befreien Sie Ihre Haut von überschüssigen Hautzellen und erhalten Sie eine geschmeidige und zarte, gut durchblutete Haut.

### **Körperpeeling mit Körperpackung**

60 Min. 68,00 €

(inkl. Duschen) in der Softpackliege

Befreien Sie ihre Haut von überschüssigen Hautzellen und erhalten Sie eine geschmeidige und zarte Haut. Pflegen Sie Ihre Haut intensiv mit natürlichen Wirkstoffen wohltuender Wärme und purer Entspannung bei der anschließenden Körperpackung.

### **Schweben in der Softpackliege**

20 Min. 29,00 €

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 den Stützapparat und schafft nachhaltiges Wohlbefinden.



## Die 5 Elemente der Kneipptherapie

### Wasser

Kneippanwendungen stärken Ihr Immunsystem nachhaltig. Erleben Sie vitalisierende Güsse oder Bäder, belebende Waschungen oder Wickel und verbessern Sie so Ihr Körperbewusstsein.



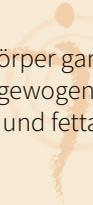
### Kräuter

„Die Natur ist die beste Apotheke“ sagte Sebastian Kneipp einst. Auf verschiedene Arten angewendet, wie z. B. als Tee, Salbe, Öl oder Zusätzen in Bädern mobilisieren Sie die gesund erhaltenden Kräfte Ihres Körpers.



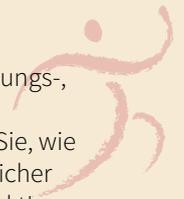
### Ernährung

Hören Sie auf Ihren Körper ganz besonders beim Essen! Eine ausgewogene, saisonale Kost, die vitaminschonend und fettarm zubereitet wird, tut Ihrem Leib gut.



### Bewegung

Auf diese Weise stärken Sie Ihr Verdauungs-, Immun- und Kreislaufsystem. Bleiben Sie in Bewegung und spüren Sie, wie positiv sich das richtige Maß an sportlicher Betätigung auf Ihre Gesundheit auswirkt!



### Ordnung

Kraft, Innere Ruhe und Ausgeglichenheit tragen zu einem gesunden Leben bei. Lassen Sie sich im Kneipp-Kurhaus St. Josef an Körper, Geist und Seele verwöhnen.



## Freude schenken mit unseren Gutscheinen

Überraschen Sie einen besonderen Menschen mit unseren **Gutscheinen** und verschenken Sie Gesundheit, Wohlbefinden und Erholung im Kneipp-Kurhaus 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 erstellen Ihnen hier einen **Wertgutschein**.

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

**Gutscheine sind nicht übertragbar – diesen Ausnahmefall bitte vorher im Hotel abklären.**

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. unser beliebtes Smoveytraining, Qi Gong und Klangschalen Workshops, die Wandertage und das großartige Arrangement Walderlebnis im St. Josef, Entschleunigung, Anleitungen zur Achtsamkeit, 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)

Treten Sie ein  
in Ihr „Zuhause“  
auf Zeit!



## Gut zu wissen – Informationen für Ihren Urlaub

### An-/Abreise

Ihr Zimmer steht Ihnen am **Anreisetag ab 15.00 Uhr** zur Verfügung. Die Kneipp'sche Verwöhhnpension beginnt am Anreisetag mit dem Abendessen und endet am Abreisetag mit dem Frühstück. Nahrungsmittelunverträglichkeiten 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.

### Zimmerreinigung:

Während Ihres Aufenthaltes wird Ihr Zimmer täglich (außer Sonn- & Feiertag) gereinigt.

### Kurtaxe:

Die Stadt Bad Wörishofen erhebt pro Tag eine Kurtaxe von 2,70€ pro Person. - Änderung vorbehalten -

### Reiserücktritt

Bis 4 Wochen vor Reiseantritt = Stornierung kostenfrei  
Ab 4 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 dringend, eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen, die die Ausfallkosten übernimmt!**

Wir bemühen uns individuelle Zimmerwünsche soweit als möglich zu berücksichtigen. Falls am Anreisetag das Zimmer der gewünschten Kategorie in Folge unvorhergesehener Umstände nicht zur Verfügung steht, kommt zunächst eine andere Kategorie in Betracht.

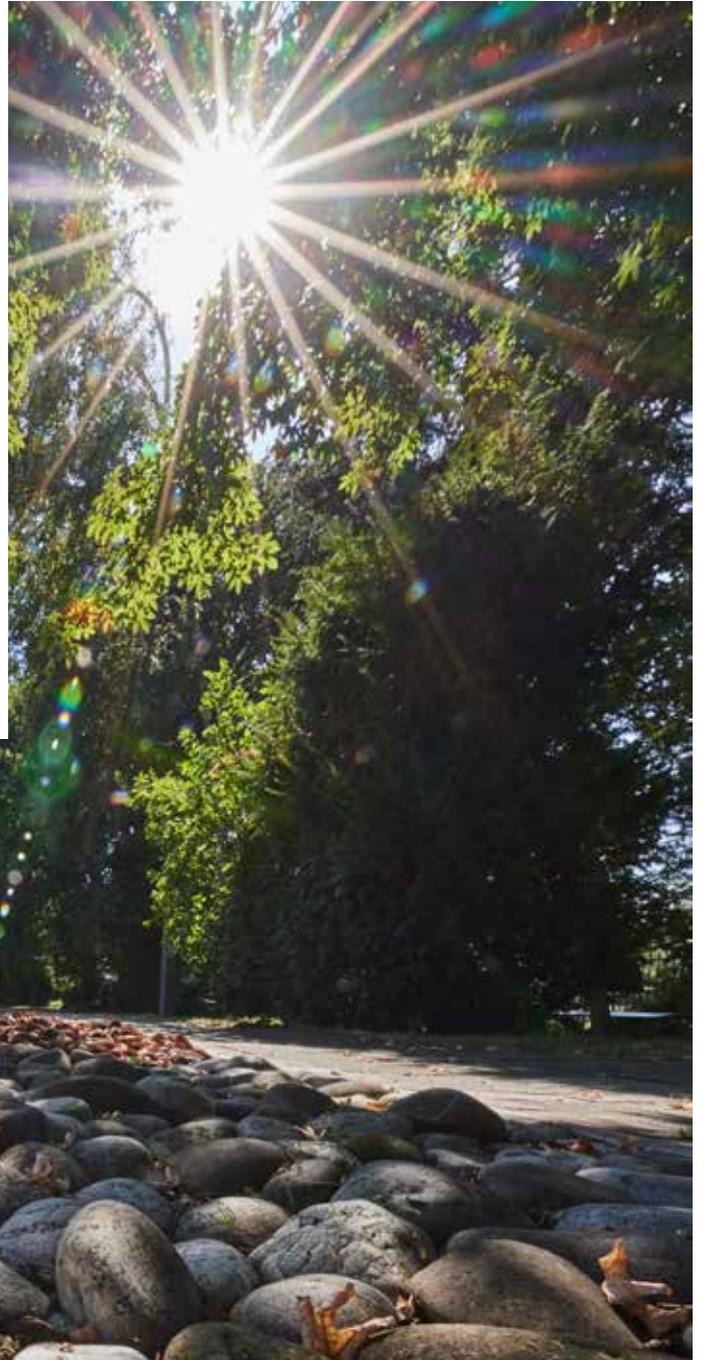
### Bezahlung

Die Gesamtrechnung wird Ihnen am Tag Ihrer Abreise erstellt. Den Betrag können Sie vor Ort in bar, EC-Karte, Mastercard, VISA oder, nach Absprache, per Überweisung im Vorfeld bezahlen.



**Das natürlichste  
und einfachste  
Abhärtungsmittel bleibt  
das Barfußgehen.**

**Sebastian Kneipp**





# anreise

**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).



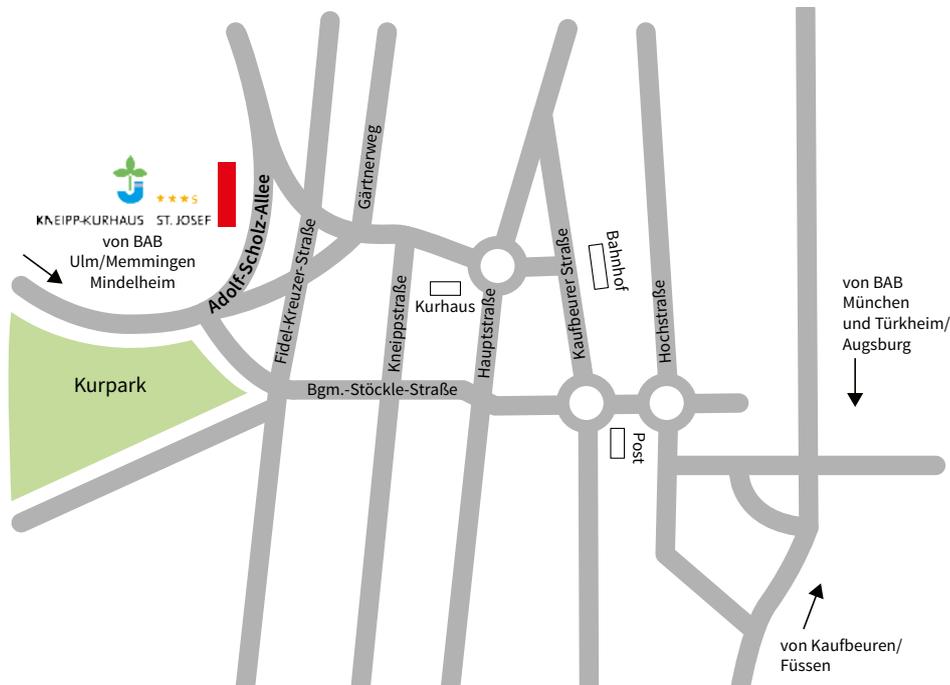
**mit dem Auto:** können Sie ganz bequem in die Kneippstadt reisen. Von der Autobahnausfahrt Bad Wörishofen sind es nur 5 km ins Zentrum von Bad Wörishofen.

**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



*Wir* heißen Sie bei uns  
herzlich willkommen!



Besuchen Sie uns auf

Facebook  kneippkurhausBW

Instagram  kneippkurhaus\_st\_josef

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)