

zeit für mein ich

TCM

AYURVEDA

KNEIPP



**KURHAUS
SCHÄRDING**
BARMHERZIGE BRÜDER

gutes tun – und es gut tun

(Johannes von Gott, 1495 – 1550)



Seit der Antike ist der Granatapfel, dessen Strauch gleichzeitig Blätter, Blüten und Früchte trägt, ein Symbol göttlicher und menschlicher Liebe. Im Christentum wurde er zusätzlich ein Symbol für die Auferstehung.

Dass der Orden der Barmherzigen Brüder den Granatapfel als sein Symbol wählte, ist kein Zufall: Die Frucht, aus der die Kerne quellen, ist im Wappen der Stadt Granada abgebildet. In jener spanischen Stadt, deren Namen auf Deutsch übersetzt „Granatapfel“ bedeutet, wirkte der Ordensgründer der Barmherzigen Brüder, der Heilige Johannes von Gott.

So zeigt der Granatapfel symbolisch den Auftrag des Ordens: motiviert durch die christliche Botschaft (Kreuz), kranken, alten, behinderten und Hilfe suchenden Menschen in Liebe (Granatapfel) nahe zu sein und Hilfe und Hoffnung zu bringen.



grüss gott und herzlich willkommen



Das Kurhaus der Barmherzigen Brüder, 1931 eröffnet, unterstützt damals wie heute Menschen in ihrem Bemühen gesund zu bleiben oder wieder zu werden. Der Charakter und Charme des ehemaligen Klosters in einzigartiger Lage über dem Inn sind bis heute besonders – eine Oase der Ruhe und Quelle der Kraft, neuer Energie und Inspiration.

Nehmen Sie sich **ZEIT FÜR IHR ICH**. Stellen Sie sich selbst in den Mittelpunkt Ihrer Welt. Entdecken Sie neue Leichtigkeit, gelebte Achtsamkeit und sinnvolle Einfachheit.

Orientiert an unseren Grundwerten Qualität, Respekt, Verantwortung und Spiritualität werden wir ein herzlicher Gastgeber für Sie sein. Wir freuen uns auf Sie!

Pater Prior Paulus OH

Dir. Harald Schopf

und das Team des Kurhauses



Heilen mit der Kraft der Natur

Ergebnisse einer aktuellen OECD Studie zeigen deutlich, dass unsere Lebenserwartung zwar unaufhaltsam steigt - aktuell 82 Jahre - der Anteil an gesunden Jahren allerdings stagniert (59 Jahre). Die Begründung für diese Diskrepanz ist eindeutig im individuellen Lebensstil zu finden.

Als Zentrum für angewandte Naturheilkunde stehen wir für die Integration und Kombination von ganzheitlicher Medizin und dem Erfahrungswissen Jahrtausende alter Heilkunden: Traditionelle Indische Medizin (Ayurveda), Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und die Europäische Medizin nach Sebastian Kneipp. Unser Fokus ist dabei nicht die jeweilige Diagnose, sondern der einzelne Mensch in seinem Lebensumfeld. Dabei sind für uns individuelle Zuwendung in der Medizin, ganzheitliche Betrachtung, Verständnis und das persönliche Gespräch essentiell.

traditionelle indische medizin | ayurveda

Ayurveda ist weltweit die traditionelle Heilkunde mit dem ältesten und am meisten dokumentierten Erfahrungswissen. Mittlerweile auch von der WHO als medizinische Wissenschaft anerkannt, bietet die indische Heilkunde ein komplettes Diagnostik- und Behandlungssystem mit den Schwerpunkten Prävention, Lebensstil und Selbstheilungskraft. Ausleitende und ausgleichende Verfahren tragen hier zu mehr gesunden Jahren ebenso bei wie Ursachenvermeidung, Meditation und Yoga.

traditionelle chinesische medizin | tcm

Schon vor mehr als 2000 Jahren hat sich in China die Traditionelle Chinesische Medizin zur Hochblüte entwickelt. Auch sie betrachtet den Menschen in seiner Ganzheit und basiert auf dem Prinzip von YIN und YANG, wobei YIN Substanz und YANG Energie bedeutet. Wenn YIN und YANG in einem dynamischen Gleichgewicht sind, so befindet sich auch der Mensch in seiner „Mitte“. Basierend auf einer individuellen Diagnose ist TCM ein Komplex mehrerer Behandlungsmethoden wie Akupunktur mit Nadel oder Laser, Massagen, Bewegungsübungen wie QiGong sowie Heilkräuter und Tees.

traditionelle europäische medizin | kneipp

Das ganzheitliche Denken Sebastian Kneipps (1821-1897) gilt bis heute als wegweisend für eine zeitgemäße Vorsorgemedizin. Das Ziel ist, umfassende Gesundheit mit einfachen und natürlichen Mitteln zu erhalten bzw. ein sinnerfülltes Leben trotz einer Krankheit zu ermöglichen. Der Pfarrer und Naturheilkundler schuf ein visionäres Lebenskonzept, das den Menschen, seine Lebensgewohnheiten und seine natürliche Umwelt untrennbar als ausgewogene Einheit betrachtet. Wasseranwendungen, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Kräuter sowie Lebensordnung bilden das Fundament dieser europäischen Naturheilkunde. Eine besondere Beziehung zu Kneipp hat auch der Orden der Barmherzigen Brüder, die der berühmte „Wasserdoktor“ selbst zu seinen Erben ernannt hat.



Unser Ernährungskonzept.

Die Küche der Achtsamkeit.

Die Küche des Kurhauses, ausgezeichnet mit der Grünen Haube, ist eine Insel der Achtsamkeit. In Klöstern wurde immer schon die Aufgabe des Kochens nur einem ganz besonders achtsamen Menschen übertragen. Denn es heißt, dass die Gedanken während des schöpferischen Aktes der Zubereitung die Qualität der Mahlzeit beeinflussen – im positiven wie auch im negativen Sinne. Das Team rund um Diät- und Ayurvedakoch Gernot Flieder hat diese Philosophie verinnerlicht. Wir verarbeiten überwiegend saisonale Lebensmittel aus der Region – im Sommer sogar aus dem hauseigenen Gemüse- und Obstgarten –, aus biozertifizierter Landwirtschaft sowie fair gehandelte Produkte. Sei es basisch, vegetarisch, vegan, ayurvedisch oder auch klassisch österreichisch – unser leicht verdauliches, den Stoffwechsel regulierendes Ernährungskonzept basiert auf jahrelanger Erfahrung und Entwicklung. Die Gerichte, die unser Küchenteam täglich auf Ihren Tisch zaubert, vereinen Gesundheit und Genuss

zu einer wahren Gaumenfreude und spenden Energie für ein nachhaltig gesundes Leben.

Viele der heutigen, sogenannten Zivilisationskrankheiten, wie Übergewicht, Gelenkprobleme, Herz- und Gefäßkrankheiten sowie Bluthochdruck und auch geistige Erschöpfung können mit der richtigen Ernährung und Lebensweise aufgehalten oder sogar – je nach Stadium – symptomlos und damit schmerzfrei werden. Die Ernährung ist dabei oftmals der Schlüssel zu mehr Lebensqualität. Im Kurhaus Schärding lernen Sie wieder auf Ihre Intuition, Ihr Bauchgefühl zu achten und Sie erfahren viel Wissenswertes über das Lebenselixier Ernährung.



neue Leichtigkeit für Körper und Geist

„Eure Nahrung soll euch Heilmittel sein“, lehrte Pfarrer Sebastian Kneipp Ende des 19. Jahrhunderts. Seine Erkenntnisse sind so zeitgemäß wie nie. Eine bewusste, den Stoffwechsel regulierende Ernährung ist in Zeiten des Überflusses wichtiger denn je. Sie ist die Wurzel für Gesundheit und Vitalität.





entgiften

INDIKATIONEN:

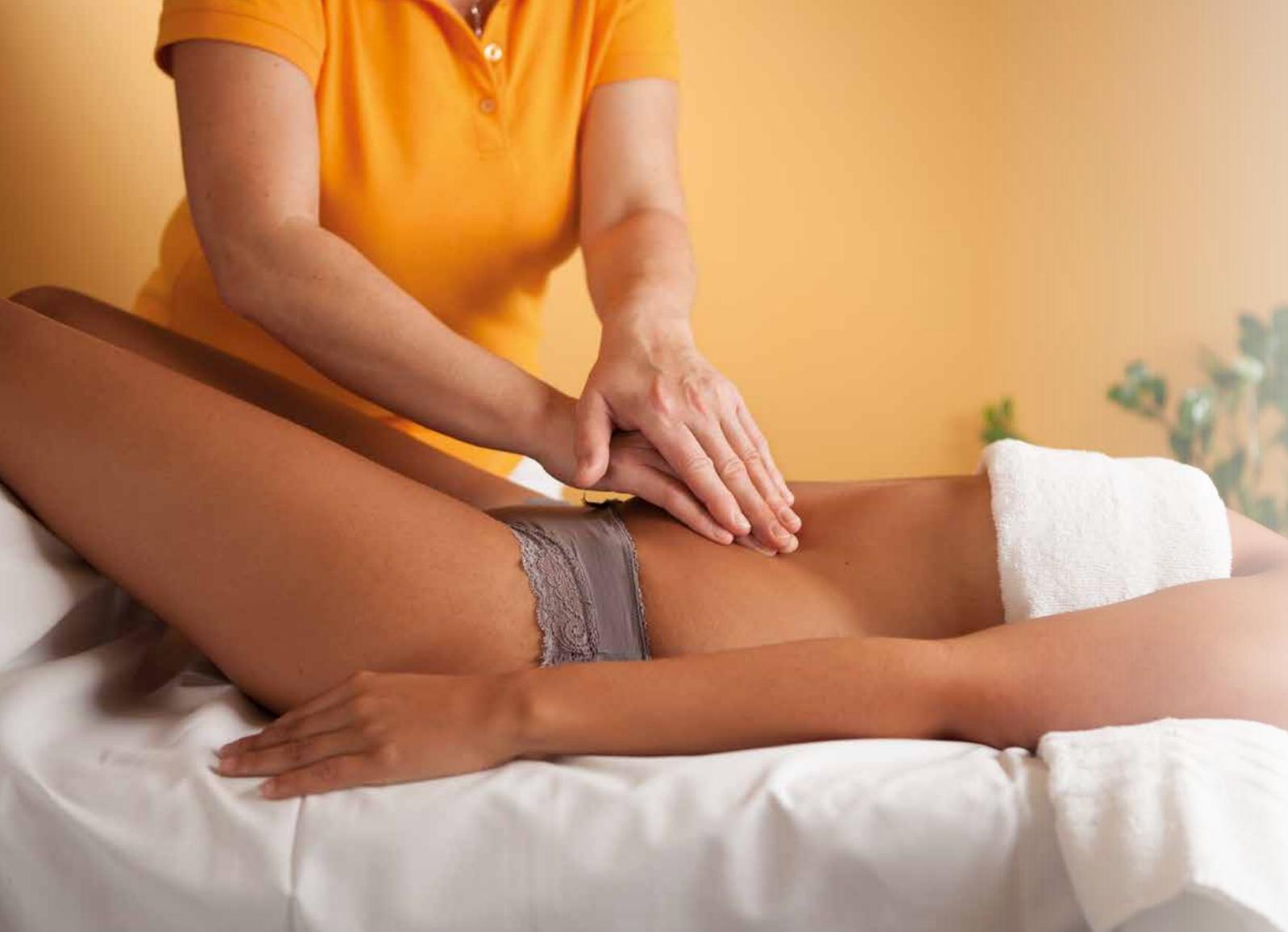
- Stoffwechselprobleme
- Übergewicht
- Immunschwäche
- Atemwegserkrankungen
- Nieren-/Blasenschwäche
- Magen-, Leber- und Darmstörungen



Wenn die Hose spannt und der Rock kneift, ist das nicht nur ein kosmetisches Problem. Denn sobald sich die Kilos vor allem vor der Leibesmitte sammeln, kann dies für die Gesundheit erhebliche Auswirkungen haben. So wie die Liebe durch den Magen geht, beginnt Gesundheit in der Küche. Hier setzen auch die Fastenangebote des Kurhauses an, denn Abnehmen ohne Kalorienreduktion ist nicht möglich. Gemeinsam mit unseren Ärzten besprechen Sie Ihren individuellen Ernährungsplan aus hochwertigen basischen, vegetarisch-vollwertigen, veganen oder ayurvedischen Gerichten - liebe- und geschmackvoll in unserer „Grünen Haube“ gekrönten Küche zubereitet. Ein abgestimmtes Behandlungskonzept auf Basis der europäischen und indisch-ayurvedischen Naturheilkunde, geführte Bewegungseinheiten und interessante Vorträge machen Ihren Gesundheitsurlaub zu einer ganz besonderen und nachhaltig wirksamen Kraftquelle.

Wertvoller Verzicht

Fasten ist ein wunderbarer Impuls der Selbstheilung. So perfekt unser Körper mit Fastenzeiten umzugehen gelernt hat, so wenig ist es ihm möglich, das heutige Überangebot an Nahrung zu verkraften. Gönnen Sie ihm eine Auszeit.



BASENFASTEN – abnehmen ohne zu hungern.

Die westliche Zivilisationsgesellschaft macht viele Menschen „sauer“. Unausgewogene Ernährung, zu viel an Wurst und Fleisch, zu viel an weißem Zucker, Süßstoffen, Kaffee und Alkohol, Bewegungsarmut und Stress bewirken, dass der Säure-Basenhaushalt kippt.

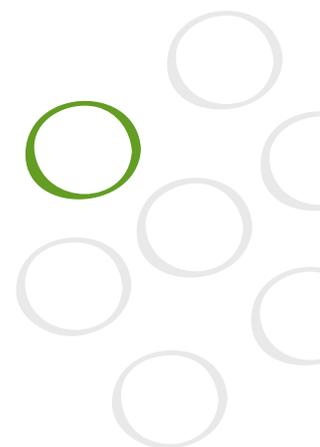
Basenfasten kann helfen bei:

- Kopfschmerz, Migräne
- Magen-, Leber-, Gallen- und Darmstörungen
- Sodbrennen, Reizmagen
- Rücken-, Nacken- und Schulterschmerzen
- Weichteil- und Gelenkrheuma (Arthrosen)
- Übergewicht und Folgen
- Gicht, erhöhter Harnsäure
- Herz- und Kreislaufstörungen
- psychosomatischen Störungen, Erschöpfung
- chronischen Infekten

Was bewirkt Basenfasten? Ihr Nutzen.

1. Mit unserer kalorienreduzierten Ernährung aktivieren Sie Ihren Stoffwechsel und Verdauung. Ihre Säure-Basen-Balance normalisiert sich, eine Gewichtsabnahme ist sehr wahrscheinlich.
2. Wir unterstützen die Entgiftungsprozesse im Körper durch natürliche Behandlungen. Sie erleben die Kraft unserer Symbiose von integrativer Medizin und europäischer Naturheilkunde.
3. Sie entdecken eine neue Denk- und Lebensphilosophie sowie eine lebbare Kultur der Achtsamkeit. So kommen Sie in Kontakt mit Ihrem „inneren Arzt“ und können nachhaltig Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren.

entgiften fasten



BASENFASTEN – 7 Tage

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa)
- Vollpension mit basischer Ernährung (800 kal) und Kräutertees
- Arztgespräch
- Begleitende Gruppengespräche und Vorträge
- 12 entgiftende und stoffwechsellanregende Kneippbehandlungen (Wickel, Waschungen, Güsse, Bäder) je nach ärztlicher Empfehlung
- 1 entspannende Ganzmassage (30 min)
- Bewegungseinheiten in der Natur (Gruppe)
- Kochworkshop

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 858,-	€ 858,-
KURHAUS	€ 912,-	€ 894,-
PANORAMA	€ 966,-	€ 948,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.074,-

BASENFASTEN – 11 Tage

- 11 Tage/10 Nächte (So-Mi)
- Vollpension mit basischer Ernährung (800 kal) und Kräutertees
- Arztgespräch
- Ärztliches Abschlussgespräch
- Begleitende Gruppengespräche und Vorträge
- 18 entgiftende und stoffwechsellanregende Kneippbehandlungen (Wickel, Waschungen, Güsse, Bäder) je nach ärztlicher Empfehlung
- 2 entspannende Ganzmassagen (à 30 min)
- Bewegungseinheiten in der Natur (Gruppe)
- Kochworkshop

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.388,-	€ 1.388,-
KURHAUS	€ 1.478,-	€ 1.448,-
PANORAMA	€ 1.568,-	€ 1.538,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.748,-

Aufbauend auf unseren Fastenangeboten bieten wir Ihnen einzelne Module zu bestimmten Schwerpunkten an.

Modul ENTSPANNUNG (zubuchbar)

- 1 Tuinamassage (60 min)
- 1 Akupressur (30 min)
- 1 x Qi-Gong (Gruppe)
- 5 x Yoga (Gruppe)
- 2 x Entspannungstraining mit Meditation

Modulpreis € 228,-

Modul STOFFWECHSEL (zubuchbar)

- 2 Akupressuren (30 min)
- 1 Lymphdrainage (60 min)
- 2 Baseninfusionen
- 1 medizinische Ernährungsberatung (30 min)

Modulpreis € 342,-

NATÜRLICH ABNEHMEN

- 7 Tage / 6 Nächte (So bis Sa) mit kalorienreduzierter Vollpension (800 kal)
- Arztgespräch
- Ganzheitsmedizinische Ernährungsberatung
- Begleitende Gruppengespräche und Vorträge
- 8 entgiftende und stoffwechsellanregende Kneippbehandlungen (Wickel, Güsse) je nach ärztlicher Empfehlung
- 2 spezielle Akupressuren
- 1 Lymphdrainage (60 min)
- 2 x Pilates (Gruppe)
- 2 x Aqua Fitness (Gruppe)
- Bewegungseinheiten in der Natur (Gruppe)

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.021,-	€ 1.021,-
KURHAUS	€ 1.075,-	€ 1.057,-
PANORAMA	€ 1.129,-	€ 1.111,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.237,-



HEILFASTEN nach dr. buchinger

Medizinisches Fasten ist bewusster Verzicht, eine kontrollierte und gesteuerte Erfahrung des Mangels. Sie nehmen nur Flüssiges zu sich - Gemüsebrühen, Obst- und Gemüsesäfte, Wasser und Tees. Erfolgreiches Heilfasten erhöht so auch die Selbstwirksamkeit - die Einsicht und Motivation für einen Neubeginn durch den Verzicht auf alles Überflüssige.

Heilfasten kann helfen bei:

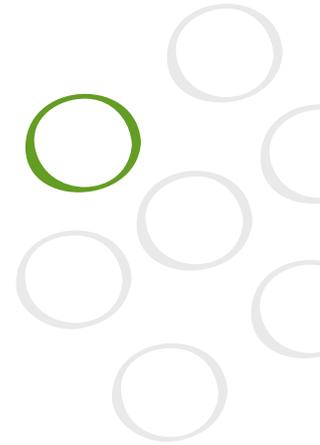
- Fettstoffwechselstörungen (zB Cholesterin)
- Übergewicht und Folgeerscheinungen
- Herz- und Kreislaufstörungen
- Reizmagen, Gastritis
- chronische Lebererkrankung
- Hautprobleme
- Weichteil- und Gelenkrheuma (zB Arthrose)
- Allergien
- Erschöpfungszustände

Was bewirkt Heilfasten? Ihr Nutzen.

1. Heilfasten bedeutet Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für einen klar definierten Zeitraum. Ziel ist es, den Magen-Darm-Trakt völlig zu entleeren und zu entlasten.
2. Die „überevollen Speicher“ im Körper werden geleert, Schlacke und Gifte werden ausgeschwemmt. Vor allem Eiweiße mit zu viel Zucker, die den Stoffwechsel belasten, werden stark abgebaut. Dazu kommen eine gleichzeitige Reinigung des Darms und die nachweisliche Stärkung des Immunsystems.
3. Bewusstes Heilfasten bringt zudem innere Ruhe und Besinnung und führt im geistig-seelischen Bereich zur Abklärung und zum Abbau von Ängsten und Stress.



entgiften fasten



HEILFASTEN – 7 Tage

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa)
Vollpension (400 kal) mit frischen Säften, Kräutertees und leichter Aufbaukost
- Arztgespräch
- Begleitende Gruppengespräche und Vorträge
- 12 entgiftende und stoffwechsellanregende Kneippbehandlungen (Wickel, Waschungen, Güsse) je nach ärztlicher Empfehlung
- 1 entspannende Ganzmassage (30 min)
- Bewegungseinheiten in der Natur (Gruppe)
- Kochworkshop

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 817,-	€ 817,-
KURHAUS	€ 871,-	€ 853,-
PANORAMA	€ 925,-	€ 907,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.033,-

HEILFASTEN – 11 Tage

- 11 Tage/10 Nächte (So-Mi)
Vollpension (400 kal) mit frischen Säften, Kräutertees und leichter Aufbaukost
- Arztgespräch
- Ärztliches Abschlussgespräch
- Begleitende Gruppengespräche und Vorträge
- 18 entgiftende und stoffwechsellanregende Kneippbehandlungen (Wickel, Waschungen, Güsse) je nach ärztlicher Empfehlung
- 2 entspannende Ganzmassagen (à 30 min)
- Bewegungseinheiten in der Natur (Gruppe)
- Kochworkshop

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.322,-	€ 1.322,-
KURHAUS	€ 1.412,-	€ 1.382,-
PANORAMA	€ 1.502,-	€ 1.472,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.682,-

Aufbauend auf unseren Fastenangeboten bieten wir Ihnen einzelne Module zu bestimmten Schwerpunkten an.

Modul ENTSPANNUNG (zubuchbar)

- 1 Tuinamassage (60 min)
- 1 Akupressur (30 min)
- 1 x Qi-Gong (Gruppe)
- 5 x Yoga (Gruppe)
- 2 x Entspannungstraining mit Meditation

Modulpreis € 228,-

Modul STOFFWECHSEL (zubuchbar)

- 2 Akupressuren (30 min)
- 1 Lymphdrainage (60 min)
- 2 Baseninfusionen
- 1 medizinische Ernährungsberatung (30 min)

Modulpreis € 342,-



pancha karma

Sorgfältig aufeinander abgestimmte Reinigungsverfahren lösen Gifte und Ablagerungen aus den Geweben und schleusen sie aus dem Körper. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert und Körper, Geist und Seele ausbalanciert.

Die im Körper angestauten Schlackenstoffe und Gifte können noch lange, bevor akute Beschwerden auftreten, schleichend die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden schmälern sowie Stimmungsschwankungen hervorrufen. In der ayurvedischen Heilkunst gehören deshalb Vorbeugung und Heilung eng zusammen. Man versucht, die Auslöser von Erkrankungen zu verstehen und ungesunde Angewohnheiten abzustellen.

Selbst-Heilungs-Kräfte

Dazu gibt es eine Reihe von Behandlungen, die vor allem dem Körper dabei helfen sollen, „sich selbst zu helfen“ und somit auch den Verschleißprozess des Alterns zu verlangsamen. Bei den meisten üblichen Reinigungskuren gelingt nur die Ausspülung der wasserlöslichen Schlacken und Gifte. Pancha Karma schafft es jedoch durch

besondere Anwendungen und die Einnahme von Ghee (sprich „gie“), einem speziell gereinigten Butterschmalz, den Körper auch von fettlöslichen Giften zu befreien. Neben den reinigenden Anwendungen gehören auch eine abgestimmte Ernährung, entspannende Anwendungen mit hochwertigen Ölen aus Indien, Dampfbäder und Yoga zu einer erfolgreichen Pancha Karma-Kur.

Regeneration

Die Behandlungen helfen bei der Stabilisation des vegetativen Nervensystems, was entscheidend zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele beiträgt. Das Nervensystem schaltet auf Ruhe um und eine tiefgreifende Regeneration beginnt. Pancha Karma hat sich bei chronischen Schmerzen und Infekten, Asthma, Allergien, Bluthochdruck oder Kopfschmerzen bewährt.

entgiften pancha karma

INDIKATIONEN:

- Chronische Schmerzen
- Infekte
- Asthma
- Allergien
- Bluthochdruck
- Kopfschmerzen
- Verdauungsstörungen



*„Seelisches und körperliches Wohlbefinden,
geistige Klarheit und Verjüngung des biologischen Alters
– Pancha Karma hält den Lebensmotor in Gang.“*

Nijo Sebastian, Ayurveda-Meister

AYURVEDISCHE REINIGUNG

- 8 Tage/7 Nächte (So-So)
mit ayurvedischer Vollpension und Kräutertees
- Arztgespräch
- Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check
- Abschließende ayurvedische Beratung
- 3 Abhyanga Ganzmassagen
- 2 Kizhi Ganzmassagen
- 2 Shirodhara (Stirnguss)
- 2 Nasya
- 3 x Svedana (Dampfbad)
- Yoga

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.651,-	€ 1.651,-
KURHAUS	€ 1.714,-	€ 1.693,-
PANORAMA	€ 1.777,-	€ 1.756,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.903,-

PANCHA KARMA KUR

- 15 Tage/14 Nächte (So-So)
mit ayurvedischer Vollpension und Kräutertees
- Arztgespräch
- Begleitung durch unseren Ayurveda-Meister
- Sämtliche ärztlich verordnete Ayurveda-Behandlungen
- Yoga

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 3.444,-	€ 3.444,-
KURHAUS	€ 3.570,-	€ 3.528,-
PANORAMA	€ 3.696,-	€ 3.654,-
DOMIZIL NOVA		€ 3.948,-

A woman with blonde hair is lying in a colorful, multi-colored striped hammock. She is wearing a light-colored, patterned shirt and is holding a coconut. The hammock is suspended by ropes and wooden bars. The background is a lush green field with trees and foliage, suggesting a park or garden setting. The lighting is bright and natural, indicating it is daytime.

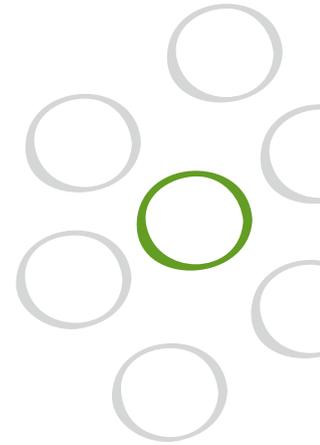
auf dem weg zu sich selbst

Ungesunde Lebensgewohnheiten, Leistungsdruck am Arbeitsplatz und im Privatleben – der moderne Mensch zahlt einen hohen Preis für das, was in unserer Gesellschaft allgemein als erstrebenswert gilt. Doch der menschliche Organismus ist Dauerstress nicht gewachsen. Er reagiert – zunächst in Form von Gereiztheit und Müdigkeit, bei fortdauernder Belastung können gesundheitliche Probleme die Folge sein.

auftanken

INDIKATIONEN:

- Erschöpfung
- Schlafstörungen
- Herz-/Kreislaufstörungen
- Atemwegserkrankungen
- Konzentrationsstörungen
- Müdigkeit



Es wäre lebensfremd, wollte man sich aus dem Kreislauf des Alltags komplett ausklinken. Doch man kann sich Oasen schaffen, in denen man wieder zur Ruhe kommt, auftankt und regeneriert.

Auf sich Acht geben

Im Kurhaus Schärding begegnen wir Erschöpfung und Energiemangel mit einer sogenannten „Zeit ordnenden Therapie“ – entwickelt nach den Prinzipien der Schonung, Normalisierung, Regulierung und anschließender Kräftigung. Wichtiger Bestandteil des Konzeptes ist eine Ernährungsumstellung auf eine säure- und basenharmonisierte Kost, ergänzt durch Kräuter und Heilwässer. Kneipp-anwendungen mit Granderwasser stabilisieren mit sanften Reizen das Nervensystem, gezielte ayurvedische Behandlungen, Bäder und Massagen werden als besonders wohltuend empfunden und mobilisieren innere Kräfte.

Wieder ausgeglichen und stark

Einen elementaren Beitrag, um wieder „ins Lot“ zu kommen, leistet auch die Traditionelle Chinesische Medizin. Sie bringt das Qi, die Lebensenergie des Körpers, wieder in einen natürlichen, ausgeglichenen Zustand und hilft, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Mit Bewegungs- und Entspannungstrainings kehrt schließlich die Lebensfreude zurück, Sie fühlen sich ausgeglichen und stark, um Ihren Alltag gelassener und leichter bewältigen zu können.



*„Lernt das Wasser richtig kennen,
und es wird euch stets ein verlässlicher Freund sein.“*

Sebastian Kneipp, 17.5.1821 – 17.6.1897

KNEIPP FÜR EINSTEIGER – 7 Tage

Das ganzheitliche Denken Sebastian Kneipps (1821-1897) gilt noch heute als wegweisend für die europäische Naturheilkunde und eine zeitgemäße Präventivmedizin. Kneipp stellte die Elemente Wasser, Pflanzen, Bewegung, Ernährung und Balance in einen engen Zusammenhang. Der Name Kneipp steht somit nicht nur für wissenschaftlich fundierte naturheilkundliche Anwendungen, er steht für einen ganzheitlichen Lebensstil.

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa) mit Halbpension
- 6 vitalisierende Kneippgüsse
- 1 entspannende Ganzmassage (30 min)
- 1 x Aqua Fitness (Gruppe)

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 575,-	€ 575,-
KURHAUS	€ 629,-	€ 611,-
PANORAMA	€ 683,-	€ 665,-
DOMIZIL NOVA		€ 791,-

Aufpreis Vollpension: € 66,-

ORIGINAL KNEIPP KUR – 14 Tage

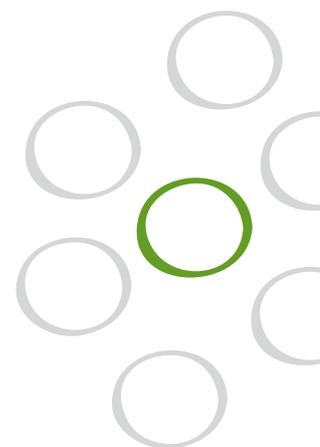
- 14 Tage/13 Nächte (So-Sa) mit Halbpension
- Arztgespräch
- Folgeuntersuchung
- Individuelle Kneippbehandlungen (Wickel, Waschungen, Bäder, Packungen, Güsse) je nach ärztlicher Empfehlung
- 6 ärztlich verordnete Massagen (Ganzmassagen à 30 min, Lymphdrainagen à 40 min)

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.798,-	€ 1.798,-
KURHAUS	€ 1.915,-	€ 1.876,-
PANORAMA	€ 2.032,-	€ 1.993,-
DOMIZIL NOVA		€ 2.266,-

Aufpreis Vollpension: € 143,-

Selbstverständlich bieten wir auch eine entsprechende dreiwöchige Kneippkur an! Wir beraten Sie gerne.

auftanken



MEINE KRAFTQUELLE – 7 Tage

Zeit für mein „Ich-bin-Ich“. Nehmen Sie sich eine Auszeit und lassen Sie sich ein auf ein ausgiebiges Rendezvous mit Ihnen selbst. Entdecken Sie die wirkungsvolle Symbiose unserer drei Naturheilkunden.

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa) mit Halbpension
- Ganzheitsmedizinische Untersuchung inkl. Zungen- und Pulsdiagnose
- 3 Ganzkörperwaschungen
- 3 individuelle Kneippbehandlungen (Güsse, Bäder) je nach ärztlicher Empfehlung
- 2 Abhyanga Ganzmassagen
- 2 Akupunktmassagen
- 2 Akupunktur
- 1 x Qi-Gong (Gruppe)
- 2 x Entspannungstraining nach Jacobson (Gruppe)

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.024,-	€ 1.024,-
KURHAUS	€ 1.078,-	€ 1.060,-
PANORAMA	€ 1.132,-	€ 1.144,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.240,-
Aufpreis Vollpension: € 66,-		

MEINE KRAFTQUELLE – 11 Tage

- 11 Tage/10 Nächte (So-Mi) mit Halbpension
- Ganzheitsmedizinische Untersuchung inkl. Zungen- und Pulsdiagnose
- Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check
- 4 Ganzkörperwaschungen
- 4 individuelle Kneippbehandlungen (Güsse, Bäder) je nach ärztlicher Empfehlung
- 2 Abhyanga Ganzmassagen
- 2 Shirodhara (Stirnguss)
- 1 Behandlung nach TCM
- 3 Akupunktmassagen
- 3 Akupunktur
- 1 x Qi-Gong (Gruppe)
- 3 x Entspannungstraining nach Jacobson (Gruppe)

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.799,-	€ 1.799,-
KURHAUS	€ 1.889,-	€ 1.859,-
PANORAMA	€ 1.979,-	€ 1.949,-
DOMIZIL NOVA		€ 2.159,-
Aufpreis Vollpension: € 110,-		

ERHOLUNG PUR

- 4 Tage/3 Nächte (So - Mi oder Mi - Sa) mit Halbpension
- 2 vitalisierende Kneippgüsse
- 1 belebendes Luftperl-Fichtebad
- 1 entspannende Ganzmassage (30 min)

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 309,-	€ 309,-
KURHAUS	€ 336,-	€ 327,-
PANORAMA	€ 363,-	€ 354,-
DOMIZIL NOVA		€ 417,-
Aufpreis Vollpension: € 33,-		

GESUND UND VITAL MAL DREI

Tauchen Sie ein in die Welt unserer drei Naturheilkunden. Kneipp, Traditionelle Chinesische Medizin und Ayurveda – authentisch und original.

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa) mit Halbpension
- 6 vitalisierende Kneippgüsse
- 3 Akupunktmassagen oder Tuina-Massagen
- 2 Abhyanga Teilmassagen

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 768,-	€ 768,-
KURHAUS	€ 822,-	€ 804,-
PANORAMA	€ 876,-	€ 858,-
DOMIZIL NOVA		€ 984,-
Aufpreis Vollpension: € 66,-		

rasayana

Eine gezielte Regeneration aller Gewebe, die im Ayurveda als materielle Basis gesehen werden, trägt zu einem höheren Energie- und Abwehrstatus, mehr Leistungsfähigkeit, innerer Balance und einer „Verjüngung“ des biologischen Alters bei. Entdecken Sie das Geheimnis innerer Erneuerung.



RASAYANA – 4 Tage

- 4 Tage/3 Nächte (So-Mi oder Mi-Sa)
mit ayurvedischer Vollpension
- Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check
- 2 Abhyanga Ganzmassagen
- 2 Shirodhara (Stirnguss)
- 2 x Svedana (Dampfbad)
- Yoga

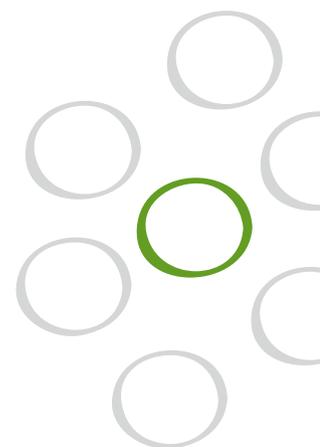
Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 729,-	€ 729,-
KURHAUS	€ 756,-	€ 747,-
PANORAMA	€ 783,-	€ 774,-
DOMIZIL NOVA		€ 837,-

RASAYANA – 7 Tage

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa)
mit ayurvedischer Vollpension
- Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check
- 2 Abhyanga Ganzmassagen
- 2 Shirodhara (Stirnguss)
- 1 Mukabhyanga (Gesichtsmassage)
- 1 Shiroabhyanga (für Kopf, Nacken, Schulter)
- Yoga

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.105,-	€ 1.105,-
KURHAUS	€ 1.159,-	€ 1.141,-
PANORAMA	€ 1.213,-	€ 1.195,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.321,-

auftanken



YOGA & VEGAN

Erlernen Sie mit Yoga eine ausgezeichnete Übung der Achtsamkeit und entdecken Sie die geschmackliche Vielfalt einer rein pflanzlichen Ernährung. Wählen Sie Ihr veganes, vegetarisches, basisches oder ayurvedisches Menü aus unserer Grüne-Haube gekrönten Küche.

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa)
- Vollpension mit veganer Ernährung
- Arztgespräch
- Begleitende Gruppengespräche und Vorträge
- 6 vitalisierende Kneippgüsse
- 1 spezielle Akupressur
- 1 Abhyanga Teilmassage
- 1 entspannende Teilmassage (20 min)
- 2 x Entspannungstraining nach Jacobson (Gruppe)
- 2 x Pilates (Gruppe)
- 1 x Yoga „INNBalance“
- 5 x Yoga

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 912,-	€ 912,-
KURHAUS	€ 966,-	€ 948,-
PANORAMA	€ 1.020,-	€ 1.002,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.128,-

SHANTI – INNERER FRIEDE

Das Wort „Shanti“ kommt aus dem indischen Sanskrit und bedeutet Friede und Glückseligkeit. Hier erfahren Sie, wie Sie Ihr Dosha wieder in Balance bringen und erleben tiefe Entspannung.

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa) mit ayurvedischer Vollpension
- Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check
- 2 Kizhi Ganzmassagen
- 3 Abhyanga Ganzmassagen
- 3 Shirodhara (Stirnguss)
- 3 x Svedana (Dampfbad)
- Yoga

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.468,-	€ 1.468,-
KURHAUS	€ 1.522,-	€ 1.504,-
PANORAMA	€ 1.576,-	€ 1.558,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.684,-

PILGERWOCHE – MEIN WEG

Pilgern hat Tradition und Zukunft! Wer sich heute auf den Weg macht, neue Perspektiven und Sichtweisen zu finden, sucht die Begegnung mit Menschen, Kultur, Natur und Brauchtum. Machen auch Sie sich auf den Weg und begeben Sie sich „auf die Spuren der Pilger und Wallfahrer“.

- 7 Tage/6 Nächte (So bis Sa) Vollpension mit basischer Ernährung (800 kal)
- 4 geführte Pilgerwanderungen an der Via Nova
- 4 vitalisierend-erfrischende Kneippgüsse
- 1 Fußreflexzonentherapie
- 1 Akupunkt- oder Tuina Massage
- 1 Entspannungseinheit in der Gruppe
- Geführte Meditation in der Gruppe
- Trinkflasche

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 779,-	€ 779,-
KURHAUS	€ 833,-	€ 815,-
PANORAMA	€ 887,-	€ 869,-
DOMIZIL NOVA		€ 995,-

Pilgertermine: 10.06. bis 16.06.2018
08.07. bis 14.07.2018
09.09. bis 15.09.2018

A woman in a yellow polo shirt is performing a massage on a woman lying on a table. The woman being massaged has her eyes closed and a relaxed expression. In the background, two other women are visible, one with her hand on the neck of the woman being massaged. The scene is set against a warm, brown background.

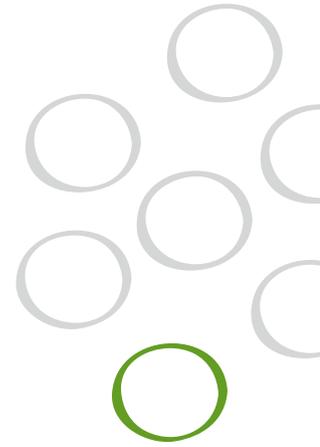
ihre gesundheit – in den besten händen

Gemäß unseres Leitsatzes betrachten wir den Menschen in seiner Ganzheit. Die angewandten Methoden zielen darauf ab, die Lebensenergie wieder zum Fließen zu bringen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, sodass die Natur heilen kann.

schmerzfrei

INDIKATIONEN:

- Rückenschmerzen
- Arthrose
- Gelenksbeschwerden
- Kopfschmerz
- Migräne



Wer ständig unter Schmerzen leidet, muss eine massive Verschlechterung seiner Lebensqualität hinnehmen. Tut man nichts dagegen, gerät man in einen regelrechten Teufelskreis. Die Schmerzen werden chronisch, man gibt Gewohnheiten, Vorhaben, soziale Kontakte auf und öffnet dadurch Depressionen Tür und Tor. Wir konzentrieren uns im Kurhaus Schärding speziell auf die Vorbeugung und Linderung von Kopfschmerz und Migräne, Krankheiten des rheumatischen Formenkreises und Schmerzen, die von der Wirbelsäule ausgehen sowie Wechselbeschwerden.

2000 Jahre alt – und aktuell wie nie

Die Traditionelle Chinesische Medizin hat sich vor allem bei der Vorbeugung und Behandlung chronischer Krankheiten bewährt. Sie umfasst verschiedene Maßnahmen, die bei der Ernährung beginnen, weiter über Akupunktur, Tuina-Massagen reichen und bei Schröpf- und chinesischer Kräutertherapie noch lange nicht aufhören. Sehr wirkungsvoll ist Akupunktur bei Kopfschmerz, Migräne und Hitzewallungen, sie löst Blockaden und führt zu einer meist sofortigen Schmerzfreiheit.

Hand in Hand gegen den Schmerz

Im Kurhaus Schärding erfährt TCM – je nach Beschwerdebild – Ergänzung durch Kneipp'sche Wassertherapie und Ayurveda sowie Heilgymnastik. Entzündliche Gelenkerkrankungen, Rückenprobleme – mit fundierten Therapien und Ratschlägen für einen gesunden Lebensstil und eine ausgewogene Ernährung atmen Sie hier erstmals wieder auf und bekommen neuen Lebensmut.



ganzheitliche schmerztherapie

Schmerz ist ein sinnvolles Warnsignal, das uns Menschen schützt. Erkrankungen des Bewegungsapparates sind aus ganzheitlicher Sicht oftmals ernährungs- und lebensstilbedingte Zivilisationskrankheiten, die infolge vieler verschiedener Faktoren bevorzugt im höheren Alter auftreten. Der Körper hat viele Jahre versucht, eine falsche Ernährungs- und Lebensweise zu kompensieren. Irgendwann schafft der Organismus dies aber nicht mehr und die Konsequenzen zeigen sich.

Wenn der Schmerz allerdings chronisch wird, hat er seine eigentliche lokale Ursache meist schon verloren – er hat sich in unser Gedächtnis eingebrannt. Während sich die herkömmliche Therapie bei Schmerzen auf die Beseitigung der Symptome konzentriert, geht unser naturheilkundlicher Ansatz einen anderen Weg. Wir betrachten den Menschen in seiner Ganzheit und so spielt bei Schmerzen nicht nur das Organ selbst, sondern auch das ganze Umfeld eine wichtige Rolle. Gemeinsam erarbeiten wir mit Ihnen ein individuelles Behandlungsprogramm für mehr Lebensqualität im Alltag.

schmerzfrei

GESUNDE GELENKE

Im Volksmund werden Schmerzen der Knochen und Gelenke, gleich welcher Ursache, als Rheuma bezeichnet. Generell unterscheidet man Gelenkbeschwerden, die durch Abnutzung entstehen (Arthrose), und solche, die durch Entzündungen ausgelöst werden (Arthritis). Daneben gibt es noch akute Anfälle von Gelenkschmerz aufgrund von Stoffwechselerkrankungen (zB Gicht). Mit entsprechenden Behandlungen aus Ayurveda und der TCM, Physiotherapie sowie ausgewogener Ernährung können wir helfen, Beschwerden zu lindern oder den Ursachen von Rheuma vorzubeugen.

- 7 Tage/6 Nächte (So-Sa) mit Halbpension
- Arztgespräch
- 3 Kizhi Ganzmassagen
- 3 Pichu
- 1 Behandlung nach TCM
- 1 Akupunktmassage
- 1 Tuina-Massage (60 min)
- 2 x Einzelheilgymnastik

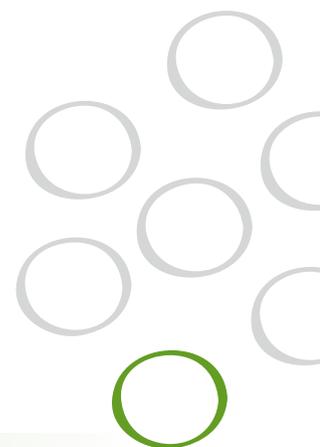
Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.399,-	€ 1.399,-
KURHAUS	€ 1.453,-	€ 1.435,-
PANORAMA	€ 1.507,-	€ 1.489,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.615,-
	Aufpreis Vollpension: € 66,-	

GESUNDE VENEN

Sie haben müde und schwere Beine, ständiges Ziehen oder Beinschwellungen? Dahinter steckt sehr oft eine beginnende Venenerkrankung, die frühzeitig behandelt werden sollte.

- 7 Tage/6 Nächte (So - Sa) mit Halbpension
- Arztgespräch
- 6 straffende Beinwickel
- 2 entstauende Lymphdrainagen (à 40 min)
- 9 durchblutungsfördernde Kneippgüsse

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 824,-	€ 824,-
KURHAUS	€ 878,-	€ 860,-
PANORAMA	€ 932,-	€ 914,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.040,-
	Aufpreis Vollpension: € 66,-	



„Schmerzinfusionen sind absolut sinnvoll und bringen rasche Erleichterung, bevor der Schmerz sich in das Gedächtnis einbrennen und somit zur Dauerfolter werden kann.“

Dr. Andrea Part, Kurärztin

REIBUNGSLOS – MEIN GESUNDER RÜCKEN

Die meisten Menschen leiden an „unspezifischen“ Rückenschmerzen. Hier hat sich unsere basische Heildiät (Basenfasten) bestens bewährt, da ein zu viel an Säure das Bindegewebe belasten kann. Zu dem kombinieren wir Behandlungen zum Muskelaufbau mit wärmender Entspannung und sanfter Dehnung.

- 7 Tage/ 6 Nächte (So-Sa) Vollpension mit basischer Ernährung (800 cal.)
- Arztgespräch
- 3 x Einzelheilgymnastik
- 2 Individuelle Infusionen je nach ärztlicher Empfehlung
- 2 Heublumensäcke für den Rücken
- 4 Pichu
- 3 Faszienmassagen (30 min)
- 2 x funktionelles Wirbelsäulentraining

Preis/Person	EZ	DZ
KNEIPP	€ 1.276,-	€ 1.276,-
KURHAUS	€ 1.330,-	€ 1.312,-
PANORAMA	€ 1.384,-	€ 1.366,-
DOMIZIL NOVA		€ 1.492,-



Inkludierte Leistungen

- Nächtigung in der gewählten Zimmerkategorie (Preis pro Person und Nacht)
- Frühstücksbuffet mit biologischen, veganen und regionalen Produkten
- Wahlmenüs aus der „Grünen Haube“ gekrönten Küche mittags und/oder abends (je nach Buchung)
- Erlesenes Teesortiment am Zimmer
- Aquathek und Kräuter-Teebar in der Bibliothek
- Private Spa mit Hallenbad, Finnischer Sauna, Infrarot-Wärmekabine und Dampfbad
- Fitnessraum mit Technogym-Geräten
- Bademantel und -tücher während des Aufenthalts
- Gesundheitsgymnastik am Vormittag
- Leih-Fahrräder und Nordicwalkingstöcke
- Vorträge und Möglichkeit am Gottesdienst in der Kurhauskirche teilzunehmen

Unser diagnostisches und therapeutisches Programm basiert auf einem Wochenrhythmus mit Beginn am Sonntag / Montag. Wir empfehlen einen Mindestaufenthalt von 7 Tagen und ersuchen Sie, sonntags bis 16:00 Uhr anzureisen. Bitte beachten Sie, dass an Feiertagen keine Therapien angeboten werden!

wohlfühlen

zimmerpreise



KNEIPP

Dusche/WC, SAT-TV, Radio, Telefon, stadt-bzw. innenhof-seitig

Nacht/Person	EZ	DZ
HALBPENSION	€ 77,-	€ 77,-
VOLLPENSION	€ 88,-	€ 88,-



KURHAUS

Dusche/WC, SAT-TV, Radio, Telefon, Kühlschrank, teilweise Balkon, stadt-oder parkseitig

Nacht/Person	EZ	DZ
HALBPENSION	€ 86,-	€ 83,-
VOLLPENSION	€ 97,-	€ 94,-



PANORAMA

Dusche/WC, Fön, teilweise Bidet, SAT-TV, Radio, Telefon, Safe, Kühlschrank, teilweise Balkon, inn- oder parkseitig

Nacht/Person	EZ	DZ
HALBPENSION	€ 95,-	€ 92,-
VOLLPENSION	€ 106,-	€ 103,-



DOMIZIL NOVA

Großzügige Suite, getrennter Wohn- und Schlafbereich, Dusche/WC oder Bad/teilweise Bidet, Sat-TV, Radio, Telefon, teilweise Balkon, Kühlschrank, parkseitig

Nacht/Person	DZ
HALBPENSION	€ 113,-
VOLLPENSION	€ 124,-

Anmerkung: Die Zimmer sind ab 14.00 Uhr beziehbar. Wir bitten Sie, das Zimmer am Abreisetag bis 11.00 Uhr frei zu machen. Preise zzgl. Toursimusabgabe: Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahre €1,50 pro Tag.



ÄRZTLICHE LEISTUNGEN

Erstuntersuchung	€ 50,50
Folgeuntersuchung	€ 25,50
Ganzheitsmedizinische Untersuchung inkl. Zungen- und Pulsdiagnose (45 min)	€ 84,70
Ernährungsberatung (30 min)	€ 56,10
Blutabnahme	€ 20,40
Mesotherapie	€ 39,80
Ohrakupunktur	€ 30,60
Akupunktur	€ 52,50
Akupunktur und Neuraltherapie	€ 64,30

Infusionstherapien

Vitamin-C Infusion	€ 31,00
Baseninfusion	€ 64,30
Schmerzinfusion Migräne	€ 68,30
Vitamin-Mineralstoffinfusion	€ 70,00
Gelenkinfusion akut, gr. Gelenke	€ 70,00
Leberinfusion	€ 70,00
Burn-out Prophylaxe	€ 90,00
Tinnitusinfusion	€ 90,00
Mikronährstoffprofil	Preis auf Anfrage
Nahrungsmittelnverträglichkeitsprofil	Preis auf Anfrage

Lasertherapien

Laserbehandlung klein	€ 7,00
Laserbehandlung	€ 21,40
Laserakupunktur	€ 52,50
Haemo-Laserbehandlung	€ 56,00

therapiepreise

KNEIPP-BEHANDLUNGEN

Waschung	€ 7,10
Herzauflagen mit Essig	€ 7,10

Güsse

Kleine Güsse (Nacken-, Ober-, Rücken-, Schenkel-, Augen-, Gesichts-, Arm- oder Knieguss)	€ 11,20
Große Güsse Überwärmungsgüsse (Nacken-, Lumbalguss), Voll- oder Blitzguss, Rautenblitzguss	€ 14,30

Bäder

Wechselbäder (Arm- oder Fußbäder)	€ 11,70
Ansteigende Bäder (Arm- oder Fußbäder)	€ 12,20
Sitzbäder (mit sämtl. Zusätzen)	€ 15,30
Wannenbäder (Kohlensäure, Sauerstoff, Luftperl u. sämtl. Zusätze)	€ 19,90

Wickel

Wickel (Schal-, Lenden-, Fuß-, Waden-, Knie-, Salz-, Retterspitzwickel, Auflagen)	€ 19,40
Kurzwickel (zum Abnehmen)	€ 21,40
Spanischer Mantel oder Salzhemd	€ 21,40

Packungen

Halslehmpackung, kalt	€ 7,10
Handknetpackung mit Moor, warm	€ 13,30
Kleine Packung (Füße, Ellbogen, Knie, Hände mit Lehm oder Topfen), kalt	€ 14,30
Große Packung (Beine, Hüfte, Arme, Schultern mit Lehm oder Topfen), kalt	€ 21,40
Heusackpackung	€ 19,40
Moorpackung, warm	€ 21,40
Fango, Öl, Sole im Wasserbett	€ 38,80
Algenbehandlung im Wasserbett	€ 42,80

Inhalationen

Inhalationen mit Sole, Mucosolvan, Bepanthen	€ 8,70
Kopfdampf	€ 20,40
Medizinischer Tee	€ 3,30

MASSAGEN

Teilmassage (20 min)	€ 26,00
Ganzmassage (30 min)	€ 35,70
Ganzmassage (40 min)	€ 42,80
Fußreflexzonentherapie (30 min)	€ 34,70
Breussmassage (30 min)	€ 42,80
Dornmassage (30 min)	€ 42,80
Lymphdrainage (30 min)	€ 35,20
Lymphdrainage (40 min)	€ 46,90
Lymphdrainage (60 min)	€ 70,40
Bauchbehandlung (Colonmassage, 15 min)	€ 25,00
Bindegewebsmassage (30 min)	€ 42,80
Faszienmassage (30 min)	€ 43,40
Individuelle Massagetherapie (60 min)	€ 78,50

BEWEGUNGSTHERAPIEN

Wirbelsäulengymnastik (Gruppe, 40 min)	€ 9,70
Pilates (Gruppe, 40 min)	€ 9,70
Aqua Fitness (Gruppe, 20 min)	€ 9,70
Entspannungstraining nach Jacobson (Gruppe, 50 min)	€ 12,00
Qi-Gong (Gruppe, 40 min)	€ 13,30
Yoga (Gruppe, 60 min)	€ 13,30
Yoga „INNBalace“ (Gruppe, 60 min), meditativ	€ 13,30
Personal Yoga (60 min)	€ 66,30
Einzelheilgymnastik (30 min)	€ 41,80
Einzelheilgymnastik im Wasser (30 min)	€ 41,80

TCM-BEHANDLUNGEN

Akupunktmassage	€ 44,40
Akupressur Bauch oder Kopf (30 min)	€ 43,40
Tuina-Massage (30 min)	€ 43,40
Tuina-Massage (60 min)	€ 80,60
Lymphdrainage nach TCM (60 min)	€ 98,80
Behandlung nach TCM (60 min)	€ 101,50
Behandlung nach TCM (90 min)	€ 168,30
Behandlung nach TCM (60 min) + Moxabehandlung	€ 120,00
Beratung nach TCM (30 min)	€ 44,40
Fußbehandlung nach TCM (50 min)	€ 54,10



AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Massagen

Abhyanga für die Haut u. muskuläre Verspannungen

Teilmassage	€ 53,00
3 Behandlungen	€ 147,00

Abhyanga

Ganzmassage	€ 89,00
3 Behandlungen	€ 252,00

Shiroabhyanga für Kopf, Nacken und Schulter

Behandlung	€ 53,00
3 Behandlungen	€ 147,00

Pad-Abhyanga Fußmassage

Behandlung	€ 53,00
3 Behandlungen	€ 147,00

Mukabhyanga Gesichtsmassage zur Entspannung und für die Haut

Behandlung	€ 58,00
3 Behandlungen	€ 162,00

Synchronmassage Abhyanga*

Harmonisierung von Körper und Haut

Teilmassage	€ 89,00
3 Behandlungen	€ 252,00

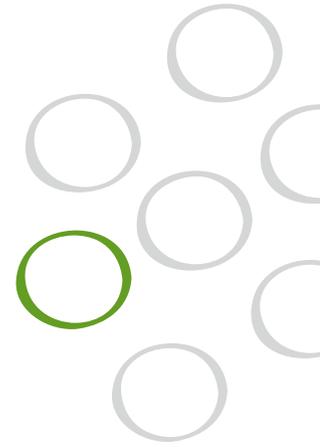
Synchronmassage Abhyanga*

Ganzmassage	€ 155,00
3 Behandlungen	€ 450,00

Nasya vitalisierende Anwendung des Kopfbereiches

Behandlung	€ 50,00
3 Behandlungen	€ 138,00

therapiepreise



Udvertana Massage für Problemzonen	
Teilmassage	€ 68,00
3 Behandlungen	€ 192,00
Udvertana	
Ganzmassage	€ 124,00
3 Behandlungen	€ 357,00
Kizhi* Stempel-Teilmassage	
3 Behandlungen	€ 210,00
Kizhi* Stempel-Ganzmassage	
3 Behandlungen	€ 393,00
Naranga Kizhi*	
Zitronenkräuterstempel-Teilmassage bei Gelenks- schmerzen, Rheuma, wirkt auch hautstraffend	
3 Behandlungen	€ 210,00
Naranga Kizhi* Zitronenkräuterstempel-Ganzmassage	
3 Behandlungen	€ 393,00
Ölgüsse	
Shirodara (Stirnguss) 1 Behandlung	€ 96,00
Shirodara (Stirnguss) 3 Behandlungen	€ 243,00
Thakra Dhara (Stirnguss mit Buttermilch), kalt, bei Stress, Belastung, psychosomatischen Erkrankungen	
Behandlung	€ 66,00
3 Behandlungen	€ 183,00
Sarvanga Dhara* (Königsguss) regt Haut- und Organstoffwechsel an, bringt tiefe Entspannung	
3 Behandlungen	€ 549,00

Ölaufagen

Pichu bei chronischen Beschwerden, z.B. Schulter, Nacken, Rücken, ...	
Behandlung	€ 66,00
3 Behandlungen	€ 183,00
Janu Vasti – bei Schmerzen im Kniegelenk, Osteo-Arthritis	
Behandlung ein Knie	€ 70,00
3 Behandlungen ein Knie	€ 195,00
Janu Vasti – bei Schmerzen im Kniegelenk, Osteo-Arthritis	
Behandlung zwei Knie	€ 99,00
3 Behandlungen zwei Knie	€ 282,00
Khadi Vasti bei BWS+LWS-Syndrom, Muskelverhärtung, Myogelosen	
Behandlung	€ 88,00
3 Behandlungen	€ 249,00

Ausleitung	€ 79,00
Svedana (indisches Dampfbad)	€ 19,00
Beratung nach Ayurveda (30 min)	€ 47,00
Beratung nach Ayurveda (50 min)	€ 79,00

Yoga

Yoga (Gruppe, 60 min)	€ 13,30
Yoga „INNBalance“ (Gruppe, 60 min), meditativ	€ 13,30
Personal Yoga (60 min)	€ 66,30

* Diese Behandlungen werden von 2 Therapeuten gleichzeitig durchgeführt.



für die vielen seiten in mir



Entdecken Sie bei Yoga, Qi-Gong, Aqua-Fitness sowie Entspannungseinheiten natürliche Bewegungsabläufe und erlernen Sie die Kunst der Achtsamkeit. Genießen Sie die Ruhe in unserem private spa mit Hallenbad und Sauna und zelebrieren Sie in den Hängematten im Park das süße Nichtstun – alter Baumbestand inklusive. Die ursprüngliche Au- und Flusslandschaft des Inn lädt Sie ein, die Natur zu Fuß oder mit dem Rad zu entdecken. Und ebenso verzaubert die Barockstadt Schärding mit bunten Märkten, Feinkost- und Fachwerkläden sowie zahlreichen Parks und ausgezeichnete Kulinarik.

Ausflüge in das „bayerische Venedig“, die Drei-Flüsse-Stadt Passau, oder in den mystischen Sauwald mit Baumkronenweg bieten ebenso spannende Augenblicke wie ein Besuch des Augustiner Chorherren Stiftes in Reichersberg oder Golfgenuss am Celtic Golf Course.

Wir holen Sie gerne ab:

Taxibus (Sonntag), Schärding-Linz-Wien-retour
Preis pro einfacher Fahrt: LINZ: € 43,- WIEN: € 77,-



IMPRESSUM:

Änderungen vorbehalten. Alle angegebenen Preise sind Euro-Preise und verstehen sich zuzüglich Tourismusabgabe. Diese Preisliste ersetzt alle vorhergehenden und ist gültig ab 23. Dezember 2017. Fotos: Kurhaus Schärding | Schärding Tourismus | Cover: shutterstock.com | Clipdealer



MEIN ZENTRUM FÜR NATURHEILKUNDE
KNEIPP | AYURVEDA | TCM

Kurhaus Schärding Barmherzige Brüder
Kurhausstraße 6 | A-4780 Schärding/Inn | Tel: +43 (0) 7712/3221 | kurhaus@bbschaerd.at | www.kurhaus-schaerding.at



**KURHAUS
SCHÄRDING**
BARMHERZIGE BRÜDER