

1 Woche  
pro Person ab

**595 €**



S. P001  
Preisteil  
S. P135

### INDIKATIONEN

- Bewegungsapparat-Erkrankungen
- Erschöpfung - Schlafstörung
- Rheumatische Erkrankungen
- Entschlackung - Fasten - Diät
- Entspannung - Erholung - Fitness
- Wellness

### KONTRAINDIKATIONEN

Bitte informieren Sie sich vor der Buchung bei uns, auf unserer Webseite oder bei Ihrer Buchungsstelle.

### PROGRAMME

- Erholungsarrangement/  
Ambulante Vorsorgekur
- Reduktionswochen
- Intervallfasten 16:8
- Basenfasten
- Fasten nach Buchinger
- Fasten- oder Basenfasten-Seminar

### ANWENDUNGEN (Auszug)

Massagen, Parafango, Heißluft, Lymphdrainage, Kranken- & Wassergymnastik, Nordic Walking, Pilates, Ayurveda-Massagen, kosmetische Anwendungen, Reiki, Dorn-Breuss (Anwendungen z.T. gegen Gebühr)



Reduktion- und Fastenprogramme



## VitalHotel Ascona

Das Hotel Ascona liegt im ruhigen Kurviertel Bad Bevenses, in unmittelbarer Nähe zum Kurpark und zur Jod-Sole-Therme. Das Ortszentrum erreicht man nach ca. 500 m.

### Kur & Erholung

Physiotherapie, Schwimmbad (11 x 8 m, ca. 29 °C), Saunalandchaft: finnische Sauna 85 °C, Salzsaua, Infrarotkabine, Kneipp-Wechselbäder, Erlebnisdusche, Fitnessraum

**Hinweis:** Bei offener Badekur werden einige Anwendungen in der 300 m entfernten Jod-Sole-Terme durchgeführt. Alle Anwendungen und ärztliche Untersuchungen finden in folgenden Sprachen statt: Deutsch, Englisch.

### Ausstattung & Service

Rezeption in folgenden Sprachen: Deutsch, Englisch. 2 verbundene Gebäude, 4 Etagen, Lift, Restaurant, Bar, Kosmetikkabine, Sonnenterrasse im Hotelgarten, Fahrradverleih nach Verfügbarkeit (inkl.), Parkplätze (inkl.), Garage (ca. 10 €/Tag), Haustiere sind erlaubt (ca. 10 €/Tag). Check-in 13-22 Uhr, Check-out bis 10 Uhr.



### Zimmer

77 Zimmer mit Bad o. DU/WC, Föhn, Wellnesspaket mit Leihbademantel, Saunatuch/Badeslipper, Sat-TV, Radio, Telefon, Balkon oder Terrasse, Internetzugang über W-LAN, teilweise Minibar (gg. Gebühr) Doppel- und Einzelzimmer Kat. Standard

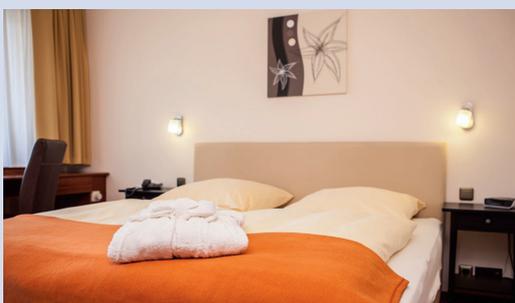
**Doppelzimmer:** ca. 20-30 m<sup>2</sup>

**Einzelzimmer:** ca. 18-30 m<sup>2</sup>

### Verpflegung

Buchbar: Halbpension, Vollpension  
HP: Frühstück und Abendessen in Büfettform

VP: zusätzlich serviertes Mittagessen  
Verschiedene Diäten sind bei Voranmeldung möglich (auch gluten- und laktosefreie Kost).



## DEUTSCHLAND – BAD BEVENSEN

**Vitalhotel Ascona – s. 276****ERHOLUNGSARRANGEMENT /  
AMBULANTE VORSORGEKUR:**

Halbpension, Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad, Salzsaua, finnischer Sauna, Infrarotkabine sowie Fitnessraum, Leihbademantel

**Hinweis:** Die ambulante Vorsorgekur ist nur für 14/ 21 Tage buchbar mit Vorlage von Behandlungsscheinen (Badearzt-scheine) Ihrer Krankenkasse.

**REDUKTIONSWOCHEN:** Einweisungsgespräch, 800, 1000 oder 1200 kcal über den Tag verteilt mit ausgewogenen & reduzierten Gerichten, Einweisungsgespräch, Mineralwasser & Teestation auf dem Zimmer, Teilnahme am Aktivprogramm mit Nordic Walking, Aqua- und Rückengymnastik, Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad, Salzsaua, finnischer Sauna, Infrarotkabine sowie Fitnessraum, Leihbademantel

**INTERVALLFASTEN 16:8**

Einweisungsgespräch, ausgewogene, reduziert Kost morgens & mittags oder mittags & abends, Mineralwasser & Teestation auf dem Zimmer, Teilnahme am Aktivprogramm mit Nordic Walking, Aqua- und Rückengymnastik, Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad, Salzsaua, finnischer Sauna, Infrarotkabine sowie Fitnessraum, Leihbademantel

**BASENFASTEN:** Einweisungsgespräch, basische Verpflegung inkl. Fastengetränke, Mineralwasser & Teestation auf dem Zimmer, Entlastungsabend & Aufbautag am letzten Tag, auf Wunsch 1. Leberpackung inklusive, Teilnahme am Aktivprogramm mit Nordic Walking, Aqua- und Rückengymnastik, Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad, Salzsaua, finnischer Sauna, Infrarotkabine sowie Fitnessraum, Leihbademantel

**FASTEN NACH BUCHINGER:**

Einweisungsgespräch, Fastenverpflegung und Kurgetränke im Rahmen der Kur, Entlastungs- & Aufbautage, Fastenprogramm mit Leberpackungen, Teilnahme am Aktivprogramm mit Nordic Walking, Aqua- und Rückengymnastik, Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad, Salzsaua, finnischer Sauna, Infrarotkabine sowie Fitnessraum, Leihbademantel

**FASTEN- ODER BASENFASTEN-SEMINAR:**

6 ÜN, Fastengetränke, Fasten-/ Basenfastenverpflegung, Mineralwasser und Teestation auf dem Zimmer sowie Seminarinhalte.

Termin 01.03.-30.04.20, 01.10.-31.10.20:

**Basenfasten:** 845 € p.P. im Doppelzimmer/ 875 € im Einzelzimmer

**Fasten nach Buchinger:** 795 € p.P. im Doppelzimmer/ 825 € im Einzelzimmer.

Termin 01.01.-29.02.20, 01.11.-31.12.20:

**Basenfasten:** 815 € p.P. im Doppelzimmer/ 845 € im Einzelzimmer

**Fasten nach Buchinger:** 765 € p.P. im Doppelzimmer/ 795 € im Einzelzimmer

**Erholung & Amb. Vorsorge / Preise in € p.P. und Aufenthalt****Busanreise: Sonntag; Eigen-/Bahnreise: individuell**

Ascona: 72103	Unterbr.	Bel.	05.01.-01.03.20 08.11.-20.12.20			02.03.-08.04.20 15.04.-31.07.20 05.10.-07.11.20			09.04.-14.04.20 01.08.-04.10.20		
			7 ÜN	14 ÜN	21 ÜN	7 ÜN	14 ÜN	21 ÜN	7 ÜN	14 ÜN	21 ÜN
Doppelzimmer	DZS	2	595	1.162	1.701	630	1.232	1.806	665	1.302	1.911
Einzelzimmer	EZS	1	630	1.232	1.806	665	1.302	1.911	700	1.372	2.016

Mind. 14 ÜN Ambulante Vorsorgekur. Die Kurtaxe (ca. 3 € pro Person und Tag) ist vor Ort zu zahlen.

**Kuraufenthalte / Preise in € p.P. und Aufenthalt****Busanreise: Sonntag; Eigen-/Bahnreise: individuell**

Ascona: 72103	Unterbr.	Bel.	05.01.-29.02.20 01.12.-20.12.20		01.03.-30.04.20 01.10.-30.11.20		01.05.-30.09.20	
			7 ÜN	14 ÜN	7 ÜN	14 ÜN	7 ÜN	14 ÜN
Doppelzimmer	DZS	2	651	1.260	686	1.295	616	1.190
Einzelzimmer	EZS	1	686	1.330	721	1.365	651	1.260

Mind. 7 ÜN. Die Kurtaxe (ca.3,00 € pro Person und Tag) ist vor Ort zu zahlen.



**MediKur-Reisen**

