

fitforwell®

Meine gesunde Auszeit Von der See bis in die Berge

Bis zu
280,- Euro
Kassenzuschuss
Alle AKON Präventionsangebote
sind geprüft und zertifiziert durch die
Zentrale Prüfstelle Prävention
(ZPP) nach § 20 SGB V.

Gefördert durch die
Krankenkassen:

Nutzen Sie den Zuschuss
Ihrer Krankenkasse zur Förderung
Ihrer Gesundheit!

Bewegung, Entspannung
und Ernährung:

AKON Gesundheitsreisen in ausgewählten
Hotels in den schönsten Urlaubs- und
Ferienregionen in Deutschland und Europa!





GESUNDE AUSZEIT MIT KASSENZUSCHUSS



Mit den beliebten AKON -Tagen, die wir für Sie in enger Zusammenarbeit mit zahlreichen Krankenkassen in ausgewählten Sternehotels an den schönsten Orten Deutschlands und Europas anbieten, ermöglichen wir Ihnen qualifizierte Maßnahmen zur Förderung Ihres Wohlbefindens und Ihrer Gesundheit! Dabei wird das Angenehme mit dem Nützlichen ideal verbunden.

Abwechslungsreiche Kurstage

Während der fitforwell-Tage stehen praktischen Übungen im Vordergrund, die von qualifizierten Kursleitern in einer Gruppe mit Spaß und Freude vermittelt werden. Danach können Sie das Erlernte für Ihre Gesundheit weiter nutzen. Bei unseren Aktivangeboten zur Förderung Ihrer Gesundheit handelt es sich überwiegend um den Bereich Bewegung: AKON Aktiv Walking®, AKON Gesunder Rücken®, AKON Gesundheitswandern®, AKON Faszienfit®, AKON Reaktiv Walking®, AKON WalkJogg®, Aquafitness, Nordic Walking, Rückenschule/Rückenfit, Wirbelsäulengymnastik; dem Bereich Entspannung: Autogenes Training, Hatha Yoga, AKON Pilates®, Progressive Muskelentspannung, QiGong, Tai-Chi und dem Bereich Ernährung zur Vermeidung von Mangelernährung.



Individuelle und innovative Programmvietfalt – wählen Sie Ihren Favoriten:

- fitforwell** – der Klassiker – das beliebte Angebot für alle
- fitforwoman** – zum Stressabbau und zur Steigerung der körperlichen Fitness speziell für Frauen
- fitfor50plus** – für die junggebliebene Generation, auch wenn Sie lange nicht sportlich aktiv waren
- fitforbalance** – für ein Leben im Gleichgewicht und für eine seelische und körperliche Balance
- fitforwell alleinreisende** – für Alleinreisende und Singles – für eine noch angenehmere Atmosphäre in der Gruppe
- fitforwork** – ideal für Arbeitnehmer – Rückengesundheit und Entspannung für den Arbeitsplatz
- fitforbike** – für Radfreunde – Bewegung und Entspannung mit ergänzenden Radtouren



Unser Leitgedanke ist: „Gesundheit zu fairen Preisen.“

Alle AKON Präventionskurse und Kurskonzepte sind durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) nach § 20 SGB V geprüft und somit bezuschussungsfähig. Alle gesetzlichen Krankenkassen, z.B. BKKs, IKKs, Knappschaft, AOKs, KKH, Barmer, TK, DAK, HEK sowie einige private Krankenkassen, bezuschussen die zertifizierten AKON Kurse mit bis zu 280,- Euro zur Förderung der Gesundheit ihrer Versicherten. Dadurch wird der Eigenanteil für Sie als Teilnehmer auf ein Minimum reduziert, so dass eine Nutzung der beliebten AKON fitforwell-Tage bereits ab 69,- Euro inkl. drei Übernachtungen mit Verpflegung möglich ist.

KOSTENBEISPIEL 4-TAGEPROGRAMM

Gesamtkosten (inklusive Unterkunft, Halbpension und Teilnahme an den Kursen**)	349,- Euro
Zuschuss zahlreicher Krankenkassen*	- 280,- Euro
Ihr Eigenanteil ab	= 69,- Euro

** Während Ihres Aufenthalts erwarten Sie im Durchschnitt 16 Kurseinheiten (zwei Kurse zu jeweils acht Einheiten) à 45 Min. aus der von Ihnen gewählten Kurskombination. Die Kurse finden über einen Zeitraum von vier Tagen (drei Übernachtungen) statt. Ausnahme Wochenangebote. In der Regel nehmen 8 bis 15 Personen an einem Kurs teil. Alle Kursangebote richten sich ausschließlich an vitale und gesunde Personen. Bei etwaigen Bedenken wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt, der Sie gerne beraten wird.



Alle AKON Präventionsangebote sind geprüft und zertifiziert durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) nach § 20 SGB V.

Übersicht unserer Angebote





OSTSEEBAD BOLTENHAGEN

Seehotel Großherzog von Mecklenburg****

DIREKT AM OSTSEESTRAND

4-Tageprogramm

ab **109,*** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe von Okt.-April 1,50 Euro p. P./Tag

6-Tageprogramm

ab **269,*** Euro
pro Person im DZ

5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe von Okt.-April 1,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Café Condi
- Harry's Bar
- Frühstücksbuffet und Halbpensionsbuffets mit Bio- und regionalen Komponenten
- hoteleigener Kräutergarten
- Strandkörbe im hoteleigenen Park
- Kosmetik & Massagen (kostenpflichtig)
- Nordic Walking- Pfade und Wanderwege, sowie Fahrradwege
- Schiffsanleger an der Seebrücke, unweit vom Hotel entfernt
- kostenfreie Nutzung der Wellnesslandschaft mit Schwimmbad und Sauna inklusive Ruheraum mit Blick auf die Ostsee
- Fahrradverleih (kostenpflichtig)
- E-Ladesäulen gegen Gebühr

Bioland

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Zwischen Lübeck und Wismar, an einem der schönsten Abschnitte der Ostseeküste, liegt Boltenhagen, eines der ältesten Seebäder Mecklenburgs. Der über 4,5 km lange Badestrand wurde bereits Anfang des 19. Jahrhunderts zum Baden genutzt. Entlang der Strandpromenade präsentieren sich zahlreiche villenartige Ferienhäuser im typischen Bäderstil. Ein Spaziergang auf der 290 m langen barrierefreien Seebrücke des Ostseebades Boltenhagen gehört mit zu den besonderen Erlebnissen. In traumhafter Strandlage befindet sich das Seehotel Großherzog von Mecklenburg**** im Zentrum unweit der Seebrücke und der Promenade mit ihren Einkaufsmöglichkeiten.

Zimmer: Die komfortabel ausgestatteten Einzel- und Doppelzimmer verfügen alle über Bad- oder Dusche/WC, Fön, Kosmetikspiegel, Radio, TV, Telefon, gebührenfreies WLAN.

Wellness & Freizeit: In der kursfreien Zeit belohnt Sie das Panorama-Spa mit Wellnessbereich direkt unter den Dächern des Seehotels mit einem einzigartigem Blick auf die Ostsee und lädt zum Schwimmen und Saunieren ein. Spüren Sie die wohltuende Wirkung von Wasser, Wind und Wellen und erfreuen sich an den Annehmlichkeiten eines exklusiven Sternekomforts.

Verpflegung: Im Restaurant „Clipper“, Harrys Bar oder dem Café Condi mit vorgelagerter Terrasse werden Sie kulinarisch in jeder Hinsicht verwöhnt. Dabei bietet das Seehotel Großherzog von Mecklenburg vorrangig Rohstoffe und Produkte aus heimischer und ökologischer Landwirtschaft an und ist Ländlich fein-Partner. Die in der Hotelküche verwendeten immer frischen Kräuter gedeihen im liebevoll angelegten Kräutergarten im Hotelpark.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 96,-** Euro EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse **ab 160,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



OSTSEEBAD GÖHREN Santé Royale Resort



„NATURPERLE“ AN DER OSTSEE



Ort & Lage: Das Ostseebad Göhren liegt im Südosten der Insel Rügen mit einer langen Strandpromenade und der romantischen Göhrner Seebrücke. Die Halbinsel Mönchgut mit dem Meer im Osten, dem Bodden im Westen und den Zickerschen Bergen gilt als „Naturperle“ der südlichen Insel Rügen. Das Santé Royale Rügen Resort befindet sich etwa 1 km außerhalb Ortes direkt im Biosphärenreservat mit direktem Zugang zu dem naturbelassenen Süd-Sandstrand. Die direkten „Nachbarn“ sind das Meer und der Heilwald.



Zimmer: Zur Ausstattung aller Zimmer gehören Dusche, WC, Fön, Telefon, TV, eine Tee- und Kaffee Service-Station sowie ein Leihbademantel während Ihres Aufenthaltes und hochwertige Kosmetikprodukte. WLAN gratis im gesamten Haus.



Wellness & Freizeit: Im Mittelpunkt des Resorts steht das große Spa- und Medical-Wellnesszentrum: ein Schwimmbecken (ca. 13,5 x 6 m) mit wohligen warmen 32 Grad Wassertemperatur, ein Therapiebecken mit Sprudelbänken und ein Whirlpool sind die Basis des „sanus per aquam“. Weitere Entspannungsmöglichkeiten bieten u.a. Finnische Sauna mit Meerblick, Bio-Sauna und Waldsauna.



Verpflegung: Das Resort verfügt über ein Restaurant, Kamin Lounge, Bar, Vinothek und eine Sonnenterrasse zur Düne. Die Vollpension besteht aus einem Frühstücksbuffet, Vital Lunch, Nachmittags-Kaffee und Kuchen und dem abendlichem Dinner-Arrangement.

5-Tageprogramm

ab **219,-** Euro pro Person im DZ

4 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe von 2,54–3,37 Euro p. P./Tag

8-Tageprogramm

ab **519,-** Euro pro Person im DZ

7 Übernachtungen, Vollpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe von 2,54–3,37 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- 24 h Rezeption
- Kaminlounge
- Nutzung von Hallenbad, Whirlpool sowie Saunen
- 1 Flasche Mineralwasser im Zimmer bei Anreise
- Kaffee- und Teeservicestation auf dem Zimmer
- täglich Kaffee und Kuchen am Nachmittag inklusive

KURSANGEBOTE:

- Aquafitness
- Krafttraining am Gerätezirkel
- Nordic Walking
- Yoga



TRENT / RÜGEN Aedenlife Hotel & Resort Rügen

DIE GRÜNE SONNENINSEL AM MEER

4-Tageprogramm

ab **149,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Wellnessbereich ARELAXLIFE mit Pool, Sauna, Massage & Beauty
- Restaurant, Bar, Pub & Zigarren-Lounge
- eigener Strand am Bodden, Flachufer
- kostenfreie Parkplätze
- großzügige Gartenlandschaft mit Liegen und Outdoor-Pool (Mai bis Oktober)
- Gym mit Trainingsgeräten der Marke Techno Gym
- keine Kurtaxe fällig

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON Faszienfit®
- AKON Gesundheitswandern®
- AKON Gesunder Rücken®
- AKON WalkJogg®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Rückenfit für den Arbeitsplatz
- Wirbelsäulengymnastik

fitforwork fitforyoung



Ort & Lage: Trent liegt im Nordwesten der Insel Rügen, ca. 17 km nordwestlich der Stadt Bergen, an der „Heringsstraße“, einer historischen Handelsstraße, die von Stralsund kommend bis auf die Halbinsel Wittow führte.

Eingebettet in die malerische Landschaft am „Rasower Strom“, mit fantastischem Blick auf die Insel Hiddensee, empfängt Sie das Aedenlife Hotel & Resort Rügen in himmlischer Ruhe. Umgeben von einem der schönsten Landschaftsschutzgebiete der Insel ist das Hotel & Resort mit seinem attraktiven Beauty- und Wellnessangebot ein reizvolles Refugium für Naturliebhaber, Aktivurlauber und Erholungssuchende.

Zimmer: Die Zimmer des AEDENLIFE Hotel & Resort Rügen befinden sich im Herzen der Anlage, unweit des Restaurants und der Lobby mit ihren vielen Aufenthaltsmöglichkeiten. Neben allen üblichen Annehmlichkeiten sind alle Zimmer mit einer Kaffee- und Teestation ausgestattet.

Wellness & Freizeit: Der Wellnessbereich ARELAXLIFE bietet mit Indoor-Pool, Sauna und Beautybereich Erholung und Entspannung an 365 Tagen im Jahr. Von Mai bis Oktober ergänzt eine großzügige Garten- und Terrassenanlage sowie ein Außenpool die Anlage. Vom benachbarten idyllischen Ort Vashvitz startet die Wittower Fähre mit ihrem Pendelverkehr auf die Halbinsel Wittow.

Verpflegung: Das kreative Küchenteam verwöhnt Sie im Restaurant mit Wintergarten mit internationalen Speisen, regionalen Spezialitäten und saisonalen Highlights. Im Sommer lädt außerdem die Boddenterrasse zu genussvollen Stunden und romantischen Sonnenuntergangsmomenten ein.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 60,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: [www.akon.de](mailto:info@akon.de) | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



OSTSEEBAD GÖHREN AKZENT Waldhotel****



DEUTSCHLANDS SCHÖNSTE SONNENINSEL



Ort & Lage: Rügen – das ist die größte und vielleicht auch schönste Insel Deutschlands. Mit ihrer Vielfalt an Landschaftsformen, von flachen Boddenküsten bis steilen Kreidefelsen hat die Insel alles zu bieten. Mitten im Biosphärenreservat Südost-Rügen liegt die Halbinsel Mönchgut mit dem Kneipp-Kurort Ostseebad Göhren, 30 km² Natur pur.

Das AKZENT Waldhotel ist ein familiär geführtes Haus, welches sich in der Waldstraße, oberhalb der Seebrücke und der Bernsteinpromenade, befindet. Von der Parkanlage haben Sie einen herrlichen Blick auf Ostsee und Kreideküste.

Zimmer: Die Unterbringung erfolgt je nach Verfügbarkeit in Hotelzimmern, Apartments oder Ferienwohnungen der AKZENT Waldhotel Anlage. Die Zimmer sind komfortabel und individuell eingerichtet mit Dusche/WC, Fön, Minibar, Telefon, Internetanschluss/WLAN, TV und Zimmersafe.

Wellness & Freizeit: Genießen Sie die große Wellnessanlage auf über 1.000 m². Von der großzügigen Saunalandschaft haben Sie direkten Zugang zum Schwimmbad (Aquafitness-Kurse werden z.T. im zweiten Schwimmbad im Nebengebäude durchgeführt) und Whirlpool (34°C). Ein Wintergarten als Ruhezone lädt bei jeder Witterung zum Verweilen und Relaxen ein.

Verpflegung: Feinste pommersche Kochkunst erleben und genießen Sie im Restaurant. Lassen Sie sich das Beste an Fisch und Fleisch servieren und somit ihren Gaumen kitzeln. Im Wintergarten „Panoramablick“ schauen Sie von hier aus aufs Meer und können phantastische Sonnenuntergänge erleben.

6-Tageprogramm

ab **269,-** Euro
pro Person im DZ

5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe von 2,00–2,45 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- 3-Gang-Abendwahlenü
- Nutzung des Hallenschwimmbads mit Whirlpool und Sauna
- Kosmetik-, Fußpflege- und Massageabteilung im Haus, Anwendungen können vor Ort gebucht werden
- Garagenstellplatz gegen Gebühr
- Fahrradverleih gegen Gebühr

KURSANGEBOTE:

- Aquafitness
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Rückenschule
- Yoga

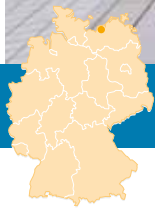
EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse ab 160,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



GRAAL-MÜRITZ

IFA Graal-Müritz**** Superior

6-Tageprogramm

ab **489,-** Euro
pro Person im DZ

5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe gemäß Ortssatzung

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung von Hallenbad, Saunabereich und Fitness- und Gymnastikraum
- Solarium, Massagen und Beautyanwendungen gegen Gebühr
- Restaurant und Gartenterrasse
- Fahrradverleih gegen Gebühr
- WLAN-Internetzugang in der Lobby kostenlos
- Nichtraucherzimmer

KURSANGEBOTE:

- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Rückenschule



Ort & Lage: Direkt an der wunderschönen Ostseeküste in Mecklenburg-Vorpommern, einem der wohl bekanntesten Feriengebiete Deutschlands, finden Sie das IFA Hotel Graal-Müritz**** S.

Umgeben von Kiefernwäldern und nur wenige Schritte von dem feinsandigen Strand entfernt bietet das im Landhausstil errichtete Ferienhotel mit seinen 150 Zimmern Komfort und Beschaulichkeit für einen Urlaub inmitten der Natur. Darüber hinaus gehören zur Anlage sieben Bungalows, die eine größere Unabhängigkeit garantieren, ohne auf die Qualität des Hotelservices zu verzichten.

Zimmer: Das Hotel verfügt über 150 Zimmer, aufgeteilt in 135 Doppelzimmer, sieben Bungalows und acht Suiten. Jedes Zimmer ist mit Dusche, WC und Haartrockner, Telefon, Sat-TV, Internetanschluss, Zimmersafe und Minibar ausgestattet. Die Doppelzimmer sind für max. zwei Personen, eine Aufbettung ist in diesem Haus nicht möglich. Es wird KEINE Kinderbetreuung angeboten.

Wellness & Freizeit: Der 1.500 m² große Spabereich mit einem Schwimmbecken (25 x 10 m), Erlebnisgrotte, Gegenstromanlage, Schwallduschen sowie Dampf-, Trocken- und Biosauna und modernem Fitness- und Gymnastikraum sind echte Highlights.

Verpflegung: Das Hotel zeichnet sich stilvoll durch ein komplettes gastronomisches Angebot mit vielfältiger regionaler und internationaler Küche, einer sonnigen Gartenterrasse und einer gemütlichen Kaminbar aus.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse ab **235,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

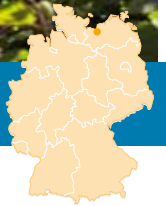
Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



WISMAR WYNDHAM GARDEN****



VOR DEN TOREN DER ALTEN HANSESTADT



Ort & Lage: Inmitten der Mecklenburger Küsten- und Seenlandschaft, direkt vor den Toren der altherwürdigen Hansestadt Wismar im Stadtteil Gägelow gelegen, befindet sich das 4-Sterne WYNDHAM GARDEN. Die Altstadt von Wismar repräsentiert sich heute noch als Hansestadt aus der Blütezeit des Städtebunds im 14. Jahrhundert. Im Juni 2002 wurde das Denkmal „Historische Altstädte Stralsund und Wismar“ in die Welterbeliste der UNESCO aufgenommen.



Zimmer: Sie wohnen komfortabel im klimatisierten Hotelzimmer mit Schreibtisch, Telefon, Sat-TV, Radio, teilweise mit Minibar, Dusch- und Wannenbad, WC und Fön. Lobby, Veranstaltungsräume und alle Zimmer sind mit WLAN ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Erleben Sie aktive Entspannung im Freizeit- und Wellnessbereich Wissemare mit Indoorpool, Sauna, Dampfbad, Dachterrasse mit Blockhaussauna sowie Whirlpools und Solarien (gegen Gebühr). Eine Massage im Haus fördert Ihr Wohlbefinden.



Verpflegung: Exzellente Gastlichkeit offeriert das Restaurant Bellevue und verwöhnt Sie mit regionalen Spezialitäten und internationaler Küche. Die Hotelbar WISBAR mit Sky-Übertragungen und die Grill- und Gartenterrasse bereichern die gastronomische Vielfalt.

4-Tageprogramm

ab **159,*** Euro pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

6-Tageprogramm

ab **379,*** Euro pro Person im DZ
5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- großer Freizeit- und Wellnessbereich Wissemare mit Schwimmbad und Saunen kostenfrei
- Whirlpools gegen Gebühr
- kostenfreie Unterkunft für Kinder bis 6 Jahre im Zimmer der Eltern
- Vielzahl von Ausflugsmöglichkeiten
- TESLA-Ladestation für Elektrofahrzeuge
- Bushaltestelle direkt am Hotel (Buslinie A)
- Fitnesssecke
- Kurtaxe entfällt

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

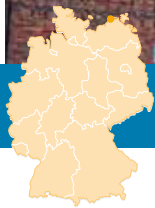
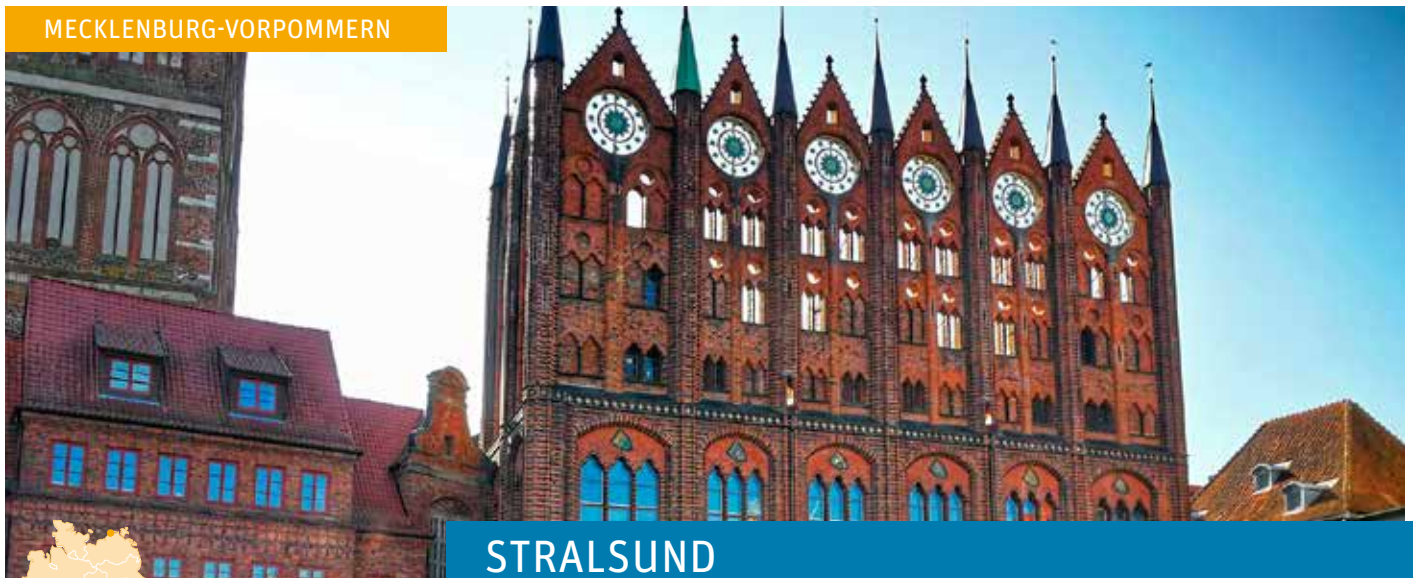
EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 120,– Euro EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse ab 200,– Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0*

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



STRALSUND

Vienna House by Wyndham Baltic Stralsund

HANSESTADT UND UNESCO-WELTKULTURERBE

4-Tageprogramm

ab **99,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung des Fitness Center und Sauna
- zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten z.B. Ozeanum, Meereskundemuseum usw.
- Hotelbar
- barrierefreier Haupteingang
- Gratis WLAN
- Nichtraucher-Hotel

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Die Hansestadt Stralsund an der Ostseeküste ist Teil des UNESCO-Weltkulturerbes mit einer langen Handelsgeschichte. Das Bild der Altstadt ist geprägt von zahlreichen Baudenkmalen und besonders wertvollen Zeugnissen der Backsteingotik. Die Rügenbrücke über den Strelasund verbindet die Insel Rügen mit dem Festland.

Maritime Eleganz und freundliche Farben sorgen in allen Bereichen des Hotels für eine wohnliche Atmosphäre. Ein erstklassiger Service und die sprichwörtliche hanseatische Gastfreundschaft sorgen für einen angenehmen Aufenthalt.

Zimmer: Die geräumigen Zimmer sind mit Flat-TV, Schreibtisch und einem eigenen Bad mit Dusche oder Badewanne und WC ausgestattet. WLAN ist kostenlos verfügbar sowie eine digitale Tageszeitung.

Wellness & Freizeit: Das Hotel bietet Ihnen alle Annehmlichkeiten, u.a. ein gut ausgestattetes Fitnessstudio mit Sauna, das mit einem atemberaubenden Blick auf Stralsund begeistert. Das Vienna House by Wyndham Baltic Stralsund liegt nur wenige Gehminuten von der historischen Altstadt entfernt.

Verpflegung: Seeluft macht Appetit - und so starten Sie mit einem köstlichen Frühstücksbuffet mit frischem Gebäck, herzhaften Eiergerichten, aromatischem Kaffee und frischen Säften in den Tag. Das Restaurant Gasthouse mit ungezwungenem Ambiente serviert am Abend neben internationalen Gerichten frischen Fisch und andere regionale Spezialitäten wie z.B. frische Meeresfrüchte. Danach können Sie in der Hotelbar z.B. ein Bier oder ein Glas Wein genießen.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 85,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



KORSWANDT / USEDOM

Dorint Resort Baltic Hills Usedom****



DIE GRÜNE SONNENINSEL AM MEER



Ort & Lage: Die Insel Usedom beeindruckt mit einer abwechslungsreichen Landschaft, in der sich lange Sandstrände, mächtige Steilufer und ausgedehnte Dünenlandschaften spektakulär aneinander reihen. In Korswandt empfängt Sie in ruhiger und bevorzugter Lage direkt an Deutschlands erstem 18-Loch-Golfplatz das neue und moderne Dorint Resort Baltic Hills Usedom****.

Zimmer: Das Dorint Resort Baltic Hills Usedom bietet helle, geräumige Zimmer. Die Standard-Zimmer verfügen teilweise über einen Balkon oder Terrasse, WLAN, Telefon, Laptopsafe, TV Flat Screen, einem modernen Bad mit Dusche, Fön und Kosmetikspiegel.

Wellness & Freizeit: Genießen Sie in der kursfreien Zeit den exklusiven Spa- und Wellnessbereich mit Biosauna, einer finnischen Blockhaussauna sowie Spezial-Angebote für Massagen und Kosmetikanwendungen. Eingebettet in eine großzügige Gartenanlage bietet ein beheizter Außenpool ganzjährig die Möglichkeit zum Schwimmen. Die Ostseestrände der berühmten Dreikaiserbäder Ahlbeck, Heringsdorf und Bansin sind in wenigen Minuten erreichbar, z.B. mit dem hoteleigenen kostenfreien Strand-Shuttle. Der Usedomer Radwanderweg (Leihfahrräder am Hotel verfügbar), ist optimaler Ausgangspunkt für abwechslungsreiche Ausflüge oder Wanderungen auf Deutschlands grüner Sonneninsel.

Verpflegung: Im Hotelrestaurant steht für Sie jeden Morgen ein herzhaftes Frühstücksbuffet bereit, abends werden klassische deutsche sowie regionale Spezialitäten serviert. Bei schönem Wetter können Sie auf der Sonnenterrasse entspannen.

4-Tageprogramm

ab **119,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Restaurant mit Panoramablick auf den hauseigenen 18-Loch-Golfplatz
- Fahrradverleih im Haus (gegen Gebühr)
- kostenfreie Nutzung des SPA- und Fitnessbereichs
- beheizter Außenpool
- Massagen (gegen Gebühr)
- Yogaangebote
- Wolgastsee unweit vom Hotel

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 75,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.

Kinderbetreuung

ab 265,- Euro

ab 4 Jahren (inkl. 5 ÜN/HP)



KINDERBETREUUNG

6-Tageprogramm

ab 499,-*

Euro
pro Person im DZ5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe von 1,10–2,30 Euro p. P/Tag, Kinder bis 12 Jahre frei

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Lage unmittelbar am Naturschutzgebiet
- subtropisches Badeparadies
(nicht im Programm enthalten)
- Abenteuer-Dschungelland
(nicht im Programm enthalten)
- weltweit einzigartige 214 m lange
Reifenrutsche Aqua Racer
- kostenfreier Eintritt in den 3.000 m² Wellnessbereich
des Strandhotels mit Dünenbad und Saunalandschaft
sowie Fitnessclub
- Kinderbetreuung
- kostenloses WLAN

KURSANGEBOTE:

- Aquafitness
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

Kinderbetreuung für Kinder ab 4 bis 12 Jahren:
5 ÜN pro Kind inkl. HP/Betreuung ab 265,- Euro.
Ab dem 2. Kind Unterbringung in zwei Einzelzim-
mern gegen Aufpreis. Bitte beachten Sie, dass bei
einzelreisenden Personen mit Kind(ern) auch der
Einzelzimmerzuschlag anfällt.

WEISSENHÄUSER STRAND

Strandhotel****

IN DER HOHWACHTER BUCHT BEI OLDENBURG AN DER OSTSEE



Ort & Lage: Der Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand gehört zu den beliebtesten Ferienanlagen Deutschlands. Das Strandhotel**** liegt gleich hinter den Dünen und bietet 180 komfortabel eingerichtete Nichtraucherzimmer.

Direkt an der Ostseeküste gelegen, erwartet Sie besondere Ruhe. Die einzigartige Dünenlandschaft und das umliegende Naturschutzgebiet prägen das herrliche Landschaftsbild.

Zimmer: Alle Zimmer sind 32 m² groß: Doppelbett, Flat-TV, Radio, Telefon, Mini-Kühlschrank, Nespresso-Kaffeemaschine, Balkon und Fön im Bad. Auf Wunsch Doppelzimmer mit Verbindungstüren möglich; sämtliche Zimmer sind Nichtraucherzimmer. Zimmer mit behindertenfreundlichem Bad/WC stehen auf Wunsch zur Verfügung.

Wellness & Freizeit: Freuen Sie sich auf das Abenteuer-Dschungelland. Auf rund 6.000 m² erwartet die ganze Familie unvergessliche Dschungel-Abenteuer, eine riesige Terrarienlandschaft, der Indoor Dschungel Trail (Hochseilgarten) sowie das einzige Dschungelrestaurant Deutschlands und das 6.500 m² große subtropische Badeparadies mit über 600 m Rutschvergnügen.

Verpflegung: Erleben Sie die ganze Welt des Geschmacks, und entdecken Sie das vielfältige gastronomische Angebot im Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand. Die Restaurants, Bistros und das Cafe bieten für jeden Geschmack das Passende.

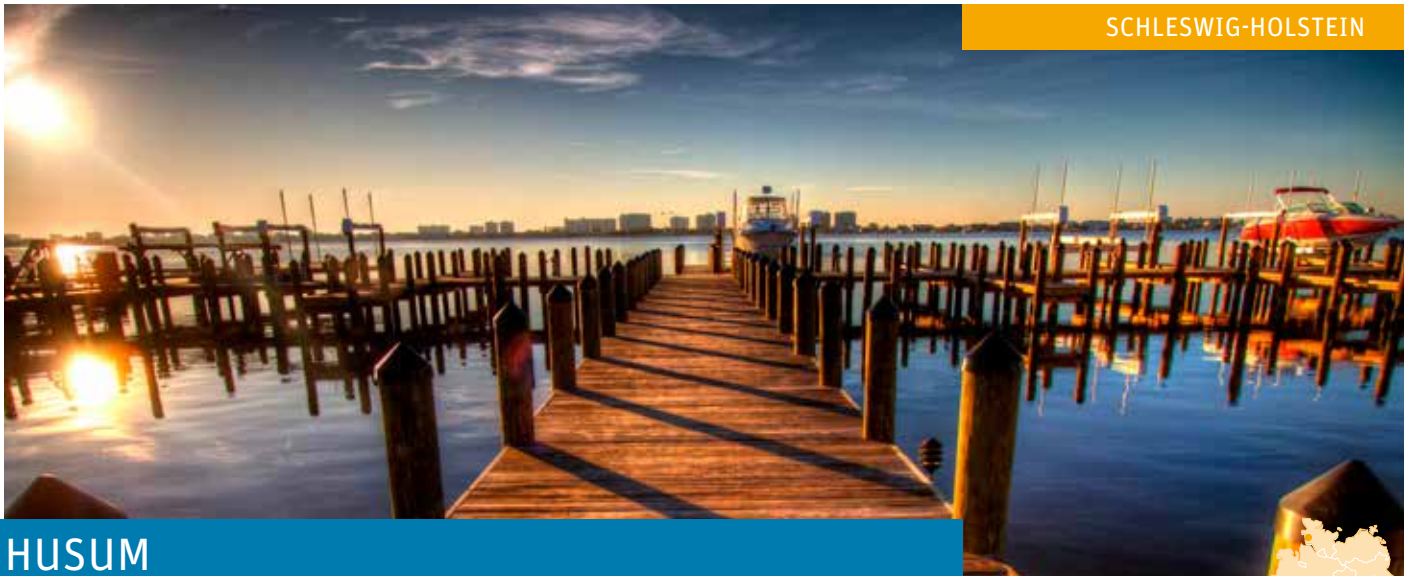
EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse ab 220,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



HUSUM

Nordsee-Hotel Hinrichsen



„METROPOLE“ AM NATIONALPARK WATTENMEER



Ort & Lage: Die Hafenstadt Husum liegt in Schleswig-Holstein direkt am Nationalpark und UNESCO Weltnaturerbe Wattenmeer. Mitten in der Stadt erleben Sie hier Ebbe und Flut im malerischen Hafen. Alte Giebelhäuser mit farbigen Fassaden säumen die engen Straßen und kopfsteingepflasterten Gassen. Ihrem Ruf als „Metropole“ an der Nordseeküste wird die Hafenstadt an 365 Tagen im Jahr gerecht.



Das Nordsee-Hotel Hinrichsen erwartet Sie mitten in der romantischen Altstadt und verfügt über einen Frühstücksraum, eine Hotelbar „Klönstuv“ und einen Wintergarten. Ebenfalls befindet sich vor dem Hotel eine Ladestation für E-Autos und ein Parkplatz (nach Verfügbarkeit und gegen Gebühr).



Zimmer: Die ruhig im Nebenhaus gelegenen Zimmer sind komfortabel eingerichtet und ausgestattet. Alle Zimmer verfügen über einen Fernseher und kostenfreien WLAN-Zugang.



Wellness & Freizeit: Kaum eine Stadt dieser Größenordnung bietet ein so reiches Kultur- und Veranstaltungsprogramm, gepaart mit attraktiven Shopping- und Freizeitangeboten. In direkter Nachbarschaft zum Weltnaturerbe Wattenmeer sind Ausflüge in den Nationalpark ein Muss: zum Wattwandern, Radfahren durch idyllische Dörfer mit reetgedeckten Bauernhäusern oder einfach nur zum Entspannen. Die Kombination aus Stadtleben, Natur und typisch nordfriesischer Tradition macht Husum zum ganz besonderen Reiseziel an der Nordsee.

4-Tageprogramm

ab **49,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- zentrale Lage nur ca. 200 m zur Innenstadt
- ca. 400 m zum malerischen Husumer Hafen
- die Badestelle des Grünstrand „Dockkoog“ ca. 3,5 km entfernt
- geführte Wattwanderungen möglich (gegen Gebühr)
- wenige Gehminuten zum Husumer Schloßpark
- Schiffahrtsmuseum Nordfriesland nur ca. 450 m entfernt

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **90,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



DAGEBÜLL

Strandhotel Dagebüll***

4-Tageprogramm

ab **49,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung des Wellnessbereichs mit finnischer Sauna, italienisches Odorium, Aroma-Dampfbad und zwei Whirlpools (gegen Gebühr)
- direkt am Meer gelegen
- Tor zu den Inseln Amrum, Föhr und den Halligen
- Strandkörbe direkt am Haus auf dem Deich
- Terrasse mit Meerblick (direkt am Deich)
- kurz vor Dänemark z.B. zum Shoppen
- hundefreundlich

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Ort & Lage: An der nordfriesischen Nordseeküste am Rande des Nationalparks Wattenmeer liegt auf einer ehemaligen Hallig die Gemeinde Dagebüll. Direkt am Deich erwartet Sie das Strandhotel Dagebüll***, von drei Seiten vom Meer umgeben, mit herrlichem Blick auf die Insel Föhr und die umliegenden Halligen sowie das nordfriesische Wattenmeer, das seit 2009 zum Weltkulturerbe der Unesco zählt.

Zimmer: Die komfortablen Zimmer überzeugen durch den wechselvollen Farbstil. Das moderne Mobiliar trägt zu einem besonderen Ambiente bei. Es ist nur eine begrenzte Anzahl an Einzelzimmern verfügbar! Bitte setzen Sie sich vor der Buchung mit AKON in Verbindung unter Tel: 07931/96497-0.

Wellness & Freizeit: Im modern und komfortabel ausgestatteten Wellness-Center (gebührenpflichtig) „Aqua Vitalis“ mit finnischer Sauna, italienischem Odorium, Aroma-Dampfbad, zwei Whirlpools und Erlebnisdusche mit Minznebel und Tauchbeckensimulation sowie einem Ruheraum mit ägyptischem Flair finden Sie in der kursfreien Zeit Ruhe und Entspannung. Die Umgebung ist ideal für ruhige Spaziergänge und Fahrradtouren durch Wiesen und Felder.

Verpflegung: Für Ihr leibliches Wohl wird in den neu gestalteten Gasträumen eine gepflegte Küche mit nordfriesischen Spezialitäten sowie ausgesuchten Getränke angeboten. Aus dem Restaurant im Strandhotel haben Sie einen einzigartigen Ausblick auf das Wattenmeer, die Insel Föhr und die Halligen Oland und Langeneß.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 72,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



ST. PETER-ORDING ambassador hotel & spa**** Superior



WELLNESS AN DER NORDSEE MIT MEERBLICK



Ort & Lage: Auf der Spitze der Halbinsel Eiderstedt an der Nordseeküste Nordfrieslands liegt der beliebte Ferienort St. Peter Ording, bekannt für seinen 12 km langen, weitläufigen Sandstrand. Direkt an der historischen Seebrücke zum Strand erwartet Sie das hotel & spa ambassador **** Superior.



Zimmer: Die Doppelzimmer haben im Durchschnitt eine Größe von ca. 24 m² und sind mit Telefon, TV, Radio, Minibar, kostenfreiem WLAN, Safe, Fön und kuscheligem Bademantel ausgestattet. Die Bäder verfügen entweder über eine Dusche oder eine Dusch-Badewannenkombination.

Wellness & Freizeit: Im Indoor-Pool mit Farblichttherapie und dem Saunabereich mit finnischer Sauna, Bio-Soft-Sauna und Dampfbad sowie verschiedenen Ruhebereichen drinnen und draußen finden Sie Entspannung pur. Der Leuchtturm Westerheversand ist ein bekanntes Wahrzeichen der Halbinsel Eiderstedt. Weitere touristische Attraktionen sind das Katinger Watt, das Eidersperrwerk oder die Seehundsbänke im Wattenmeer.



Verpflegung: Im Restaurant Sandperle mit tollem Blick auf die Nordsee starten Sie mit einem reichhaltigen Fit-Frühstücksbuffet in den Tag. Am Abend genießen Sie kulinarische Leckerbissen mit Fokus auf der regionalen Küche – neben internationalen Klassikern. Das Küchenteam verwendet qualitativ hochwertige Zutaten aus Schleswig-Holstein. Alle Gerichte werden stets frisch und ohne Verwendung von industriellen Fertigprodukten zubereitet. Den Tag können Sie z.B. bei einem guten Glas Wein auf der große Sonnenterrasse mit Blick auf atemberaubende Sonnenuntergänge ausklingen lassen.



4-Tageprogramm

ab **299,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe von 2,00–4,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Zwei-gängiges Abendessen,
je nach Tagesangebot als Menü oder Buffet
- Wellnessbereich im Haus
- kostenfreie Nutzung des Schwimmbad-,
Sauna- und Fitnessbereiches
- Beautyfarm im Haus
- kostenloses WLAN im Zimmer
- Cafe / Lounge

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 150,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BAD DÜRKHEIM ACHAT Hotel****

IM PFÄLZER WALD AN DER DEUTSCHEN WEINSTRASSE

4-Tageprogramm

ab **119,-*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad und Sauna
- Fahrradverleih gegen Gebühr möglich
- zentral gelegen an Kurpark und Innenstadt
- kostenfreie Parkplätze in ca. 400 Meter vom Hotel entfernt (öffentliche Parkplätze)
- Tiefgarage gegen Gebühr

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON Faszienfit®
- AKON Gesunder Rücken®
- AKON Gesundheitswandern®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Die beliebte Kurstadt Bad Dürkheim liegt im Naturpark Pfälzerwald direkt an der Deutschen Weinstraße. Die Region rund um die Stadt mit ihren zahlreichen Weinbergshängen ist geprägt von der Nähe zum französischen Elsass. Begünstigt durch das milde Klima und 1.850 Sonnenstunden im Jahr wachsen in der Umgebung Feigen, Mandeln und sogar exotische Früchte wie Kiwis und Limonen. Direkt am Kurpark erwartet Sie das ACHAT Hotel mit Comfort-Class-Superior-Standard.

Zimmer: Alle Zimmer sind ausgestattet mit Bad/Dusche, WC, Telefon, TV, WLAN-Verbindung, Haartrockner, Minibar und Kosmetikspiegel.

Wellness & Freizeit: Das Hotel verfügt u.a. über Schwimmbad, Sauna und eine Infrarot-Wärmekabine.

Die herrliche Umgebung bietet beste Voraussetzungen für Wanderungen oder Radfahren in der kursfreien Zeit und eine Vielzahl an Ausflugs- und Wanderzielen, z.B. die Klosterruine Limburg, die Burgruine Hardenburg, der Drachenfels oder die Naturdenkmäler Teufelsstein und Heidenfels. Ein archäologisches Highlight ist das Freilichtmuseum Villa rustica Weilberg, eine große historische römische Villen- und Weinberganlage.

Verpflegung: Im Restaurant №19 Am Park verwöhnt der Küchenchef mit regionalen kulinarischen Genüssen aus der französisch-elsässischen Küche.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 95,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



ALZEY

Dorint Hotel Alzey Worms



OSTSEE-FEELING IM LAND DER NIBELUNGEN



Ort & Lage: Mitten im Weinanbaugebiet Rheinhessen, ca. 30 km nordöstlich von Worms, liegt die Nibelungenstadt Alzey. Das Dorint Hotel Alzey/Worms erwartet Sie am Stadtrand, nahe den Weinbergen. In die Gestaltung des Themenhotels floss eine kräftige Prise Ostsee ein. Schon vor dem Hotel begrüßt Sie echter Ostseesand.



Zimmer: Die ca. 21 m² großen Standardzimmer sind mit einem einmaligen Strandkorbbett (1,60 x 2,00 m) ausgestattet. Fototapeten und maritime Zimmerdetails runden dieses besondere Übernachtungserlebnis ab. Die Zimmer verfügen außerdem mit einem Schreibtisch, 32-Zoll-TV sowie ein Duschbad inklusive Haartrockner und Kosmetikartikel.



Wellness & Freizeit: Bei einem Spaziergang durch die Altstadt wird die Zeit der Ritter und Sagen lebendig. An der von Reben und Weintrauben umrankten Brunnentränke steht das Bronzepferd Max, das an seinen Reiter, den adeligen Ritter und Minnesänger Volker von Alzey aus der Nibelungensage - erinnert. Auf dem Grund des Brunnens ist sogar der „Schatz der Nibelungen“ versenkt. Unweit des Rossmarktes befindet sich das Alzeyer Schloss mit dem Museum der Stadt Alzey.



Verpflegung: Das Restaurant „Achtern Dieck“ ist ebenfalls im maritimen Stil ausgestattet. Hier haben Speisen von der Küste wie auch rheinhessische Leckereien ihren Platz gefunden. In der urigen Hafenbar „Spelunke“ können Sie den Abend gemütlich ausklingen lassen. Auf Ihrem Zimmer schlafen Sie dann im „Strandkorb“.

4-Tagesprogramm

ab **49,,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- maritimes Ambiente
- Ostsee-Feeling mitten in Rheinhessen
- Restaurant Achtern Dieck
- Hafenbar Spelunke
- Bett im Strandkorb-Design

KURSANGEBOTE:

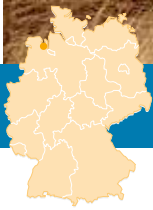
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 105,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



VAREL-DANGAST

Upstalsboom Varel-Dangast

ZWISCHEN WALD UND FRIESLÄNDISCHER KÜSTE

4-Tageprogramm

ab **149,-** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nur wenige Kilometer zum Nordsee-Bad Dangast
- Zeitlich unbegrenzte Nutzung des 2.500 m² Wellnessbereich Balance & SPA auf verschiedenen Ebenen mit Pool, Saunen, Dampfbad, Whirlpool, Brechelbad, Kraxenofen, Steinbad und Solestaskade innerhalb der Öffnungszeiten
- Begrüßungsgetränk bei Anreise
- Kulinarische Genüsse in dem Restaurant Entenblick im Rahmen der Halbpension zum Abendessen als 3-Gang-Menü
- reizvolle Umgebung am malerische Mühlenteich und eine traumhaft schöne Landschaft
- Energietankstelle in der Lobby mit frischem Obst und Kaffee von 10-18 Uhr
- Hotelbar Jeverstube
- Kegelbahn im Hotel, teilweise gegen Gebühr
- kostenfreies WLAN
- TanzBar Freitag- und Samstagabend
- Beauty- und SPA Bereich (Anwendungen gegen Gebühr)

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Pilates*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- QiGong
- Wirbelsäulengymnastik

fitfor50plus fitforyoung



Ort & Lage: Am Jadebusen der Nordsee, wo Watt, Moor, Marsch und Geest zusammentreffen, liegt Varel, die „Stadt zwischen Wald und Meer“ im Landkreis Friesland.

Nur 4 km von Varel entfernt erwartet Sie das Upstalsboom Varel-Dangast inmitten herrlicher Landschaft am malerischen Mühlenteich, umgeben von altem Baumbestand, Wiesen und Feldern – die perfekte Umgebung für Ausflüge, Radtouren oder einfach einen schönen Spaziergang.

Zimmer: Die Komfortzimmer (ca. 25–30 m²) liegen im angrenzenden Gästehaus des Hotels und sind ausgestattet mit TV (inklusive gratis sky Cinema, Sport, Bundesliga), gemütlicher Sitzecke, Telefon, ebenerdiger Dusche, mit separatem Bad und WC, Fön, Minibar, Safe und begehbarem Kleiderschrank.

Wellness & Freizeit: Ruhe und Erholung finden Sie im 2.500 m² großen Wellness- und Spabereich mit Pool, Whirlpool, Dampfbad, finnischer Sauna, Eukalyptussauna, Brechelbad, Steinbad, Kraxenofen, Solestaskade, Solarium und Strömungsbecken.

Verpflegung: Im Upstalsboom Varel-Dangast vereint sich nordisch moderne Atmosphäre mit friesischer Gemütlichkeit. Kulinarische Genüsse erleben Sie im Restaurant Entenblick, und den Tag lassen Sie gemütlich in der originellen Hotelbar Jeverstube ausklingen.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 78,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



HITZACKER

Parkhotel-Hitzacker



IM LUFTKURORT HITZACKER AN DER ELBE



Ort & Lage: Lassen Sie in den wendländischen Elbtalauen, zwischen Heide und Wanderdünen, einer traumhaften Landschaft, die Stille der Weite auf sich wirken. Die romantische Fachwerkstadt Hitzacker befindet sich in der Elbtalaue 100 km südlich von Hamburg.

Das Wechselspiel des hügeligen, bewaldeten Elbufers mit weitem Blick in die Mecklenburgische Tiefebene macht den besonderen Reiz der Lage aus. Der angrenzende Park mit Tretbecken, Barfußpfad und einer ausgedehnten Liegewiese lädt zum Entspannen und zu Bewegungsübungen ein.



Zimmer: Wohnen in lichtem Design und luftiger Atmosphäre. Die Zimmer sind mit Bad, Dusche, WC, Selbstwahltelefon, Farbfernseher, teilweise mit Minibar und überwiegend mit Balkon ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Entspannen Sie im Spa-Bereich „WELL-VITA“ im Pool, bei einer Massage oder Wellnessbehandlung und lassen Sie sich verwöhnen.

Verpflegung: Essen und Trinken ist im Restaurant Pavillon oder im Wintergarten ein kulinarisches Vergnügen. Genießen Sie Gerichte aus der Region oder mediterrane Küche.



4-Tageprogramm

ab **69,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- liebevolle Betreuung
- Spa-Bereich mit Schwimmbad und Sauna zur freien Nutzung
- Beauty- und Wellnessbereich
- kostenfreie Unterkunft und Verpflegung für Kinder bis 6 Jahre
- Nordic Walking-Pfade und Wanderwege
- Barfußpfad und Entspannungsgarten
- Radwandertouren und Schiffsrundfahrten
- inklusive Kurtaxe

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Fasziennfit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

fitforbike

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 115,– Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



GARREL Hotel Heidegrund**** Superior

WELLNESS IM WALDSPA

4-Tageprogramm

ab **189,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- freie Nutzung des Heidegrund Waldspa im Außenbereich mit Bio-Naturbadeteich inklusive Kneipp-Becken und Steg mit Sonnendeck sowie zwei Saunahäuser
- freie Nutzung des Heidegrund Wellnessbereich mit Innenpool, finnischer - und Biosauna, Salzsauna
- zahlreiche Wander- und Spazierwegenetz ab Hotel
- barrierefreie Zimmer
- großes Massageangebot
- benachbarter Golfplatz
- E-Bike- und Fahrradverleih
- E-Bike Ladestation
- 400m Entfernung zur Talsperre
- kostenfreie Parkmöglichkeiten direkt vor dem Hotel

KURSANGEBOTE:

- AKON FasziFit*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Pilates*
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Am Rand der Cloppenburg mit ihrem Mix aus Heideflächen, Mooren, Kiefern- und Fichtenwäldern erwartet Sie das Heidegrund Hotel**** Superior in einzigartiger Lage im Naturschutzgebiet der Tülsfelder Talsperre. Der Stausee ist nur 3 Gehminuten vom Hotel entfernt.

Zimmer: Alle Zimmer verfügen über Dusche und WC incl. Wellnesspaket mit Bademantel, Saunahandtüchern, Fön und einer Auswahl an Kosmetikprodukten. Sie sind ausgestattet mit Schreibtisch mit Stuhl, Sitzgelegenheit, Safe, Wasserkocher mit Kaffee und Teeauswahl Minibar-Kühlschrank (kostenpflichtig) und einer kostenfreien Flasche Wasser, Flat-Screen-TV und Highspeed-WLAN.

Wellness & Freizeit: Das neue Heidegrund WaldSPA begeistert Wellness- und Naturliebhaber mit einem Bio-Naturbadeteich inklusive Kneipp-Becken im Außenbereich, eingerahmt von einem Steg inklusive Sonnendeck sowie zwei weiteren Saunahäusern. Ein Spazierweg führt durch den ruhigen Wellnessgarten und lädt zum erholsamen Wald-Wellness ein.

Der Wellnessbereich bietet u.a. einen Indoor-Pool, Whirlpool, eine Bio- und finnische Sauna sowie die neue Salzsauna, Ruhe- und Wohlfühlräume, einen Fitnessbereich und den neuen großen Ruhe-Wintergarten mit Panorama-Glasfront und direktem Blick ins Grüne.

Verpflegung: Im stilvollen Hotelrestaurant genießen Sie kulinarische Höhepunkte aus der regionalen und saisonalen Küche als 3-Gänge-Menü oder vom Buffet. Im Barbereich können Sie gemütlich den Abend verbringen.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **129,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BRAUNSCHWEIG

Steigenberger Parkhotel Braunschweig



WILLKOMMEN IN DER LÖWENSTADT BRAUNSCHWEIG



Ort & Lage: Die zweitgrößte Stadt Niedersachsens überrascht – die Löwenstadt Braunschweig, deren Ursprünge auf Heinrich den Löwen zurück gehen, präsentiert sich aufgeschlossen und überzeugt mit reicher Historie, lebendiger Kulturszene und attraktiver Innenstadt. Das Steigenberger Parkhotel Braunschweig erwartet Sie, zentral und zugleich im Grünen gelegen, inmitten des Bürgerparks, ideal um die Seele baumeln zu lassen. Von hier aus sind es nur wenige Gehminuten bis zur historischen Altstadt.



Zimmer: Für einen besonders komfortablen Aufenthalt verfügen die 28 m² großen Doppelzimmer mit Ausblick auf den Park oder die Oker über Doppelbett (auch bei Nutzung als EZ), eine Klimaanlage, Telefon, Flatscreen-TV, Wellnessdusche, Minibar und Arbeitsecke mit Safe. Die Badezimmer sind mit Wellnessdusche, Haartrockner und beleuchteten Kosmetikspiegel ausgestattet. Toilette separierbar. Kostenfreier WLAN-Zugang bis zu 256 KB/s.



Wellness & Freizeit: Im 250 m² großen Fitness- und Wellnessbereich mit Dachterrasse finden Sie Entspannung für Körper, Geist und Seele. Genießen Sie die Annehmlichkeiten der Biosauna, der Finnischen Sauna und der Damensauna. Der weitläufige Park, der BürgerBadePark und das angrenzenden Naherholungsgebiet Südsee bieten den idealen Rahmen für Spaziergänge.



Verpflegung: Die französisch-deutsche Küche ist das Markenzeichen der Brasserie an der Oker. Das Küchenteam bereitet alle Speisen frisch in der offenen Showküche zu, im Rahmen der Halbpension als Dreigang-Menü oder Büffet.

4-Tageprogramm

ab **69,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung des Spa-Bereich mit Biosauna, Finnischer Sauna, Damensauna
- freie Nutzung des Fitnessbereichs
- BürgerBadePark mit verschiedenen Schwimmbecken direkt gegenüber vom Hotel (gegen Gebühr, vergünstigter Eintrittspreis für Hotelgäste)
- Wellnessbereich mit Sonnenterrasse
- Terrasse mit Blick auf die Oker
- Bar und Vinothek
- zentrale ruhige Lage im Grünen
- Fahrradverleih auf Anfrage und gegen Gebühr möglich

KURSANGEBOTE:

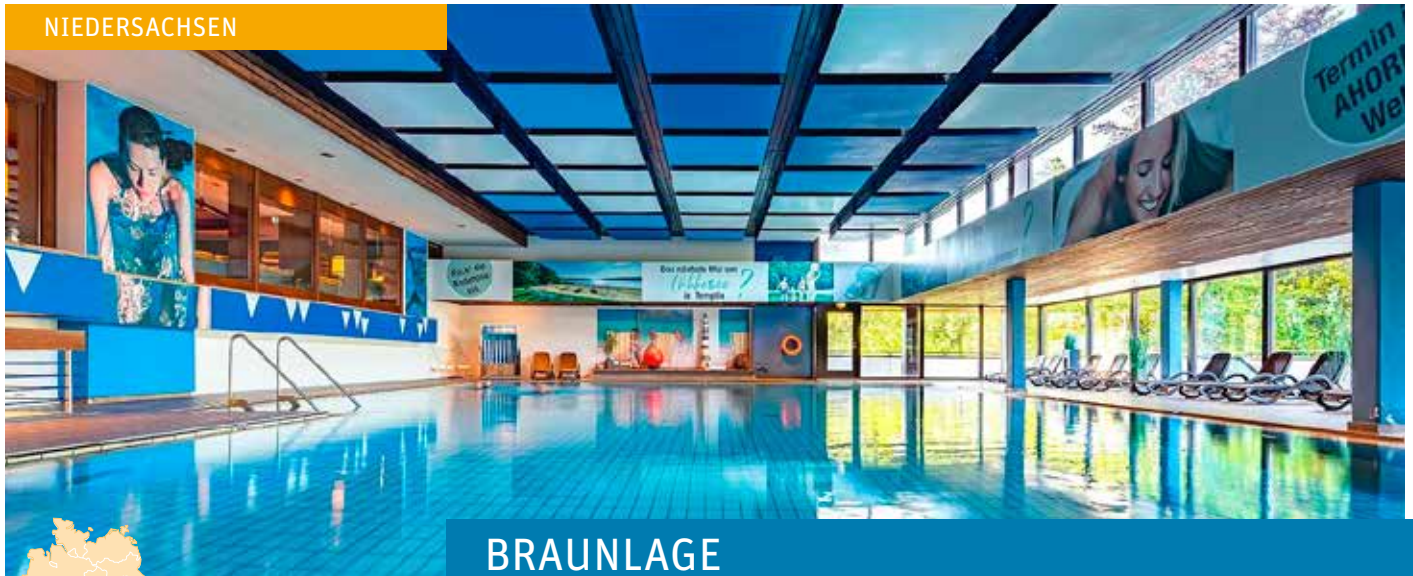
- AKON Aktiv Walking®
- AKON Gesunder Rücken®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **105,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BRAUNLAGE AHORN Harz Hotel Braunlage*** Superior

AM RANDE DES NATIONALPARKS HARZ

4-Tageprogramm

ab **119,-*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- freie Nutzung des saisonalen, unbeheizten Outdoor-Pool im Grünen
- freie Nutzung des Hallenbades (Temperatur: ca 27°C)
Öffnungszeiten: 7 bis 22 Uhr
- kostenfreies Internet WLAN
- einmalige Saunanutzung für AKON Teilnehmer im Arrangement inkludiert
- Fitnessraum
- Massageangebote gegen Gebühr
- Lobby-Bar, Hotelbar
- Beachvolleyball-Feld und Fußballfeld
- 18-Loch- Minigolf-Anlage (gegen Gebühr)
- Tischtennis
- Schlittenvermietung im Hotel
- Mountainbike-, Monsterroller- und Skivermietung in unmittelbarer Nähe

KURSANGEBOTE:

- Aquafitness
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Ort & Lage: Im Natur- und Nationalpark Harz erwartet Sie das neue AKON Partnerhotel AHORN Harz Hotel Braunlage*** Superior, in ruhiger Lage direkt am Fuße des Wurmbergs, dem höchsten Berg Niedersachsens.

Zimmer: Die „Classic“ Zimmer ca. 16 m² EZ / 28 m² DZ (inkl. Bad) im AHORN Harz Hotel Braunlage mit großem Balkon oder Terrasse laden mitten im Grünen zum Verweilen ein. Sie sind ausgestattet mit Bad/WC, Föhn, Telefon mit Voicemail und 49 Zoll Flachbildfernseher, kostenfreies WLAN, Zimmersafe und 1 Flasche Wasser bei Anreise.

Wellness & Freizeit: Entspannen Sie während der kursfreien Zeit im großen Hallenbad mit Sauna oder dem saisonalen Schwimmbad im Außenbereich. Bei verschiedenen Massagen lassen Sie sich verwöhnen. Rund um das Hotel stehen Ihnen unter anderem ein Fußballfeld, ein Beachvolleyballfeld und eine 18-Loch-Minigolf-Anlage zur Verfügung. Aufgrund seiner Lage ist das AHORN Harz Hotel Braunlage idealer Standort für die AKON Bewegungskurse und Ausgangspunkt für Wanderer und Naturfreunde. Zahlreiche Wanderwege in unmittelbarer Nähe zum Hotel und der angrenzende Nationalpark Harz laden zu einer Erkundung ein. Die umliegenden Harzstädte, z.B. Sankt Andreasberg, Wernigerode, Goslar oder Bad Lauterberg sind weitere lohnende Ausflugsziele.

Verpflegung: Mit einem reichhaltigen und abwechslungsreichen Frühstücksbuffet mit Eier- und Waffelstation starten Sie im gemütlichen Restaurantbereich in den Tag. Hier genießen Sie auch das vielfältige und umfangreiche Abendbuffet mit wechselnden Hauptgängen, vegetarischen Gerichten, großer Salatbar und leckerer Dessertvielfalt.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **126,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BREMEN

ACHAT Hotel Bremen Innenstadt**** Superior

DAS FLAIR DER HANSESTADT GENIEßEN



Ort & Lage: Das 4-Sterne-Superior ACHAT Hotel Bremen Innenstadt liegt zentral in der Bremer Innenstadt zwischen Hauptbahnhof und Marktplatz unmittelbar an den Bremer Wallanlagen. Das 2014 komplett renovierte Nichtraucherhotel zeichnet sich durch eine farbenfrohe Ausstattung und ein modernes, ansprechendes Ambiente aus.



Zimmer: Die farbenfrohen Zimmer im Design der fünf Elemente verfügen über Dusche und WC, Fön, Kabel-TV, Direktwahl-Telefon, Safe, Schreibtisch, WLAN. Eine Flasche Wasser bei Anreise auf dem Zimmer.



Wellness & Freizeit: Im Wellnessbereich mit Sauna und Dampfbad oder auf der angeschlossenen Terrasse können Sie wunderbar entspannen. Der Fitnessraum eröffnet einen fantastischen Blick über die Dächer der Stadt.

In unmittelbarer Nähe des ACHAT Hotel Bremen Innenstadt finden Sie zahlreiche Cafés und Restaurants. Für entspannte Spaziergänge und erholsame Stunden im Grünen sind die Bremer Wallanlagen ein perfekter Ort – eine grüne Oase inmitten des Trubels der Bremer Innenstadt. Auf insgesamt 32 Hektar Fläche erstreckt sich diese sehr charmant gestaltete Grünfläche mit ihren vielen Hügeln und einem schönen Baumbestand entlang des alten Stadtgrabens.



Verpflegung: Am vielfältigen ACHAT Frühstücksbuffet starten Sie in den Tag. In der Bar werden in moderner Atmosphäre erfrischende Getränke, Cocktails oder Longdrinks angeboten.

4-Tageprogramm

ab **69,*** Euro pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag, wird vor Ort abgerechnet

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- zentrale Lage direkt an den Wallanlagen, eine beliebte Parkanlage am Rande der Bremer Altstadt
- kostenfreie Nutzung des Wellnessbereichs mit Sauna, Dampfbad, Fitnessraum
- kostenfreies WLAN
- kostenfreie Nutzung des Fitnessraums für die aktive Auszeit über den Dächern der Stadt
- ca. 800 Meter bis zur historischen Innenstadt mit zahlreichen Sehenswürdigkeiten wie den Bremer Stadtmusikanten, dem Marktplatz mit Roland und Rathaus, Schnoorviertel und Sögestraße
- zahlreiche Museen wie die Kunstsammlungen Böttcherstraße, Kunsthalle, Übersee Museum, Focke Museum

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **75,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: [www.akon.de](mailto:info@akon.de) | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



WUPPERTAL Waldhotel Eskeshof

KULTURELLE HIGHLIGHTS IM BERGISCHEN LAND

4-Tageprogramm

ab **49,-** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe DZ 1,09 Euro / EZ 2,34 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung des Wellnessbereich mit Hallenschwimmbad und Blockhaussauna
- idyllisch am Waldrand neben dem Naturschutzgebiet am Eskesberg gelegen
- Kegelbahn im Haus
- Weltberühmte Schwebebahn (Wahrzeichen von Wuppertal)
- attraktive Ausflugsziele z. B. der grüne Zoo, das von der Heydt-Museum (Kunstmuseum) oder das Museum für Frühindustrialisierung

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesunder Rücken*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Das Bergische Land ist eine abwechslungsreiche Mittelgebirgslandschaft mit bis zu 520 Meter hohen Bergen, Wäldern, Wiesen, engen Tälern und vielen kleinen Bächen. In Wuppertal, der „Hauptstadt“ der Region, erwartet Sie das Best Western Waldhotel Eskeshof in idyllischer Lage im Grünen unmittelbar am Waldrand und dem Naturschutzgebiet „am Eskenberg“.

Zimmer: Die kleinen 11 m² Komfort-Zimmer (im EZ 0,90m breitem Einzelbett und DZ mit 1,40m breitem Queensize-Bett) sind mit kostenlosem WLAN, Flachbildfernseher mit Filmsender (Sky Cinema), Sitzzecke und Schreibtisch ausgestattet.

Wellness & Freizeit: Entspannung finden Sie im Wellnessbereich mit Hallenschwimmbad und Blockhaussauna. Die Bergischen Drei – die Städte Remscheid, Solingen und Wuppertal – bieten mit über zehn Museen, weltweit beachteten Kunstaustellungen, Theater- und Konzerthäusern, historischen Ortskernen und historischen Sehenswürdigkeiten eine enorme Vielfalt an und kulturellen Highlights. In Wuppertal selbst sollte man sich eine Fahrt mit der berühmten Schwebebahn natürlich nicht entgehen lassen. Auch das Museum für Frühindustrialisierung mit dem Engels-Haus ist einen Besuch wert. Für Natur- und Wanderfreunde bietet das Bergische Land mit seinen „Märchenwäldern“ idyllische Wanderrouen und gut ausgebaute Radwanderwege.

Verpflegung: Im typisch bergischen Restaurant „Goethetube“ können Sie sich mit bergischen und internationalen Spezialitäten verwöhnen lassen. Genießen Sie im Wintergarten den Panoramablick auf die Landschaft oder machen Sie es sich im Biergarten „Eskeshof“ mit Grillplatz gemütlich!

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 105,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



ARNSBERG

Fletcher Hotel-Restaurant Arnsberg-Sauerland****



IM NATURPARK ARNSBERGER WALD IM SAUERLAND



Ort & Lage: Das 4-Sterne Fletcher Hotel-Restaurant Arnsberg-Sauerland liegt im Naturpark Arnsberger Wald, einem der größten zusammenhängenden Waldgebiete Deutschlands. Umgeben von Nadel- und Laubwäldern in einer äußerst abwechslungsreichen Landschaft mit Bergen, Seen und zahlreichen historischen Sehenswürdigkeiten ist das Fletcher Hotel-Restaurant Arnsberg-Sauerland ein beliebtes Reiseziel für Naturliebhaber, Erholungssuchende und Kulturinteressierte.



Zimmer: Die hellen, komfortablen Zimmer verfügen alle über Badewanne und WC, Fön, Minibar, Direktwahltelefon, Sat-TV mit Radio sowie eigenen Balkon oder Terrasse.



Wellness & Freizeit: Im Wellnessbereich des Hotels mit Innenpool, Grottoendusche, finnische Sauna, Biosauna, Infrarotkabine und Ruhebereich finden Sie Entspannung in der kursfreien Zeit. Der Fitnessbereich ist mit Kraft- und Ausdauergeräten sowie einem Freihantelbereich ausgestattet. Ausgezeichnete Joggingpfade beginnen direkt am Hotel.



Verpflegung: Das Restaurant im lichtdurchfluteten Wintergarten ist ein echter Tipp für Freunde des guten Essens und Trinkens. Hier werden Sie mit moderner, leichter und regionaler Küche verwöhnt. Besondere Aufmerksamkeit gilt der Frische und Natürlichkeit der Produkte.

4-Tageprogramm

ab **139,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- freie Nutzung des Schwimmbads
- 1.600 m² Spa-Bereich Dorivita mit Saunalandschaft und Terrarium
- 200 m² Fitnessbereich
- Minigolf und Golfplatz in der Nähe des Hotels gegen Gebühr
- Wanderwege ab Hotel
- Kurtaxe wird aktuell nicht erhoben

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON FasziFit®
- AKON Gesunder Rücken®
- AKON Gesundheitswandern®
- AKON WalkJog®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

fit/ balance

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 99,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BAD LIPPSPRINGE

Best Western Premier Parkhotel & Spa**** Superior

AM FUSSE DES TEUTOBURGER WALDS NAHE PADERBORN

4-Tageprogramm

ab **199,-*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,80 Euro p. P./Tag

6-Tageprogramm

ab **409,-*** Euro
pro Person im DZ
5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,80 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung der Bade- und Saunalandschaft Arminius Therme in mediterranem Stil mit Hallenbad, verschiedenen Saunen, Caldarium, Aromabad, Wintergarten und Whirlpool
- Beautyfarm Arminius-Spa mit 12 Anwendungs- und Themenräumen (gegen Gebühr)
- Natur-Schwimmteich mit Liegewiese
- großzügiger Fitnessbereich
- reizvolle Umgebung und herrlich bepflanzter Kurpark direkt am Hotel
- Restaurant mit kreativer, regionaler Küche
- Fahrradverleih (gegen Gebühr)

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Bad Lippspringe ist von der Natur verwöhnt! Am Fuße des Teutoburger Walds gelegen, grenzt die Bade- und Blumenstadt direkt an die ebene Heidelandschaft der Senne. Es erwartet Sie eine reizvolle Umgebung mit idyllisch gelegenen Quellen und viel Natur – direkt vor der Hoteltür. Und hinzu kommt das einmalige Bad Lippspringer Heilklima sowie die hohe Luftreinheit. Das BEST WESTERN PREMIER Parkhotel liegt direkt am Kaiser-Karls-Park und dem benachbarten Kurwald. Über die wenige Schritte entfernte Fußgängerzone mit ihren Cafés und Geschäften flanieren Sie von Park zu Park und erreichen nach kurzer Zeit die Lippequelle unterhalb der romantischen Burgruine.

Zimmer: Großzügig, freundlich und komfortabel eingerichtete Zimmer mit Schreibtisch sowie Sitzecke. Analoges Anschluss, WLAN, Telefon, Safe, Kabel-TV, Pay-TV und Minibar im Zimmer gehören genauso zur Grundausstattung wie Fön, Schminkspeigel und Lautsprecher in den Bädern.

Wellness & Freizeit: In der eleganten Bade- und Saunalandschaft Arminius Therme im mediterranen Stil tauchen Sie ein in eine Oase des Wohlbefindens! Hier können Sie das sanfte Wasser des Natur-Schwimmteichs erleben oder nach dem Saunagang im Wintergarten wunderbar entspannen.

Verpflegung: Kreative und moderne Küche erwartet Sie im karl – Restaurant am Park. Auf der großzügigen Plaza & Lounge lässt sich die herrliche Parkkulisse mit der großen Wasserfontaine in den Sommermonaten intensiv genießen.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 99,-** Euro

EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse **ab 170,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



KÖNIGSWINTER Maritim Hotel**** Superior



ZWISCHEN RHEIN UND SIEBENBERGIRGE



Ort & Lage: Königswinter liegt auf der rechten Rheinseite gegenüber Bonn. In malerischer Idylle direkt an der Rheinpromenade – mit herrlichem Blick auf das Siebengebirge und den berühmten Drachenfels – begrüßt Sie das 4-Sterne-Superior Maritim Hotel Königswinter.

Das Hotel ist ein perfekter Ausgangspunkt für Ausflüge. Direkt vor dem Hotel lädt ein Schiffsanleger zu Ausflugsfahrten durch das romantische Rheintal ein. Die bekannte Drachenfelsbahn, die seit 1883 ihre Fahrgäste zum 220 m höher gelegenen Schloss Drachenburg bringt, ist nur 1 km entfernt.



Zimmer: Die Zimmer des Hotels überzeugen mit einem zeitgemäßen Stil und mit Blick auf das Siebengebirge. Sie wohnen in den neu renovierten Classic-Zimmern (ca. 25 m² groß und in edlem grau-lila gestaltet), welche sich in den Etagen eins und vier des Hotels auf der Siebengebirgsseite befinden.



Wellness & Freizeit: Im Schwimmbad sowie in der finnischen Sauna und dem Sanarium können Sie es sich in der kursfreien Zeit gut gehen lassen. Wer lieber in Bewegung bleibt, nutzt das moderne Fitnessstudio oder den Fahrradverleih des Hotels (teilweise gegen Gebühr).



Verpflegung: Im Restaurant „Rheinterrassen“ genießen Sie abends regionale und internationale Köstlichkeiten. Erfreuen Sie sich nicht nur an der ausgezeichneten Küche, sondern auch an dem herrlichen Blick auf das rege Schifffahrtstreiben auf dem Rhein.

4-Tageprogramm

ab **189,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. 2,80 € Kurtaxe für Classic Einzelzimmer p. P.

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- tolle Lage direkt an der Rheinpromenade
- kostenfreie Nutzung des Schwimmbads
- exklusiv für AKON-Kunden täglich kostenfreie Nutzung der Saunen und des Fitnessraums und Sportstudios
- Panoramablick auf den Rhein
- herrliche Sommerterrasse
- WLAN

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **102,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



SUNDERN Sunderland Hotel

EIN HAUCH AFRIKA IM SAUERLAND

4-Tageprogramm

ab **119,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung des Saunabereichs KENBALI mit Trockensauna, Dampfbad und Ruheraum
- kostenfreies WLAN steht Ihnen im gesamten Hotel
- ausgewogenes und vielfältiges Frühstücksbuffet
- unweit des Strandbades Sörpesee (ca. 8 km)
- vegan-freundliches und hundefreundliches Hotel
- gute Ausflugsmöglichkeiten z.B. Panoramaseegebiet Wildewiese ca. 15 km

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Sundern liegt im Norden des Naturparks Sauerland-Rothaargebirge zwischen Iserlohn und Meschede, umgeben von 500 m hohen Bergen, nur wenige Kilometer vom Sörpesee entfernt. Der Stausee mit einer Länge von 8 km ist eines der beliebtesten Ausflugsziele im Sauerland. Inmitten des idyllischen Städtchens Sundern erwartet Sie das Sunderland Hotel - umgeben vom magischen Flair Afrikas. Die Innengestaltung ist inspiriert von afrikanischem Design und besticht mit einem außergewöhnlichen Ambiente.

Zimmer: Die Standard Doppelzimmer bieten 22 m² Wohnfläche und befinden sich auf der 2. und 3. Etage des Hotels. Auf den Zimmern stehen Ihnen ein Flatscreen-TV, ein Telefon, Treca-Betten, ein Schrank und ein Schreibtisch zur Verfügung. Auf Wunsch werden die bequemen Doppelbetten gern für Sie auseinander gerückt. Die Badezimmer sind wahlweise mit einer Dusche oder Badewanne sowie einem großen Waschtisch und Haartrockner ausgestattet.

Wellness & Freizeit: Im Wellnessbereich Kenbali mit Sauna, Dampfbad und Ruhebereich finden Sie Entspannung. Die zauberhafte Landschaft ist der ideale Rahmen für die AKON Bewegungskurse. Das Sunderland Hotel ist ein optimaler Ausgangspunkt für wunderschöne Wanderungen, z.B. im Wanderparadies „Altes Testament“, zur Burgruine im Ortsteil Hachen oder zum Sörpesee, wo sie eine Ausflugsfahrt mit dem Fahrgastschiff unternehmen können (April bis Oktober).

Verpflegung: Im Hotelrestaurant werden regionale und auch internationale Spezialitäten angeboten (außer Sonntagabend). Abends erwartet Sie ein 3-Gang-Abendmenü.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **110,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



WINTERBERG Hotel Winterberg Resort***



IM HERZEN DES HOCHSAUERLANDES



Ort & Lage: Das Hotel Winterberg Resort liegt im Herzen des Sauerlands, umgeben von herrlichen Bergen und Wäldern. Das Hotel liegt in ruhiger und naturnaher Lage mit Blick auf den höchsten und bekanntesten Berg des Sauerlands, den „Kahlen Asten“.



Zimmer: Die Zimmer sind mit Dusche/WC, Fön, Satellit-Flatscreen-TV und kostenfreiem WLAN ausgestattet. Das gesamte Hotel ist rauchfrei. Es ist nur eine begrenzte Anzahl an Einzelzimmern verfügbar! Bitte setzen Sie sich vor der Buchung mit AKON in Verbindung unter Tel: 07931/96497-0.



Wellness & Freizeit: Im Wellnessbereich des Hotels mit beheizten Indoorpool, Finnischer Sauna und Infrarotkabine finden Sie Entspannung. Die traumhafte Umgebung lädt zu Spaziergängen und Wanderungen ein - der ideale Rahmen gerade auch für unsere Outdoor-Kurse. Der bekannte Premium-Fernwanderweg „Rothaarsteig“ führt direkt am Hotel vorbei. Der Bikepark und der „Erlebnisberg Kappe“ bieten im Sommer ein abwechslungsreiches Programm für jedermann.



Verpflegung: Im Restaurant mit Ausblick auf das walddreiche Wandergebiet „Rothaarsteig“ genießen Sie ein reichhaltiges Frühstücksbuffet und das Abendbuffet mit leckeren regionalen und internationalen Gerichten. Den Tag können sie gemütlich, z.B. in „Bobs Bar“ mit offenem Kamin, Spielraum und Bibliothek, ausklingen lassen.

4-Tageprogramm

ab **79,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. 3,00 € Kurtaxe p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- herzliche Gastgeber und Mitarbeiter
- naturnahe Lage für Ruhe und Entspannung
- kostenfreie Nutzung von Schwimmbad und Sauna
- gemütliche Lounge und Bar mit Kamin, sowie Bibliothek mit Sitzcke
- zahlreiche Möglichkeiten für Sport- und Freizeitaktivitäten (ganzjährig)
- Hotelparkplätze kostenfrei

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **75,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0*

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BAD HOMBURG Maritim Hotel**** Superior

KURSTADT MIT STIL – „CHAMPAGNERLUFT UND TRADITION“

4-Tageprogramm

ab **139,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung des Schwimmbads mit Jet-Stream-Anlage
- Sauna (gegen Gebühr)
- Internet via Kabel und WLAN
- Fitnessraum (gegen Gebühr)
- Fahrradverleih (auf Anfrage gegen Gebühr)
- Parkrestaurant mit Sonnenterrasse und Blick auf den Kurpark

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Ort & Lage: Nördlich von Frankfurt in Bad Homburg v.d. Höhe erwartet das im Jahr 2013 komplett renovierte Maritim Hotel Bad Homburg **** Superior seine Gäste. Das stilvoll eingerichtete Maritim Hotel liegt direkt im Zentrum der attraktiven Stadt, zwischen belebter Fußgängerzone und dem ruhigen, von Lenné gestalteten Kurpark, einem der größten und schönsten in Deutschland. Viele Sehenswürdigkeiten der Region, wie das Schloss Homburg mit dem Weißen Turm, erreichen Sie vom Hotel aus in wenigen Gehminuten. Nicht weit entfernt ist auch das Casino von Bad Homburg sowie die Taunus Therme. Die Umgebung von Bad Homburg lädt zu Ausflügen ein.

Zimmer: Die Classic-Zimmer (28 m²) im eleganten Design, verfügen über stilvolles Mobiliar und viel Licht. Zur Ausstattung gehören eine Klimaanlage, ein großer Flachbildfernseher, ein Telefon mit Anrufbeantworter, kostenfreies Internet via Kabel und WLAN, eine Minibar und vieles mehr.

Wellness & Freizeit: Entspannen Sie in der kursfreien Zeit im hoteleigenen Schwimmbad mit Jet-Stream und laden Sie bei einem Gang in die Sauna Ihre Akkus auf. Wer sich lieber sportlich betätigen möchte, nutzt den Fitnessraum oder die Greenfee-Ermäßigung für zwei Golfplätze in der Nähe des Hotels.

Verpflegung: Das reichhaltige Maritim Frühstücksbuffet genießen Sie bei traumhaftem Blick in den Kurpark von Bad Homburg. Regionale und internationale Köstlichkeiten werden Ihnen am Abend im Restaurant Bürgerstube serviert. In der gemütlichen Hotelbar lassen Sie den Abend ausklingen.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 90,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BAD WILDUNGEN

Maritim Hotel****



INMITTEN EUROPAS GRÖSSTEM KURPARK



Ort & Lage: An den Ausläufern des Nationalparks Kellerwald im Waldecker Land liegt Bad Wildungen mit seiner historischen Altstadt. Malerisch eingebettet in Europas größtem Kurpark des bedeutenden Heilbäderzentrums begrüßt Sie das Maritim Hotel Bad Wildungen. Inmitten herrlicher Natur gelegen, bietet das Maritim beste Voraussetzungen für einen erholsamen Aufenthalt. In der Umgebung finden Sie ein vielfältiges Freizeitangebot und zahlreiche Sehenswürdigkeiten, wie z. B. den nahe gelegenen 27 km langen Edersee, einer der größten Stauseen Europas. Der urwüchsige Nationalpark Kellerwald Edersee ist mit seinen einmaligen Buchenwäldern ein perfektes Ausflugsziel für Naturfreunde, Wanderer und Aktivurlauber.



Zimmer: Alle Classic Zimmer sind komfortabel eingerichtet und blicken zur Waldseite. Viele Zimmer verfügen außerdem über einen Balkon. Ausstattung mit Bad/Dusche, WC, Fön, Telefon, Kabel-TV, Radio, Schreibtisch.



Wellness & Freizeit: Im Wellness-Bereich mit finnischer Sauna, römischem Dampfbad, Kneipp Fußbecken, Ruheräumen und Schwimmbad mit großer Liegewiese finden Sie Entspannung in den kursfreien Zeiten. Im Fitnessraum mit Cardio-Geräten trainieren Sie Ihre Ausdauer und im „maritim spa & beauty care“ können Sie sich auf Wunsch von Kopf bis Fuß verwöhnen lassen.



Verpflegung: Für das leibliche Wohl sorgen das Restaurant Maritim sowie das Café und Restaurant Classic.

4-Tageprogramm

ab **99,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,60 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Fitnessraum mit Cardio-Geräten (kostenfrei)
- freie Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad
- Sauna gegen Gebühr
- Zeitungen in der Lobby und in den Restaurants
- kostenfreies LAN und WLAN
- Vierbeiner-Reha-Zentrum mit Tierarzt-Physiotherapie für Haustiere
- Tiefgarage mit 75 Plätzen
- Außenparkplatz mit 75 Plätzen
- Valet Service (gegen Gebühr)
- Fahrradverleih (gegen Gebühr)
- Greenfee-Ermäßigung für die Golfplätze in Bad Wildungen und Waldeck

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Walkjogg*
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung

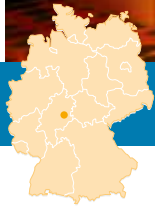
EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **60,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



FULDA Esperanto**** Superior

GROSSE WELLNESSLANDSCHAFT IN DER BAROCKSTADT

4-Tageprogramm

ab **199,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- brasilianisches Grillrestaurant
- Bier- und Weinstube
- Panoramabar
- kostenfreie Nutzung der 4.000 m² Sauna- und Solebadlandschaft mit Innen- und Außenpool
- Solebecken mit Sprudelliegen
- vier finnische Saunen
- zwei Dampfbäder
- Hamam (gegen Gebühr)
- drei Traumbäder
- großes Sportbad (gegen Gebühr)
- kostengünstiges Parken vor dem Hotel (150 m)
2,50 Euro / Tag
- hoteleigenes Parkhaus 10,00 Euro / Tag

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: „Ideal zentral und mitten in Deutschland“ - besser kann man es eigentlich nicht treffen, als mit diesem Slogan der Barockstadt Fulda. In der Mitte Deutschlands gelegen ist Fulda aus allen Richtungen mit dem ICE oder dem Auto bequem erreichbar.

Ruhig und doch verkehrsgünstig in Fuldas Herzen gelegen, befindet sich das Hotel Esperanto unmittelbar am ICE-Bahnhof (150 m) und liegt nur wenige Gehminuten entfernt von der wunderschönen barocken Innenstadt, Fußgängerzone mit Kultur sowie Architektur, Shopping und Erlebnis.

Zimmer: Alle Zimmer verfügen über eine Minibar, Privat-Safe, Haartrockner, Bademantel, Telefon, Flachbild-Fernseher sowie über einen kostenfreien WLAN Internet-Zugang.

Wellness & Freizeit: In der kursfreien Zeit finden Sie im Beauty & Spa Esperanto auf über 4.000 m² einen ganz besonderen Ort der Entspannung mit erlesenem Ambiente und luxuriösem Komfort. Der großzügige Spabereich verfügt über Sportbad (gegen Gebühr), Whirlpool, Dampfbäder, Solebecken mit Sprudelliegen, Hamam, Eisbrunnen, vier finnische Saunen, Traumbädern und Ruheräume.

Verpflegung: Das Abendessen wird im Restaurant „El Jardin“ mit angeschlossener Gartenterrasse serviert. Weitere kulinarische Genüsse erwarten Sie im brasilianischen Grillrestaurant, in der Café-Bar, Bierstube, Weinstube und Panoramabar mit einem atemberaubenden Blick über die Dächer von Fulda.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 105,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



WEILBURG

Hotel Lahnschleife**** Superior



BAROCKE RESIDENZSTADT AN DER LAHN



Weilburger Schloss



Ort & Lage: Der Luftkurort Weilburg liegt im mittelhessischen Lahntal oberhalb der Mündung der Flusses Weil in die Lahn. Die Residenzstadt hat sich ihren barocken Charme bis heute erhalten. Das Hotel Lahnschleife **** Superior erwartet Sie in der Altstadt in unmittelbarer Nähe zur Lahn und bietet in mediterran anmutender, stilvoller Atmosphäre beste Voraussetzungen für einen angenehmen Aufenthalt.

Zimmer: Die komfortablen 24 m² Zimmer bieten Ihnen viel Raum für einen angenehmen Aufenthalt. Direkt an der Lahn gelegen finden Sie die Ruhe, die Sie für einen ruhigen Schlaf benötigen. Die moderne Ausstattung der Zimmer schafft eine Atmosphäre zum Wohlfühlen und Entspannen. Alle Doppelzimmer (auch DZ zur Alleinnutzung) zur Lahnseite sind ausgestattet mit Bad oder Dusche/WC, Fön, TV, Telefon, Minibar, kostenfreies WLAN, Schließfach und verfügen über eine kleine Sitzecke, in der Sie in Ruhe eine Tasse Tee oder Kaffee zu sich nehmen können.

Wellness & Freizeit: Der einladende Wellnessbereich mit seiner Badelandschaft im römischen Stil bietet mit Indoor-Pool, Dampfbad, Sauna, Kneippanlage sowie einem Ruheraum und einem Fitnessraum beste Voraussetzungen für eine für eine gelungene Auszeit vom Alltag. Im Dayspa werden professionelle Wellnessbehandlungen angeboten. Weilburg bietet unter anderem mit seinem Schloss, der angegliederten Parkanlage mit Orangerie sowie der Schlosskirche, in welcher sich die Fürstengruft befindet, der Steinernen Brücke oder dem Schifffahrtstunnel viele Sehenswürdigkeiten.

4-Tageprogramm

ab **119,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung der Wellnesslandschaft mit Indoor-Pool (ca. 8 x 3 m Becken), Dampfbad, Sauna, Kneippanlage und Ruheraum
- Nutzung des Fitnessraum mit Crosstrainer, Fahrrad-Ergometer, Stepper, Kraftstation, Trainingsbank und Gymnastikmatten
- Lage direkt an der Lahn
- Restaurant und Café
- Terrasse und Lese-Lounge
- Wellness & Beautycenter
- vielfältige Ausflugsmöglichkeiten z.B. Weilburger Schloss mit Orangerie, Schlosskirche und Schlosspark
- Weilburg ist der ideale Ausgangspunkt für Radtouren

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

Verpflegung: Sie starten den Tag mit einem reichhaltigen Frühstück mit einer großen Auswahl an regionalen Produkten. Das Abendessen im Rahmen der Halbpension nehmen Sie als Menü oder Buffet im Restaurant „Caprice“ ein, bei schönem Wetter gerne auf der Terrasse. Das „Café Haintor“ an der Stadtmauer lädt am Nachmittag zu Kaffee und Kuchen ein. In der „Beau Rivage“ Bar können Sie z.B. bei einem Getränk ausklingen lassen.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **99,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



FRANKFURT / MAIN Maritim Hotel

MAIN-METROPOLE FRANKFURT

4-Tageprogramm

ab **119,-*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung des Panorama-Schwimmbads mit Blick auf die Frankfurter Skyline
- kostenfreie Nutzung der Sauna
- kostenfreie Nutzung des Fitnessraums
- zwei Restaurants und ein Café (Cafebar)
- zentrale Lage ideal für Ausflüge zum Römer, den Eisernen Steg am Main, die Paulskirche oder zur Goethestraße für Shopping-Begeisterte
- kostenfreies WLAN
- kostenfreie Parkmöglichkeiten in Seitenstraßen nach Verfügbarkeit
- Bahnhofsnähe (ca. 10 min Fußweg)
- Straßenbahn und U-Bahn am Hotel
- Ausflugsmöglichkeiten z.B. Palmengarten, Museumsufer

KURSANGEBOTE:

- AKON Fasziennf*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON WalkJogg*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: In zentraler Lage erwartet Sie das Maritim Hotel Frankfurt. Dank der hervorragenden Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr gelangen Sie schnell und bequem zum Shopping auf die Zeil oder Goethestraße, zum Römer im Stadtzentrum und zum Museumsufer - der Kulturmeile der Stadt.

Zimmer: Die 30 m² großen Nichtraucherzimmern sind ausgestattet mit Minibar/Mini-Kühlschrank, Safe in Laptopgröße, Flachbildfernseher und Badewanne. WLAN ist kostenfrei verfügbar. Große Fenster lassen viel natürliches Licht herein und bieten Ihnen eine herrliche Aussicht – sei es auf die angrenzende Frankfurt Messe oder die beeindruckende Skyline der Stadt.

Wellness & Freizeit: Im Spa mit Innenpool, Sauna und Fitnessbereich können Sie entspannen. Der Pool befindet sich in der obersten Etage (Aqua-fitness!) und bietet einen umwerfenden Ausblick auf die Frankfurter Skyline - besonders beeindruckend bei Nacht! Zahlreiche Bauwerke von historischer Bedeutung laden zur Erkundung ein, z.B. der Frankfurter Kaiserdom, die Paulskirche oder das Frankfurter Goethe-Haus und Freies Deutsches Hochstift. Der Main Tower mit Aussichtsplattform bietet weitere fantastische Ausblicke auf Stadt und Skyline. Auch einen Besuch im berühmten Frankfurter Zoo sollten Sie sich nicht entgehen lassen.

Verpflegung: Den Tag beginnen Sie mit einem reichhaltigen Frühstücksbuffet, das eine Vielzahl an frischen und schmackhaften Optionen bietet. Für Ihr Abendessen serviert Ihnen das Hotel in einem der Restaurants köstliche Speisen, die aus sorgfältig ausgewählten Zutaten zubereitet werden.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 90,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

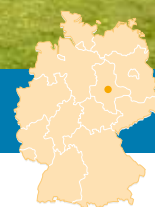
** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



MAGDEBURG

Dorint Herrenkrug Parkhotel**** Superior



JUGENDSTIL-ROMANTIK IM PARK



Ort & Lage: Mitten im Magdeburger Herrenkrugpark erwartet Sie das Dorint Herrenkrug Parkhotel Magdeburg. Der Park liegt am östlichen Ufer der Elbe im Magdeburger Stadtteil Herrenkrug und erstreckt sich parallel zum Fluss. Seit fast 200 Jahren ist der älteste Park der Stadt ein beliebtes Ausflugsziel der Magdeburger Bevölkerung. Mächtige alte Bäume prägen den nach Plänen von Lenné im Stil eines englischen Landschaftsgartens angelegten Park.



Zimmer: Die ca. 30 m² großen Zimmer (teils mit Blick ins Grüne) sind mit Bad mit Badewanne, Schreibtisch, Sitzecke, Safe und kleinem Kühlschrank ausgestattet. Sie verfügen über kostenfreies WLAN, über Telefon, DVD-Player, Radio und Sat-TV.



Wellness & Freizeit: Im Dorint Herrenkrug Parkhotel erfahren Sie während der Aktivtage Ruhe und Behaglichkeit der Extraklasse. Ein 300 qm großer Wellness-Bereich verwöhnt mit der heilenden und beruhigenden Wirkung des Wassers - u.a. mit Panoramawimmbad, Whirlpool, türkischem Dampfbad, Schwalldusche, Eisqueule, Kneippkur-Becken. Außerdem können Sie in der Sauna, im Wüstenentspannungsraum oder auf der Sonnenterrasse relaxen. Verwöhnanwendungen hält zudem die Schönheitsfarm des Herrenkrug-Spa bereit.



Verpflegung: Für das leibliche Wohl sorgt das Küchenteam im Parkrestaurant „Die Saison“ mit frischen, saisonalen, regionalen sowie internationalen Speisen. Das Restaurant wird vom Gault & Millau Restaurantguide Deutschland empfohlen.

3-Tage-Powerdays

ab **129,-** Euro
pro Person im DZ
2 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

4-Tageprogramm

ab **189,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Parkrestaurant DIE SAISON
- Wintergarten und Sommerterrasse
- Bar mit überdachter Terrasse
- Nutzung des Panoramawimmbads
- Nutzung des Whirlpools, Sauna mit Türkischem Dampfbad
- Kneippkur-Becken
- Schönheitsfarm
- 46 Hektar großer Park
- Am Elberadweg
- Golfplatz und Sportpark Life 400 m entfernt
- 160 kostenfreie öffentliche Parkplätze (40 Parkplätze gegen Gebühr)

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON Fasziennfit®
- AKON Gesunder Rücken®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für 3-Tage-Powerdays

ab 75,- Euro

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 115,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



RADOLFSZELL bora HotSpaResort**** Superior

IM NÖRDLICHEN ALPENVORLAND DIREKT AM BODENSEE

3-Tage-Powerdays

ab **279,-** Euro
pro Person im
EZ/DZ

2 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag

4-Tageprogramm

ab **389,-** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
Kurtaxe 3,00 Euro p.P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenloser Zugang zur 8.000 m² große bora Wellness- und Saunalandschaft mit Pool, Saunen und Dampfbädern, Liegewiese und Seezugang
- Skyounge oder Lobbybar
- alle Zimmer mit Balkon, Minibar Getränke inklusive
- inklusive Sky Fernsehen auf allen Zimmern
- kostenloses Hi-Speed WLAN im ganzen Haus
- Ladestation für Tesla-Elektrofahrzeuge
- Zimmerservice ohne Aufpreis
- Fahrradverleih (gegen Gebühr)
- Biergarten im Sommer geöffnet
- Abendessen wird als 3-Gang-Wahlmenü serviert

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON Gesunder Rücken®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Im Dreiländereck Deutschland, Österreich, Schweiz, in direkter Seelage am westlichen Ufer des Bodensees begrüßt Sie im charmanten Ort Radolfzell das 4-Sterne Superior Designhotel bora HotSpaResort. Der Philosophie des Hauses folgend spiegeln Architektur und Interieur die Verbindung von Moderne und Tradition wider, von Fachwerk und Beton, von Wärme und Wasser, von Sauna und See.

Zimmer: Alle Zimmer und Suiten sind großzügig und modern eingerichtet und laden zum Entspannen, zum Wohnen, zum Schlafen ein. Die Komfortzimmer (25 qm) verfügen alle über Balkon und sind mit Bademänteln und Saunatüchern, Flip-Flops, Fön, Kosmetikspiegel, Klimaanlage, Flat-Screen-TV, Minibar und Telefon ausgestattet.

Wellness & Freizeit: Genießen Sie in der kursfreien Zeit den Wellnessbereich mit Japanischem Onsen-Bad, Outdoor-Pool und der wunderschönen Saunalandschaft mit verschiedenen Saunen und Dampfbädern. Ein Bademantelzugang verbindet das Hotel direkt mit der öffentlichen, textiltfreien bora Sauna. Die idyllische Liegewiese mit Schatten spendenden alten Weidenbäumen erstreckt sich direkt bis an den Bodensee.

Verpflegung: Hell und in dezenten Farbtönen präsentiert sich das Restaurant Rubin. Hier werden Sie täglich mit moderner euro-asiatischer Küche verwöhnt. Besonderes Augenmerk legt das Küchenteam auf saisonale Produkte aus der Bodenseeregion und der unmittelbaren Umgebung.

KEIN EZ-Zuschlag für 3-Tage-Powerdays

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 120,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BAIERSBRONN-SCHÖNMÜNZACH

Ringhotel Sonnenhof****



INMITTEN DER SCHÖNSTEN BERGE DES NORDSCHWARZWALDS



Ort & Lage: Zwischen Baden-Baden und Freudenstadt liegt das Schwarzwalddorf Baiersbronn. Im Ortsteil Schönmünzach, dem ältesten Fremdenverkehrsort der Gemeinde, bietet Ihnen das sonnig im Kurgebiet an der Schönmünz gelegene FLAIR Hotel Sonnenhof**** Ruhe, Entspannung und Wellness und herrliche Natur in direkter Umgebung.

Tanken Sie neue Energie und erholen Sie sich in reizvoller Landschaft und gesundem Heilklima. Endlose Wälder, Wiesen und Täler, romantische Pfade entlang plätschernder Quellen und Bächen. Baiersbronn ist der ideale Ausgangspunkt für Wanderungen z. B. im wildromantischen Murgtal und für Ausflüge in die Schwarzwaldregion während der kursfreien Zeit.



Zimmer: Das 4-Sterne-Hotel erwartet Sie mit 40 komfortabel ausgestatteten Zimmern, mit Kabel-TV, Telefon, Schreibtisch und teilweise mit Balkon/Terrasse. Alle Zimmer sind Nichtraucherzimmer und verfügen über einen Balkon. Die Unterbringung erfolgt in Süd- oder Bergseite-Zimmern, je nach Verfügbarkeit.



Wellness & Freizeit: Für Bewegung und Entspannung stehen im Hotel Hallenbad, Sauna, Ruheraum mit Salzsteinen und eine Dachterrasse zur Verfügung.



Verpflegung: Im Restaurant, in der Hotelbar mit Kamin oder im Café mit hauseigener Konditorei und auf der Restaurantterrasse mit Blick auf die Schönmünz lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen.

4-Tageprogramm

ab **149,-** Euro pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,30 Euro p.P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Abendessen als 4-Gang-Menü oder Buffet
- Café und Sonnenterrasse
- Hallenbad, Sauna und Massageräume
- eine Flasche Wasser bei Anreise im Zimmer
- kostenloser Parkplatz

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON Faszienfit®
- AKON Gesundheitswandern®
- AKON Gesunder Rücken®
- AKON Pilates®
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **75,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



BAD MERGENTHEIM

Best Western Premier Parkhotel Bad Mergentheim**** Superior

IN IDYLLISCHER LAGE DIREKT AM KURPARK

4-Tageprogramm

ab **119,-*** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
Kurtaxe 2,95 Euro p.P./Tag, Kinder bis 18 Jahre befreit

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Bade- und Wellnessbereich mit Sauna und Fitnessraum zur freien Nutzung
- Solarium gegen Gebühr
- Beauty- und Massagesstudio
- Kegelbahn gegen Gebühr
- Vielzahl von Ausflugsmöglichkeiten
- Shuttleservice zum Bahnhof/Flughafen gegen Gebühr

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesundheitswandern*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Krafttraining am Gerätezirkel
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Rückenfit für den Arbeitsplatz
- Wirbelsäulengymnastik

fitforwoman fitforwork fitforbike

fitforbalance



Ort & Lage: Bad Mergentheim befindet sich an der Romantischen Straße und im Herzen des Wein- und Wanderparadieses „Liebliches Taubertal“. Blühende Wiesen entlang der Tauber, sonnenverwöhnte Weinberge und eine der schönsten Kuranlagen Deutschlands prägen das Bild der Kur- und Urlaubsstadt. Das Best Western Premier Parkhotel Bad Mergentheim befindet sich in unmittelbarer Kurparknähe. Mittelalter, Renaissance, Barock – die Spuren vergangener Zeiten durchdringen noch heute die Stadt an der Romantischen Straße. Das Schloss in Weikersheim, die Madonna von Grünewald in Stuppach, der Riemenschneideraltar in Creglingen oder das idyllische Rothenburg ob der Tauber – das sind nur einige Highlights, die Sie rund um Bad Mergentheim entdecken können.

Zimmer: Das Haus bietet Ihnen 116 komfortabel eingerichtete Zimmer und Suiten, mit Blick auf den Kurpark, mit Bad/WC, Haartrockner, Balkon oder Loggia, Radio, Flat-TV, Minibar, High-Speed-Internetanschluss und Telefon.

Wellness & Freizeit: Zur Entspannung stehen Ihnen eine hoteleigene Badelandschaft mit Hallenschwimmbad, Liegewiese im Park sowie eine Sauna zur Verfügung. Außerdem können Sie sich sowohl in der hauseigenen Physiotherapie als auch in der Beautyfarm verwöhnen lassen. Für den sportlichen Ausgleich steht ein Fitnessraum zur Verfügung.

Verpflegung: Das reichhaltige Best Western-Fit-Frühstück stimmt Sie auf den Tag ein. Im Parkrestaurant „VUE“ und auf der Empore wird Ihnen das Abendessen in Form eines 3 Gang Menüs bzw. Buffets (laut Küchenleitung) serviert.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **81,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

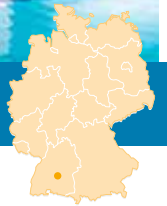
** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



STUTT GART

Pullman Stuttgart Fontana**** Superior



MITTEN IN DER LANDESHAUPTSTADT



Ort & Lage: Das Pullman Stuttgart Fontana **** Superior befindet sich zentral gelegen im Stadtbezirk Vaihingen. Der Stadtpark mit seinen Grünflächen grenzt gleich an.

Aufgrund der verkehrsgünstigen Lage sind die Highlights und Sehenswürdigkeiten der Landeshauptstadt, z.B. das Neue Schloss (20 min.) mit öffentlichen Verkehrsmitteln bequem zu erreichen. S- und U-Bahnhof sind nur eine Gehminute entfernt.



Zimmer: Alle Zimmer verfügen über kostenfreies Mineralwasser, kostenfreies WLAN, Klimaanlage, 50-Zoll-TV, Tee- und Kaffeezubereitungsmöglichkeit, Minibar, Bademantel, Haartrockner, Hausschuhe und einen Safe. Die hellen Superior-Zimmer (ca. 25m²) zeichnen sich durch ihr besonderes Lifestyle-Design aus.



Wellness & Freizeit: Im Hotel lädt ein 1.200 m² großer Wellness- und SPA-Bereich u.a. mit beheiztem Innenpool, Finnischer Sauna, Fitnessraum mit modernen Technogym-Geräten und eine Sonnenterrasse zum Entspannen ein.



Verpflegung: Das Hotel verfügt über verschiedene gastronomische Einrichtungen, darunter das Restaurant „Cantinetta Popolare“, in dem abends handgemachte italienische Küche unter dem Küchenchef Roberto Guagliardo serviert wird. Zum Start in den Tag finden Sie am Frühstücksbuffet eine leckere Auswahl an süßen und herzhaften Frühstücksspeisen. Eine große Auswahl an spannenden Cocktails, Kaffeespezialitäten sowie warme und kalte Barklassiker werden in der klimatisierten „Cin Cin Bar“ angeboten.

4-Tageprogramm

ab **99,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme

4-Tageprogramm

ab **169,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung des Spa- und Wellnessbereich mit Sauna, Schwimmbad, Whirlpool und Ruheliegen
- Nutzung des Fitnessbereichs
- Cantinetta Popolare & Cin Cin Bar
- Kostenfreies WLAN
- Bei Terminen mit Halbpension reserviert Ihnen das Hotel einen separaten Bereich in der Cantinetta Popolare zum gemeinsamen Abendessen und Austausch in der Gruppe. Hier ist das tägliche Abendessen als 2-Gang Büffet mit Vorspeise und Hauptgang inkludiert

KURSANGEBOTE:

- Aquafitness
- Progressive Muskelentspannung

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **165,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



BAD RAPPENAU

Saline 1822 Hotel****

GÄRTEN, PARKS UND SOLE IM KRAICHGAU

4-Tageprogramm

ab **119,-*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,90 Euro p.P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- 1x Eintritt (4 Stunden) ins Solebad Bad Wimpfen
- Sole-Heilbad
- Bademantelgang zum Saunaparadies (Sauna gegen Gebühr)
- Restaurant und Bar
- Kaminlounge
- Terrasse
- barrierefreies Hotel
- Fahrradabstellraum
- kostenfreies WLAN im gesamten Hotel

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Pilates*
- AKON WalkJogg*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Im Kraichgau zwischen Rhein-Neckar und Hohenloher Land, zwischen Odenwald und Schwarzwald liegt die bekannte Kur- und Bäderstadt Bad Rappenau. Großzügige Grünanlagen und gleich drei individuell gestaltete Parks (Kurpark, Schlosspark und Salinenpark) verleihen dem Sole-Heilbad einen besonderen Charme. Das 4-Sterne Hotel SALINE 1822 erwartet Sie mit einem „warmly welcome“ neben dem direkt angeschlossenen Saunaparadies am Kurpark.

Zimmer: Die modernen Zimmer (ca. 26 m²) auf 5 Etagen verfügen über einen kleinen Kühlschrank, Flat TV, Schreibtisch, bequeme Boxspringbetten, einen privaten Safe und einen Balkon. WLAN steht im ganzen Haus (ohne Gebühr) zur Verfügung. Das großzügige Bad im puristischen Stil mit ebenerdiger Dusche, hochwertigen Armaturen und viel Ablagefläche ist ihr ganz privater Wellnessbereich.

Wellness & Freizeit: Im Solebad Bad Wimpfen (ca. vier Kilometer entfernt) können Sie für vier Stunden ihre Bahnen ziehen. Der Eintritt ist in Ihrem Paket inkludiert. Die Salinenstraße führt in wenigen Metern zu Salinenpark und Kurpark mit farbenprächtigen Bepflanzungen, Kurparksee, Gradierwerk, Aktiv-Parcours und zahlreichen Veranstaltungen.

Verpflegung: Freundlich und lichtdurchflutet präsentiert sich das moderne Restaurant & Bar SALZWERK, am Abend gediegen und stimmungsvoll-gemütlich. Wer möchte, kann den Köchen beim Handwerk auf die Finger schauen und ein Blick in die Showküche werfen. Im Sommer verschmilzt das Restaurant mit der Südterrasse an der Flaniermeile der Salinenstraße.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **95,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



Thermal-Wellenbad Johannesbad Therme Bad Füssing



BAD FÜSSING

Johannesbad Hotel Füssinger Hof***



TRADITIONELLE GASTLICHKEIT IM HERZEN VON BAD FÜSSING



Ort & Lage: Im beliebten Kurort Bad Füssing im bayerischen Bäderdreieck begrüßt Sie das traditionsreiche Johannesbad Hotel Füssinger Hof*** mitten im Ortskern von Bad Füssing unweit der Kurallee und dem Kurplatz mit angrenzendem Kurpark mit bayerischer Herzlichkeit und familiärem Charme. Ein wild-romantischer Garten am Hotel mit gepflegter Sonnenwiese und Liegestühlen lädt zum Entspannen ein. Auf der kleinen Gartenterrasse, können Sie Getränke und Snacks genießen. Die hell und modern gestaltete Lounge mit kostenlosem WLAN-Zugang ist das „Wohnzimmer“ des Hotels.



Zimmer: Die Zimmer sind stilvoll und modern in warmen Farben eingerichtet, sodass Sie sich schon beim ersten Betreten wie zu Hause fühlen werden. Alle Zimmer sind standardmäßig mit Balkon, TV, Radio und Duschbad mit Fön ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Direkt vor dem Hotel befindet sich eine Bushaltestelle, von wo aus Sie ein kostenloses Shuttle zur bekannten, nur wenige hundert Meter entfernten Johannesbad Therme bringt. Das Johannesbad ist eine Wohlfühlwelt der Superlative: 13 Bäder, 4.500 m² Wasserfläche, 60.000 m² Liegefläche im Grünen, große Wellnessmassage- und Beautywelt, Therapiezentrum, Shop, Friseursalon, Wiener Cafe und Thermenrestaurant. Der tägliche Eintritt ist im Arrangement eingeschlossen!



Verpflegung: Für einen tollen Start in den Tag sorgt ein großes, vielfältiges Vital-Frühstücksbuffet. Zum Abendessen werden Sie mit einem kalt-warmen Schlemmer-Buffer mit frischen, leckeren Speisen und vielen Produkten aus Bayern verwöhnt.

Wochenprogramm

ab **239,-**

Euro
pro Person
im EZ/DZ

6 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe ca. 2,60 Euro bis ca. 3,40 Euro p.P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

♥ Ein Herz für Alleinreisende:

der Einzelzimmerzuschlag entfällt

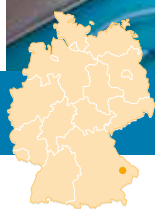
- 5x kostenloser Eintritt in die Johannesbad Therme (außer am Abreisetag), Saunawelt gegen Gebühr
- zentrale Lage im Zentrum von Bad Füssing und dem nahegelegenen Kurpark
- Garten mit gepflegter Sonnenwiese
- Terrasse im Garten mit kleiner Snackauswahl und Getränken
- Bushaltestelle vor dem Hotel (kostenloser Shuttle in die Therme)

KURSANGEBOTE:

- AKON Faszienfit®
- AKON Gesundheitswandern®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Krafttraining am Gerätezirkel
- Rückenschule
- Nordic Walking
- Wirbelsäulengymnastik



Aussenbecken Johannesbad Therme Bad Füssing



BAD FÜSSING / NIEDERBAYERN

Johannesbad Hotel Königshof****

SALINEN UND SOLEBAD DIREKT IM HAUS

6-Tageprogramm

ab **289,-** Euro
pro Person im DZ

5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe ca. 2,60 Euro bis ca. 3,40 Euro p.P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung des Wellnessbereichs mit Sole-Swimmingpool, Saunen, Dampfsauna
- Nutzung der beiden Gradierwerke für ein wohltuendes Meerklima (besonders für Allergiker und Personen mit Atemwegserkrankungen geeignet)
- Hotelbar
- Garten mit Liegewiese und Sonnenterrasse
- Fitnessbereich mit modernen Geräten
- 4x kostenloser Eintritt in die Johannesbad Therme (außer am An- und Abreisetag), Saunawelt gegen Gebühr

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Wirbelsäulengymnastik
- QiGong
- Yoga

Verpflegung: Im modernen Restaurant stehen abwechslungsreiche, leckere Gerichte im Rahmen der Halbpension als Büffet zur Verfügung. In der Hotelbar mit Blick ins Grüne können Sie am Nachmittag Kaffee und köstliche Kuchen genießen, in den Sommermonaten gerne auch auf der Sommerterrasse, oder den Tag abends entspannt ausklingen lassen.



Ort & Lage: Im beliebten Kurort Bad Füssing im bayerischen Bäderdreieck begrüßt Sie das 4 Sterne Wellnesshotel Königshof in zentraler, aber dennoch sehr ruhiger Lage. Hier erwarten Sie in großzügigen und lichtdurchfluteten Räumlichkeiten bayerische Herzlichkeit und Gastfreundschaft.

Zimmer: Die großzügig geschnittenen Doppelzimmer (26 m²) verfügen über einen Balkon mit Blick zur Seitenstraße oder einer gleichwertigen Aussicht. Die Zimmer sind ausgestattet mit Duschbad, Flat-TV, Radio, Telefon, Minibar und Wertfach. Alle Alleinreisende erhalten ein Doppelzimmer zur Alleinnutzung (EZ).

Wellness & Freizeit: Der moderne Wellnessbereich des Hotels steht ganz im Zeichen des Salzes und besitzt als besondere Highlights zwei hauseigene Gradierwerke (Salinen) sowie einen Sole-Indoor-Pool mit echtem Meer-Feeling. Im Salzwasser können Sie sich herrlich schwerelos treiben lassen. Weitere Entspannungsmöglichkeiten bieten Dampfbad, Dampfsauna, Lava-Sauna, Infrarotkabinen, verschiedene Erlebnisduschen, Kneippbecken und Ruheräume mit Schwebeliegen und eigenem Frischluft-Ruhebereich. Zudem ist der tägliche Eintritt (außer am An- und Abreisetag) in die Johannesbad Therme im AKON Arrangement enthalten. In der größten Therme Bad Füssings erwarten Sie 13 Becken, innen und außen, mit einer Gesamtwasserfläche von 4.500 m² und quellfrischen, heilsamen Thermalwasser, eine Saunalandschaft (gegen Gebühr) und thematisch unterschiedliche Ruheräume.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse **ab 105,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



WÜRZBURG

Maritim Hotel



WILLKOMMEN IN MAINFRANKEN!



Ort & Lage: Das Maritim Hotel Würzburg liegt idyllisch direkt am Main und dennoch zentral. Die wenigen Meter bis zur prachtvollen Innenstadt schlendern Sie direkt am Main entlang. In der barocken Altstadt Würzburgs warten zahlreiche Sehenswürdigkeiten, beispielsweise das Julius-Spital oder der Würzburger Dom, darauf erkundet zu werden. Alternativ begeben Sie sich auf eine Wanderung durch die Weinberge rund um Würzburg. Wer ein maritimes Erlebnis sucht, macht sich auf zur Alten Mainbrücke oder schippert gemütlich den Main entlang.

Zimmer: In den 287 Zimmern des Hotels übernachten Sie mit kostenfreiem WLAN und herrlichem Blick auf den Main, die Innenstadt von Würzburg oder den begrünten Innenhof. Zur Ausstattung gehören zahlreiche weitere Annehmlichkeiten wie eine Minibar oder ein Flachbildfernseher.

Wellness & Freizeit: Der Wellnessbereich des Hotels erstrahlt in frischem Glanz. Neu eingerichtet wurde ein Saunarium, das sich insbesondere Sauna-Einsteigern anbietet. Selbstverständlich steht auch eine reguläre Sauna bereit. Im hoteleigenen Pool und Fitnessraum finden Sie sportliche Abwechslung zum Sightseeing-Programm.

Verpflegung: Das Frühstück nehmen Sie mit „maritimem Blick“ im Terrassen-Restaurant ein. Hier verwöhnt Sie die fantastische Küche des Hotels auch zum Abendessen mit regionaltypischen Leckerbissen. In der Fränkischen Weinstube werden in rustikaler Atmosphäre regionaltypische Leckerbissen serviert. Lassen Sie sich von der Gastronomie im Maritim verzaubern und kosten Sie die Spezialitäten aus Unterfranken, Bayern und der ganzen Welt!

4-Tageprogramm

ab **189,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung von Schwimmbad und Sauna, sowie Dampfbad und Fitnessraum
- idyllische Lage direkt am Mainufer mit Blick auf die Festung Marienberg
- kostenfreies WLAN
- inkl. Kurtaxe

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung

fit**for**bike

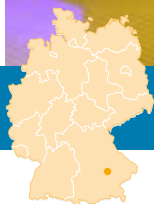
EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **78,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BAD GÖGGING

The Monarch Hotel****

WO AUCH SCHON KELTEN UND RÖMER BADETEN

4-Tageprogramm

ab **139,-***

Euro
pro Person im
EZ/DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- ♥ Ein Herz für Alleinreisende:
der Einzelzimmerzuschlag entfällt
- 24h Rezeption
- WLAN im gesamten Haus kostenfrei
- Nutzung des Innen- und Außenpools
- Nutzung der verschiedenen Saunen
- Nutzung des Fitnessraums
- inklusive Kurtaxe

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON Fasziennft®
- AKON Gesunder Rücken®
- AKON Gesundheitswandern®
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Bad Gögging ist ein Ortsteil der Stadt Neustadt an der Donau in Niederbayern, zwischen der Kulturlandschaft der Hallertau mit ihren traditionellen Hopfengärten, dem berühmten Donaudurchbruch und dem Naturpark Altmühltal. Als einziger Kurort in Bayern verfügt Bad Gögging über drei staatlich anerkannte Naturheilmittel Schwefelwasser, Mineral- Thermalwasser und Naturmoor und gilt als Geheimtipp für Erholung und Gesundheit. Schon Kelten und Römer nutzten die Heilkraft der Schwefelquellen.

Zimmer: Die Zimmer verfügen teilweise über Balkone mit Aussicht auf den Innenhof, auf den Garten oder auf den Pool. Zur Zimmerausstattung gehören Schlafsofas und Schreibtische Bad/Dusche/WC, Fön, Sat-TV, SKY-Bundesliga, Direktwahltelefon, Radiowecker und Safe. WLAN ist im gesamten Hotel kostenfrei. 11 Zimmer sind rollstuhlgeeignet. Das ganze Haus ist barrierefrei.

Wellness & Freizeit: In der kursfreien Zeit können Sie herrlich entspannen im hoteleigenen Innenpool und -Außenpool sowie im neugestalteten und großzügigen Wellnessbereich. Im „The Monarch SPA mit Fitnessbereich, Saunen und Cosmeticum gibt es ein vielfältiges Angebot wie z. B unterschiedliche Massagen, Packungen und Bäder.

Verpflegung: In den Restaurants „Maria Theresia“ und „Kaiserin Elisabeth“ erwarten Sie täglich wechselnde Schlemmerbuffets am Abend und ein reichhaltiges Frühstücksbuffet am Morgen. Exzellente Torten und Kuchen genießt man im „Café Sophie“.

KEIN EZ-Zuschlag

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BAD GÖGGING

Dorint Marc Aurel Resort Bad Gögging**** Superior



RÖMISCHER STIL IM HERZEN BAYERN



Ort & Lage: Bad Gögging ist ein Ortsteil der Stadt Neustadt an der Donau in Niederbayern, zwischen der Kulturlandschaft der Hallertau mit ihren traditionellen Hopfengärten, dem berühmten Donaudurchbruch und dem Naturpark Altmühltal. Das Dorint Marc Aurel Resort Bad Gögging**** Superior befindet sich gleich gegenüber der Limes Therme. Die weitläufigen Hotelanlagen wurden mit viel Leidenschaft und Liebe zum Detail im römischen Stil gestaltet. Das Hotel verfügt über 165 Zimmer und Suiten, ein Restaurant mit großer Außenterrasse und eine Bar mit Livemusik an den Wochenenden.

Zimmer: Alle modernen und elegant eingerichteten Standard-Zimmer des Dorint Marc Aurel Resort Bad Gögging verfügen über einen Schreibtisch, Telefon, Flachbild-TV, Sat-TV, WLAN-Empfang, Minibar, Sitzgruppe, Bad mit Dusche, Haartrockner, Fußbodenheizung, Handtuchwärmer. Ebenso steht Ihnen ein Leihbademantel, eine Badetasche sowie Badeschuhe zur Verfügung.

Wellness & Freizeit: Es erwartet Sie eine einzigartige Wellness- und Bäderwelt auf 2.800 qm mit Thermalbecken, einem Liquid Sound Pool, einem ganzjährig auf 24°C beheizten Olympischen Außenpool, einer Finnischen Sauna, Bio Sauna, einem Dampfbad, einem Laconium, einem Tepidarium, einem Fitnessraum und vielem mehr! Zur Erkundung der Umgebung mit dem Fahrrad und zu Fuß bieten zahlreiche Radwege und 20 speziell ausgewiesene Routen über insgesamt 170 km auf markierten Wanderwegen beste Voraussetzungen.

Verpflegung: Im Restaurant „Forum“ wird Ihnen auch Abendessen als Menü oder in Buffetform serviert. Das Highlight im Restaurant FORUM ist der „Italienische Abend“.

4-Tageprogramm

ab **149,-** Euro pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,10 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Wellnesbereich mit verschiedenen Saunen, Dampfbad
- Nutzung des Thermalpools sowie Liquid Sound Pool
- Golfplatz (gegen Gebühr)
- kostenfreie WLAN-Nutzung im ganzen Haus
- Fitness-Studio
- zzgl. Kurtaxe

KURSANGEBOTE:

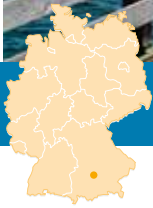
- AKON Aktiv Walking®
- AKON FasziFit®
- AKON Gesunder Rücken®
- AKON Gesundheitswandern®
- AKON WalkJog®
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 135,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BERG / STARNBERGER SEE

Hotel Schloss Berg

4-Tageprogramm

ab **69,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- idyllische ruhige Lage am Ostufer des Starnberger Sees, 50 m vom See entfernt
- Hotelzimmer im eleganten, modernen Design
- familiengeführtes und kleines Hotel Garni
- reichhaltiges Frühstücksbuffet mit hausgemachten und regionalen Köstlichkeiten
- gemütliche Kaminbar mit großer Getränkeauswahl
- Highspeed-WLAN im gesamten Hotel inklusive aller Zimmer
- kostenfreier Parkplatz direkt am Hotel
- kostenfreie Tageszeitungen, Zeitschriften und Magazine über App zum Herunterladen für Hausgäste

KURSANGEBOTE:

- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Nordic Walking



Ort & Lage: Am idyllischen Ostufer des Starnberger Sees liegt, nur wenige Schritte von der Schiffsanlegestelle Berg entfernt, das Hotel Schloss Berg mit einem wundervollen Panoramablick auf den See und die Traumkulisse des bayerischen Voralpenlandes. Schloss Berg selbst, das sich noch immer im Besitz der Wittelsbacher befindet, liegt in unmittelbarer Nähe. Die Gemeinde Berg ist eng mit dem Mythos um König Ludwig II. verbunden. Hier fand er 1886 im Starnberger See den Tod. Eine Augenweide ist das Schloss Berg, das um 1640 im Stil einer italienischen Villa erbaut wurde

Zimmer: Alle Zimmer sind mit Bad oder Dusche, Telefon, Fernseher, Minibar und Safe ausgestattet. Highspeed-WLAN im gesamten Hotel ist für Gäste kostenfrei. Aus den Zimmern haben Sie einen traumhaften Blick entweder auf den Starnberger See oder ins Grüne. Nur begrenzte Anzahl an EZ.

Wellness & Freizeit: In der kleinen Wohlfühl-Oase mit Dampfbad, finnischer Sauna, Infrarot-Wärmekabine und Ruhebereich finden Sie Entspannung. Zahlreiche Ausflugsziele sind zu Fuß, mit dem Fahrrad oder mit dem Schiff bequem zu erreichen, z.B. die Roseninsel, Schloss Possenhofen oder das Kaiserin Sisi Museum in Possenhofen. Flanieren Sie in Starnberg oder machen Sie einen Abstecher in die Landeshauptstadt München. Gegen Gebühr können direkt im Hotel E-Bikes geliehen werden.

Verpflegung: In den neu gestalteten, behaglich-eleganten Frühstücksräumen genießen Sie ein reichhaltiges Frühstücksbuffet mit hausgemachten und regionalen Köstlichkeiten. Das Hotel unterstützt dabei lokale Produzenten, Bauern und Dienstleister. Einen fantastischen Seeblick bietet die Gastterrasse.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 120,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



LAM Hotel Sonnenhof**** Superior



MITTEN IM BAYERISCHEN WALD



Ort & Lage: Oberhalb des Luftkurortes Lam, inmitten der herrlichen Berglandschaft des Bayerischen Wald, an einem ruhigen und sonnigen Südhang liegt das Hotel Sonnenhof. Die Adresse „Himmelreich 13“ verspricht nicht zu viel. Harmonisch in die Landschaft integriert, genießen Sie beim Relaxen, Wandern oder Golfen den Blick über den Lamer Winkel bis zum großen Arber.



Zimmer: Die gemütlichen Zimmer-Nord (ca. 20m²) mit Doppelbett (160 x 200 cm) im eleganten Landhausstil sind mit Sitzzecke, Schreibtisch, Telefon, Flachbildfernsehern, WLAN, Minibar, Bad mit WC, Bade- oder Duschwanne, Fön und Kosmetikspiegel ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Entspannen Sie in Ihrer freien Zeit im 6.500 m² große SPA und Wellnessbereich welcher über 6 Pools, einem Infinity Pool mit Blick auf den Arber und 8 Erlebnis-Saunen verfügt. Neben klassischen Hallenbecken bietet Ihnen das Hotel Sonnenhof von Massage- und Sprudelbecken bis zum ganzjährig beheizten Außenbecken, Sky-Whirlpool und Infinity-Pool die perfekten Rahmenbedingungen für eine Entspannung.



Verpflegung: Einen genussvollen Aufenthalt versprechen das elegante Gartenrestaurant und das rustikale Restaurant Petrusstube mit deftigen Speisen aus der Bayerwald-Küche und internationalen Gerichten, die Cocktailbar sowie die Sommerterrasse mit Bergblick.

4-Tageprogramm

ab **259,-** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 1,50 Euro p. P./Tag | Kinder 0,80 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung der 6.500 m² großen Wellnesslandschaft mit AquaWelt und Saunabereich im Asia-Spa
- AquaWelt mit ganzjährig beheizter Außenpool mit Panoramablick, freischwebender Infinity-Pool, Sky-Whirlpool, Innenpool, Massagen- und Sprudelbecken sowie Tauchbecken
- Nutzung von 8 Erlebnis-Saunen im Asia-Spa mit Kräutersauna, Himalaya-Salzstein-Sauna, Soft-Sauna
- Nutzung von Familien-Dampfbad, Soledampfbad, Eisbrunnen und Asia-Ruheraum
- Massage- und Luftsprudelbecken
- Liege- und Ruhemöglichkeiten im Innen- und Außenbereich
- Poolbar Tonis Bistro
- Nutzung von 2 Fitnessstudios (Panorama-Fitnessraum und weiteren Fitnessraum mit Milon-Zirkel)
- Fahrradverleih gegen Gebühr
- 2 Tennishallenplätze, 2 Tennisfreiplätze in den Sommermonaten, Tischfußball, Tischtennis, Billard
- 2 Restaurants, Sommerterrasse, Hotelbar
- Beauty- und Massageabteilung gegen Gebühr
- kostenfreie Parkplätze

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Fasziennit*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Rückenfit für den Arbeitsplatz

fitforwoman fitfor50plus fitforwork

fitforbalance

Kinderbetreuung für Kinder im Alter von 3–12 Jahren
von Dienstag bis Samstag 09:00 bis 16:30 Uhr
(bitte im Hotel buchen).

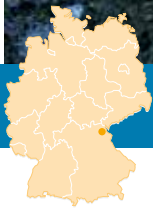
EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 160,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0*

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BAD ALEXANDERSBAD SOIBELMANNS Hotel Alexandersbad

NATUR UND GESUNDHEIT IM FICHELGEIRGE

4-Tageprogramm

ab **69,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 0,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung des Wellnessbereich mit Sauna und Ruheräume, Kneipp-Anlage
- 1x kostenfreier Eintritt (2 Std.) ins ALEXBAD (3 Fußminuten vom Hotel entfernt) an der Rezeption auf Nachfrage Voucher anfordern
- Sporthalle mit Tennis-, Squash- und Badmintonplatz
- mitten im schönen Fichtelgebirge
- vielseitige Freizeitaktivitäten möglich
- kostenfreies WLAN

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Die Gemeinde Bad Alexandersbad liegt im oberfränkischen Landkreis Wunsiedel im Fichtelgebirge, am Fuße der Luisenburg mit dem Felsenlabyrinth und der ältesten Freilichtbühne Deutschlands. Das kleinste Heilbad Bayerns hat sich als Mineral- und Moorheilbad einen Namen gemacht. Mit dem SOIBELMANNS Hotel Bad Alexandersbad erwartet Sie eines der führenden Hotels im Fichtelgebirge.

Zimmer: Die Standardzimmer mit rund 30 m² bieten Ihnen viel Platz für einen entspannten Aufenthalt. Alle Zimmer sind mit Badewanne/WC oder Dusche/WC, Fön, Radio, Flachbild-TV, Telefon, Schreibtisch und Balkon ausgestattet.

Wellness & Freizeit: Das komfortable Hotel bietet einen großen Wellnessbereich mit Sauna, Ruheräumen, Kneipp-Anlage, Sporthalle mit Tennis-, Squash- und Badmintonplatz. Für Wanderer und Radfahrer ist das Fichtelgebirge im Nordosten von Bayern ein traumhaft schönes Terrain. Der Naturpark mit ausgedehnten Wäldern und imposanten Felsbrocken aus Granit bietet viele Möglichkeiten zur individuellen Tourenplanung. Für einen Tagesausflug empfiehlt sich z.B. Bayreuth mit seinen zahlreichen Sehenswürdigkeiten und vielfältigem kulturellen Angebot.

Verpflegung: Da gut Essen und Trinken sprichwörtlich Leib und Seele zusammen hält, werden Sie im SOIBELMANNS Restaurant mit regionalen und internationalen Köstlichkeiten und nur den besten saisonalen Zutaten verwöhnt.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 90,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



INZELL / CHIEMGAU

Das Bergmayr – Chiemgauer Alpenhotel



ZWISCHEN CHIEMSEE UND KÖNIGSSEE



Ort & Lage: Das Natur- und Wanderparadies Inzell liegt in einem weiten Talgrund in den Chiemgauer Alpen, der vom Rauschberg, dem Zinnkopf, dem Teisenberg und dem Gebirgsstock des Staufens umrahmt wird und bietet viel Raum für Entdeckungen, Abenteuer und Outdooraktivitäten. Das „Das Bergmayr – Chiemgauer Alpenhotel“, bestehend aus 5 Gebäuden erwartet Sie am Rand des Ferienortes in ruhiger Lage. In direkter Umgebung befindet sich ein großer Naturbadesee.



Zimmer: Alle Zimmer sind mit einer Terrasse (Erdgeschoss) oder einem Balkon (Obergeschoss) ausgestattet, mit einem wunderbaren Blick ins Grüne oder auf die umliegende Bergkulisse. WLAN nutzen Sie selbstverständlich im gesamten Hotel kostenfrei. Die Badezimmer sind mit einer Dusche sowie Haartrockner und Kosmetikspiegel ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Im Wellnessbereich mit Indoor-Pool und Sauna finden Sie Entspannung für Körper und Seele. Das Bergmayr ist der ideale Ausgangspunkt für Ausflüge in die herrliche Umgebung. Das Chiemgau bietet viele Freizeitaktivitäten wie das Inzeller Umland zwischen Chiemsee und Chiemgauer Alpen. Bei Wanderungen können Sie verschiedene Themenwege, wie z.B. den Moorerlebnisweg oder den Bergwald-Erlebnisweg entdecken.



Verpflegung: In der gemütlichen Wirtsstube „Bergmayr Stadl“ werden Sie mit einer Vielzahl regionaler Spezialitäten verwöhnt - vom deftigen Braten bis zur süßen Apfelstrudel-Verführung. Das Küchenteam legt höchsten Wert auf regionale Verbundenheit und verleiht den typisch bayerischen Leckereien einen besonderen, modernen Pfiff. Ein beliebter Treffpunkt ist die offene Bar.

4-Tageprogramm

ab **119,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,10 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Urlaubsregion Chiemgauer Alpen in mitten traumhafter Bergkulisse
- Restaurant mit regionaler und saisonaler Küche
- Nutzung des Indoor-Pool und Sauna
- ideal gelegen für Wanderungen auf den zahlreichen Themenwegen und idyllischen Wald- und Naturbadeseen

KURSANGEBOTE:

- Aquafitness®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

fitforbalance

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 125,- Euro

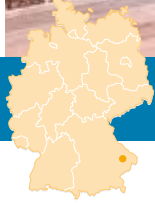
* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



Innenbereich Johannesbad Therme Bad Füssing



BAD FÜSSING / NIEDERBAYERN

Johannesbad Thermalhotel Ludwig Thoma****

GESUNDES WOHLBEFINDEN TRIFFT BAYERISCHE HERZLICHKEIT

4-Tageprogramm

ab **99,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe ca. 2,60 Euro bis ca. 3,40 Euro p.P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- großzügige Zimmer und Suiten
- Nutzung des im Hotel vorhandenen Mineral-Thermal-Wasserpools mit Whirlpool sowie Wellnessbereich mit Finnische Sauna, Dampfbad und Regendusche
- 1x Tageseintritt in die Johannesbad Therme (Shuttlebus zur Therme)
- Salzgrotte mit belebender Wirkung
- Schwefel-Thermalwasser wirkt sich positiv auf den Körper aus (Linderung bei: Muskel-Gelenk- und Kreislaufbeschwerden, sowie Stress, Burn-out, Durchblutungsstörungen)
- Liegebereich mit Kamin zum Entspannen
- gemütlicher Biergarten
- Leihfahrräder (gegen Gebühr)

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Ort & Lage: Im beliebten Kurort Bad Füssing im bayerischen Bäderdreieck erwartet Sie das Johannesbad Thermalhotel Ludwig Thoma****. Das 4-Sterne-Thermalhotel im Zentrum des Ortes bietet seinen Gästen alle Vorzüge und Annehmlichkeiten eines Wellnesshotels.

Zimmer: Die Zimmer bieten viel Raum, sie sind ca. 30 m² groß in heller Kirsche stilvoll eingerichtet. Zur Ausstattung gehören ein 32er Flat-TV, Radio, Telefon, Kaffee- und Teeküche mit Kühlschrank, Duschbad, Blackout-Vorhänge, Leihbademantel, Fön, Minibar und Sitzcke sowie kostenloses WLAN.

Wellness & Freizeit: Entspannen Sie im großen, hauseigenen Wellnessbereich im Innenpool mit original Bad Füssinger Schwefel-Thermalwasser oder im Whirlpool, genießen Sie die erfrischenden Erlebnisduschen und die belebende Wirkung der Salzgrotte, Finnischer- und Dampfsauna und Ruhebereich mit Kamin. Zusätzlich zur Nutzung der Wellnesseinrichtungen des Hotels ist 1x Eintritt in die Johannesbad Therme im Arrangement enthalten.

Verpflegung: Das Küchenteam zaubert täglich frische Gerichte für Sie und verwendet dafür so viele Produkte aus der Region wie nur möglich. In der warmen Jahreszeit erfreut sich der gemütliche Biergarten mit Schatten spendenden Kastanien und Blick ins Grüne großer Beliebtheit.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 65,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

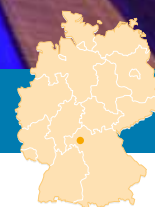
Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



VOLKACH / MAINFRANKEN

Sonnenhotel Weingut Römmert****



WELLNESSAUSZEIT IM FRÄNKISCHEN WEINLAND



Ort & Lage: Genussmenschen und Weinliebhaber finden im 4-Sterne Sonnenhotel Weingut Römmert in Volkach an der Mainschleife ein außergewöhnliches Urlaubsdomizil. Am Fuße der fränkischen Weinberge vis-à-vis des über 100-jährigen Weingutes Römmert steht das wunderbare Weinhotel. Das Weingut Römmert gehört zu den traditionellen Weingütern in Franken.

Zimmer: Übernachten Sie in stilvollen Hotelzimmern, die von der Innenarchitektin Silvana Gutjahr und der Künstlerin und Designerin Ameli Neureuther designed wurden. Die Zimmer im ersten Obergeschoss (ca. 20 m²) verfügen teilweise über einen Balkon. Zur Ausstattung gehören ein großes Doppelbett, ein Bad mit Dusche / WC, Fön und Kosmetikspiegel, Telefon und TV-Flat-Screen.

Wellness & Freizeit: Im Wellnessbereich mit Innen- und Außenpool lassen Sie die Seele baumeln. Über 900 m² Spa-Bereich gehören Ihnen. Der große, kombinierte Innen-/Außenpool ist komplett durchschwimmbar – das ist ein absolutes Highlight! In der finnischen Sauna kommen Sie ins Schwitzen. Verschiedene Massage- und Wellnessangeboten bringen Sie wieder in Balance. Lassen Sie von der Dachterrasse aus Ihren Blick über die Weinberge schweifen.

Verpflegung: Erleben Sie außerdem die Welt des Weines bei einer Auszeit im Sonnenhotel Weingut Römmert, wo Tradition und Moderne, Genuss und Regionalität groß geschrieben werden. Inspiration, Wein und Wellness sind unser Geheimrezept für unvergesslichen Aufenthalt. Die hiesigen typischen Frankenweine, einen Silvaner oder einen Riesling, reichen wir Ihnen zum Sonnenuntergang auf der Hotelterrasse.

4-Tageprogramm

ab **209,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Restaurant mit Sonnenterrasse:
Fränkische Spezialitäten und kreative Gaumenschmeichler in Kombination mit feinen Weinen aus dem Weingut Römmert
- kostenfreie Nutzung des über 900 m² Spa-Bereichs mit kombiniertem Innen-/Außenpool, Saunen, Massage- und Wellnessanwendungen, Ruhezone und Liegebereiche auf der Dachterrasse
- teilweise E-Ladestationen
- Tiefgarage mit 20 Stellplätzen (kostenpflichtig)
- Wein-Bar
- fränkische Spezialitäten und Weine vom gegenüberliegenden Weingut Römmert
- barrierefreie Zimmer
- Fitness-Raum
- kostenfreies WLAN
- Fahrradverleih in Volkach (gegen Gebühr)

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 150,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



GARMISCH-PARTENKIRCHEN

Mercure Hotel****

FANTASTISCHE AUSBLICKE UND BAYERISCHE GASTLICHKEIT

3-Tage-Powerdays

ab **119,-** Euro
pro Person im DZ

2 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag

4-Tageprogramm

ab **199,-** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- großzügiges Restaurant im bayerischen Stil
- ruhig gelegener Biergarten mit Alpenpanorama
- Nutzung der Bade- und Saunalandschaft mit Dampfbad
- Nutzung des Fitnessbereichs
- vielfältige Ausflugsmöglichkeiten
- alle Zimmer verfügen über WLAN

KURSANGEBOTE:

- AKON Fasziennfit*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Ort & Lage: Das Mercure Hotel **** Garmisch-Partenkirchen liegt im Ortszentrum von Partenkirchen - direkt an der historischen Ludwigstraße und nur wenige Kilometer von Alp- und Zugspitze entfernt.

Zimmer: Die Zimmer sind im bayerischen oder im modernen-eleganten Stil eingerichtet und unter anderem mit Bad/WC, Minibar, Telefon und Flachbildfernsehergeräten ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Im Freizeitbereich mit Pool, Sauna, Massage und Dampfbad finden Sie Entspannung nach einem ereignisreichen Tag. Vom Mercure Hotel Garmisch-Partenkirchen lassen sich bequem viele Freizeit- und Sportaktivitäten erreichen. Zur Zugspitzbahn sind es ca. 20 Gehminuten. Viele Wanderwege beginnen direkt vor der Haustür und führen zu den unterschiedlichen bewirteten Almen. Geschäfte und Bars sind ebenfalls fußläufig erreichbar. Weitere Sehenswürdigkeiten in der Umgebung sind u.a. die Skisprungschanze, die Partnachklamm, das Museum Werdenfels oder das Richard-Strauss-Institut. Als Ausflugsziele mit dem Auto bieten sich z.B. der romantische Eibsee und die weltberühmten Königsschlösser an.



Verpflegung: Das großzügige Hotelrestaurant ist liebevoll im bayerischen Stil gestaltet und verwöhnt mit regionalen Schmankerln sowie internationalen Spezialitäten. Im ruhig gelegenen Biergarten können Sie das prächtige Alpenpanorama genießen.



EZ-Zuschlag für 3-Tage-Powerdays

ab **85,-** Euro

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **125,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



SONTHOFEN

AllgäuStern Hotel



AUFATMEN UND GENIESSEN IM ALLGÄU



Ort & Lage: Das AllgäuSternHotel gehört zu den ersten Adressen im Luftkurort Sonthofen im Oberallgäu in Bayern, umgeben von den Allgäuer Hochalpen. Die traumhafte, naturnahe Lage auf 800 m ü.N.N. am Rand der Stadt eröffnet Ihnen einen grandiosen Blick auf die umliegenden Berge. Der Hotelkomplex besteht aus dem Haupthaus und vier Hotelresidenzen in fußläufiger Nähe.



Zimmer: Die Zimmer sind stilvoll und zeitlos eingerichtet und mit Balkon, Radio, Sat-TV, Telefon, WLAN ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Eine rund 1.700 m² umfassende Badelandschaft mit Outdoor-Pool und Fitness Park, Indoor-Pool und Tauchbecken, PanoramaSauna, PanoramaSanarium, Infrarotkabine, finnischer Sauna und Dampfbädern bietet Spaß und Entspannung. Das Sommerfreibad (im Winter nicht beheizt) und die Sonnenterrasse mit einem atemberaubenden Blick auf die Ostrachtaler- und Illertaler Berge laden zum Sonnenbaden und Entspannen ein. Der beheizbare Ruhebereich „Space of Silence“ mit einem weit zu öffnendem Fenster bietet einen grandiosen Blick nach Süden auf die Ostrachtaler und Oberstdorfer Berge.



Verpflegung: Das AllgäuSternHotel vereint die ganze Welt der Kulinarik mit herrlichem Ausblick unter einem Dach – ob in der eleganten Rôtisserie mit ihren feinen regionalen und internationalen Spezialitäten, im Panorama-Restaurant mit seinen vielfältigen Frühstücks- und Abendbuffets oder in der urigen Bierstube im Allgäuer Stil.

4-Tageprogramm

ab **159,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,20 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung des AquaParks, des WellnessParks und FitnessParks
- kostenfreie Parkplätze vor dem Hotel oder in der Tiefgarage (gegen Gebühr)
- Panoramarestaurant
- hauseigene Bibliothek

KURSANGEBOTE:

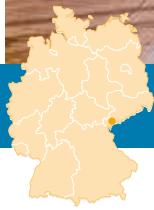
- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfir*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Walkjogg*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **150,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



BAD BRAMBACH

Santé Royale Hotel- und Gesundheitsresort****

WELLNESS IM SÄCHSISCHEN STAATSBAD

5-Tageprogramm

ab **289,-** Euro
pro Person im DZ

4 Übernachtungen, All-inclusive, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 1,30 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- All-inclusive: Verpflegung Frühstück, Mittags-Snack, Suppen und Salatbuffet, Kaffee und Kuchen von 15:00– 16:30 Uhr, Abendessen als Wahlmenü oder Buffet, alkoholfreie Getränke von 10:00 - 22:00 Uhr und alkoholische Getränke (Bier, Hauswein) von 17:30 - 22:00 Uhr
- Bademantelgang zur angrenzenden ca. 5000m² großen Bade- und Saunalandschaft der Sächsischen Staatsbäder Bad Brambach
- täglicher Eintritt in die Bade- und Saunalandschaft der Sächsischen Staatsbäder Bad Brambach inklusive
- Innen- und Außenschwimmbekken, Whirlpool, Nackenduschen, Bodensprudler, Dampfbad 45°C, Eisbrunnen
- Freitag bis Sonntag: Tepidarium 60°C, Finnische Sauna 80°C, Fichtensauna 70°C
- Kräutersauna 55 - 65°C (Biosauna), Finnische Sauna 80 - 90°C mit regelmäßigen Aufgüssen, Kaminhütte für Ruhepausen, Erlebnisduschen und Tauchbottich
- Leihbademantel für die Dauer des Aufenthaltes
- große Flasche Mineralwasser bei Ankunft
- Restaurant mit Parkterrasse
- Tagesbar, Bibliothek und Englische Lounge

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking®
- AKON Faszienfit®
- AKON Gesundheitswandern®
- AKON Gesunder Rücken®
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik



Ort & Lage: Das Sächsische Staatsbad Bad Brambach liegt auf 600 m Höhe im idyllischen Vogtland im Herzen des Dreiländerecks Bayern, Böhmen und Sachsen - umgeben von herrlichen Wäldern, Wiesen und Tälern. Das milde, subalpine Reizklima sowie sechs Mineralheilquellen tragen zu Gesundheit und Wohlbefinden bei. Bad Brambach verfügt über die stärksten Radonquellen der Welt, die mit ihrer einzigartigen Konzentration den Kurort seit mehr als 100 Jahren europaweit bekannt macht. Das First Class Hotel- und Gesundheitsresort Santé Royale **** erwartet Sie inmitten des gepflegten historischen Kurparks.

Zimmer: Die Zimmer sind modern gestaltet mit Parkett, Dusche, WC, Fön, WLAN gratis, Kosmetikspiegel, Bademantel, TV-Radio, Lesesessel, Safe und Telefon.

Wellness & Freizeit: Ein Wohlfühlerlebnis für alle Sinne verspricht die Bade- und Saunalandschaft der Sächsischen Staatsbäder. Auf über 5.000 m² Fläche erleben Sie eine Badewelt mit 32°C/35°C warmem Wasser, Innen- und Außenbecken, Bodensprudlern, Nackenduschen und Massagedüsen. Der Saunabereich wartet mit Tepidarium, Dampfbad oder Finnischer Sauna im Innenbereich und gemütlichem Saunadort im Freien mit besonders reizvollem Ambiente auf.

Verpflegung: Verpflegung all-inclusive mit Frühstück, Mittags-Snack, Suppen und Salatbuffet, Kaffee und Kuchen, Abendessen als Wahlmenü oder Buffet, alkoholfreie Getränke (Apfel- und Orangensaft, Wasser sowie Softgetränke) und alkoholische Getränke (Bier, Hauswein rot und weiß).

EZ-Zuschlag für die Dauer der 5-Tageskurse ab **95,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

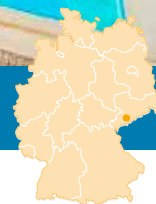
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



OBERWIESENTHAL Ahorn Hotel Am Fichtelberg*** Superior



MITTEN IM ERZGEBIRGE



Ort & Lage: Eingebettet in die reizvolle Landschaft zwischen Fichtelberg (1.215 m) und Keilberg (1.243 m) lädt das Ahorn Hotel Am Fichtelberg mit seinen 388 Zimmern und Suiten zum Wohlfühlen und Entspannen ein. Oberhalb Deutschlands höchstgelegener Stadt, dem Kurort Oberwiesenthal, bietet das 3-Sterne-Superior AHORN Hotel Am Fichtelberg einen atemberaubenden Ausblick auf die Bergwelt des Erzgebirges.



Zimmer: Genießen Sie den Panoramablick auf das Erzgebirge aus den modern eingerichteten 16 m² großen Zimmern inkl. kleinem Badezimmer mit Dusche/WC, Sat-TV und Fön. Aufbettung für max. ein Kind möglich.



Wellness & Freizeit: Aktive Erholung zu jeder Jahreszeit finden Sie im Relaxbereich AHORNWell mit Sachsens größtem Hotel-Innenpool (20 x 10 m) und Sonnenterrasse mit Panoramablick, Bio- und Finnischer Sauna, WEKA Infrarot Wärmekabine, Massagepraxis, sowie Fitnessraum. Billard, Tischtennis, Volleyball, Miniaturgolf oder Bogenschießen sowie ein umfangreiches Abend- sowie Tagesanimationsprogramm mit hauseigenem Kino runden das Wohlfühlprogramm ab. In den Sommermonaten können Sie zu einer ausgiebigen Wander- und Nordic Walking-Tour rund um den Fichtelberg aufbrechen.



Verpflegung: Im großen Restaurant mit herrlichem Panoramablick, erwartet Sie täglich das extra reichhaltige Frühstücksbuffet und ein kalt-warmes Schlemmerbuffet am Abend (inklusive zwei vegetarischen Gerichten), Salaten & Dessertvielfalt, Health Corner zum Frühstück und am Abend mit laktose- & glutenfreien Speisen. Individuelle Gaumenfreuden bietet das exklusive Steakrestaurant AZado.

4-Tageprogramm

ab **109,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- ruhige Lage direkt an Skipiste, Loipe und Wanderwegen mit Panoramablick
- Innen-Pool (20 x 10 m) mit extra Kinder-Schwimmbecken
- tägliche Kinderanimation in den regionalen Ferien
- Spielerverleih, Babyausstattung inklusive
- Saunalandschaft gegen Gebühr
- Sonnenterrasse mit Sonnenliegen
- Fitnessraum
- hoteleigenes Kino (täglich verschiedene Vorstellungen) kostenfrei
- Lobbybar mit Sky TV
- kostenfreies WLAN

KURSANGEBOTE:

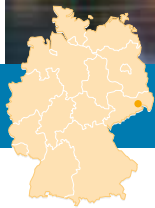
- Autogenes Training
- Aquafitness
- Progressive Muskelentspannung

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 105,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: [www.akon.de](mailto:info@akon.de) | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



BAD SCHANDAU

Hotel Elbresidenz an der Therme

4-Tageprogramm

ab **189,-*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Willkommensgruß bei Anreise
- 1 Flasche Mineralwasser kostenfrei auf dem Zimmer
- 1x kostenfreien Tageseintritt in die Toskana Therme (200 m vom Hotel entfernt) pro Person
- Nutzung des hoteleigenen Aurorabad mit Saunalandschaft (Finnische Sauna, Kräuterbad, Dampfbad, Erlebnisduschen und Sonnenterrasse)
- Abendessen als 2-Gang-Wahlmenü im Restaurant
- Fitnessbereich mit „LifeFitness“ Geräten

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

fitforwoman fitforbike



EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **99,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Ort & Lage: Direkt am Ufer der Elbe, umgeben von der eindrucksvollen Naturkulisse des Elbsandsteingebirges, liegt das imposante Hotel Elbresidenz an der Therme Bad Schandau. Die Perle der Sächsischen Schweiz liegt zwischen den Kulturzentren Dresden und Prag. Das Hotel garantiert die gelungene Verbindung von Tradition und Moderne, Wohlbefinden und Kultur. Gehobene Gastlichkeit, Kulinarik und Wellness versprechen Entspannung und Erholung auf höchstem Niveau.

Zimmer: Die Zimmer der Superior Kategorie (ca. 26-30 m²) sind großzügig und komfortabel eingerichtet mit Blick auf den Markt oder Atrium. Ausstattung mit Bad/Dusche oder Badewanne, WC, Fön, Telefon, Safe, Minibar, Flachbild-TV, kostenfreies WLAN, Schreibtisch und gemütliche Sitzgelegenheit.

Wellness & Freizeit: In der kursfreien Zeit entspannen Sie in im hoteleigenen „Aurorabad“ über den Dächern der Sächsischen Schweiz. Genießen Sie auf der Sonnenterrasse den malerischen Ausblick auf die Elbe und schöpfen Sie Kraft in Pool, finnische Sauna, Kräutersauna oder Dampfbad sowie den Erlebnisduschen. Der Fitnessbereich mit Geräten von „Life Fitness“ hält eine Vielzahl von Optionen bereit, sich aktiv zu bewegen und den Körper zu trainieren. Die in unmittelbarer Nähe gelegene „Toskana Therme“ ergänzt das Entspannungsangebot auf höchstem Niveau.

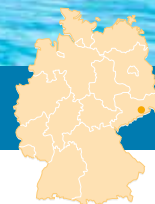
Verpflegung: Mit einer kulinarischen Trilogie aus regionalen Produkten, internationalen Kompositionen und hohem Kochhandwerk verwöhnt das Restaurant Elbterrasse die Gäste und bezaubert mit einem Blick auf die Elbe und die Felsenlandschaft der Sächsischen Schweiz.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

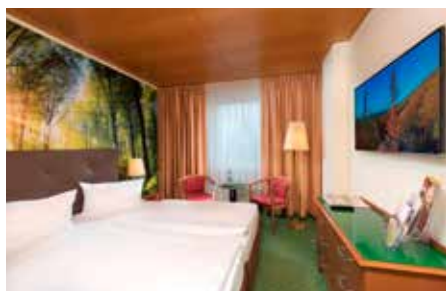


ALTENBERG / OSTERZGEBIRGE

AHORN Waldhotel Altenberg*** Superior



„GLÜCK AUF“ IM ERZGEBIRGE



Ort & Lage: Der staatlich anerkannte Erholungsort und Luftkurort Altenberg liegt ca. 40 km südlich der Landeshauptstadt Dresden im Osterzgebirge, umgeben von weiten Feldern, Hügeln und Wäldern, nur wenige Kilometer entfernt von der Tschechischen Grenze. Das Gemeindegebiet erstreckt sich von den romantischen Tälern der Weißeritz und Müglitz bis hinauf auf 900 m Höhe. Wegen der schneesicheren Lage hat sich der Ort einen Namen als Wintersportzentrum gemacht. Er verfügt unter anderem mit der Bobbahn über eine der anspruchsvollsten Kunsteisbahnen der Welt.

Zimmer: Die Zimmer verfügen über Doppelbett, Bad mit Dusche, WC und Föhn und kostenfreies WLAN. Sie sind mit 49-Zoll-TV, Safe, Telefon und Radio ausgestattet.

Wellness & Freizeit: Das Aktivhotel bietet einen Innen- und saisonalen Außenpool sowie einen Wellness- und Wohlfühlbereich mit finnischer Sauna, Infrarotwärmekabine und Massageanwendungen. Das vielfältige Freizeitangebot des Hotels umfasst z.B. Beachvolleyball, Tischtennis, Minigolf, Boccia, Bogenschießen. Altenberg hat eine 550-jährige Zinnerbergbau-Tradition. Das beliebte Bergbaumuseum Altenberg informiert darüber detailreich. In Zinnwald-George befindet sich ein Besucherbergwerk. Die Umgebung des AHORN Waldhotels lädt zu Spaziergängen und Wandertouren ein.

Verpflegung: Genießen Sie eine große Vielfalt an warmen Frühstücksspeisen und frischen Leckereien für einen vitalen Tagesbeginn. Im Halbpensionsrestaurant werden Sie am Abend mit einem Büffet mit wechselnden, vielseitigen Hauptgerichten (Fisch, Fleisch und vegetarisch) und leckeren Desserts sowie hausgemachten Salaten.

4-Tageprogramm

ab **139,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- kostenfreie Nutzung Innen-Pool mit Wellnessbereich
- Sauna mit Ruheraum und Saunagarten (gegen Gebühr)
- Fitnessraum
- kinderfreundliches Hotel (ohne Kinderbetreuung)
- Wochenprogramm mit verschiedenen Aktivitäten

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 150,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



4-Tageprogramm

ab **119,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Großzügige Zimmer
- 1x Eintritt in die Roland Matthes Schwimmhalle für 2 Stunden (nur 300 m entfernt)
- Abendessen als 3-Gang-Menü oder Buffet
- Welcome Drink
- 1 Flasche Wasser bei Ankunft auf dem Zimmer
- perfekte Verkehrsanbindung

KURSANGEBOTE:

- AKON Fasziennft*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Walkjogg*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

ERFURT**Victor's Residenz-Hotel Erfurt********MITTELALTERLICHES JUWEL MIT FLAIR**

Ort & Lage: Erfurt, die reizvolle Landeshauptstadt Thüringens, fasziniert mit einem mittelalterlich geprägten Altstadtzentrum mit zahlreichen Fachwerk- und Bürgerhäusern. Unweit des Landtags erwartet Sie das Victor's Residenz-Hotel Erfurt**** mit erstklassigem Komfort, hervorragenden Service und großzügigen Zimmern.

Zimmer: Die großzügigen Zimmer (mind. 25 m²) verfügen über ein bequemes Doppelbett, ein Badezimmer mit Dusche, Haartrockner und Kosmetikspiegel und sind mit - Satelliten-TV, Minibar, Safe, Schreibtisch und Sitzmöbel ausgestattet. Eine Flasche Wasser steht kostenfrei zur Begrüßung bereit. Kostenfreies WLAN und Telefonieren. Es ist nur eine begrenzte Anzahl an Einzelzimmern verfügbar! Bitte setzen Sie sich vor der Buchung mit AKON in Verbindung unter Tel: 07931/96497-0.

Wellness & Freizeit: Im AKON Arrangement ist 1x Eintritt in die nur wenige Schritte entfernte Roland Matthes Schwimmhalle enthalten! Die lebendige Stadt Erfurt bietet eine Vielzahl von Highlights aus Kunst und Kultur. Ein bekanntes und viel fotografiertes Bauwerk ist die Krämerbrücke über die Gera – die längste komplett bebaute und bewohnte Brücke Europas.

Verpflegung: Im geschmackvollen Victor's Restaurant, bei schönem Wetter auf der sonnenverwöhnten Terrasse im Innenhof oder in der rustikalen Victor's Stube und genießen Sie ein reichhaltiges Frühstück. Abends stehen kulinarische Klassiker auf der Karte und in „The Grill“ werden hochwertige Fleisch-Spezialitäten vom heißen Lavastein zubereitet.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **140,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BAD TABARZ AKZENT Hotel Am Burgholz****



MITTEN IM NATURPARK THÜRINGER WALD



Ort & Lage: Bad Tabarz liegt im nordwestlichen Thüringer Wald auf 450 m Höhe, wenige Kilometer vom Großen Inselsberg (916 m) entfernt. Der Lauchgrund mit seinen Wäldern, Höhlen und steil aufragenden Felspartien ist ein beliebtes Wandergebiet am Südrand der Gemeinde. Mehrere Berge zwischen 400 und 630 m rahmen den Ort ein. Bad Tabarz ist seit 2001 „Staatlich anerkannter Kneipp-Kurort“ und eines von nur drei Kneipp-Heilbädern in Ostdeutschland. Das 4-Sterne Akzent Hotel Am Burgholz**** erwartet Sie in ruhiger Lage direkt am Waldrand mit Panoramablick zum Inselsberg.



Ausflugsziel Gotha

Zimmer: Die geräumigen, lichtdurchfluteten Einzel- und Doppelzimmer (teilweise mit Balkon) sind mit Dusche/WC, Schreibtisch, Telefon, Flat-TV ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Entspannung bieten der Indoor-Pool mit Sprudelliege und Massagedüsen sowie die Saunalandschaft. Thüringens größter Freizeitpark, der „Funpark am Inselsberg“ in Brotterode-Trusetal (ca. 8 km), bietet mit Sommerrodelbahn, Erlebnisturm und zahlreichen weiteren Attraktionen jede Menge Spaß und Aktivitäten. Bad Tabarz wurde bei einer Publikumswahl 2022 als „Deutschlands schönster Wanderweg“ ausgezeichnet. Der nahe gelegene Rennsteig ist Deutschlands ältester, bekanntester und beliebtester Höhenwanderweg im Thüringer Wald und ideal zum Wandern.



Verpflegung: Das Restaurant mit zwei sonnigen Gartenterrassen lädt zum Schlemmen und Genießen ein.

4-Tageprogramm

ab **139,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- täglich 1x alkoholfreies Getränk (0,2 l) zum Abendessen
- Nutzung der Wellness- und Saunalandschaft mit Hallenbad, Trockensauna und Bio-Sauna
- Nutzung des Fitnessraums
- kostenfreie Parkplätze am Hotel (nach Verfügbarkeit)

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 60,– Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



TEISTUNGEN

Victor's Residenz-Hotel Teistungenburg**** S

IDYLLE IN DER GRÜNEN MITTE DEUTSCHLANDS

4-Tageprogramm

ab **209,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- 1 Begrüßungsgetränk und 1 Flasche Wasser
- 26 m² große Superior-Doppelzimmer, teilweise mit Balkon bzw. Terrasse
- Nutzung der hoteleigenen Wasser- und Saunawelt
- Nutzung von Tepidarium, Caldarium, Infrarotkabine, Blocksauna, Eukalyptussauna und Trockensauna
- Nutzung des Innen- und Außenpools, Whirlpool, Strömungsbecken und Wasserrutsche
- 10 % Ermäßigung auf ausgewählte Wellnessanwendungen pro Vollzahler (mit Voranmeldung, ausgenommen Kosmetikanwendungen)
- Nutzung der Victor's Sportwelt mit Sporthalle und Badmintonplätzen
- 1x Eintritt in das Grenzlandmuseum Eichsfeld (Wert 5,00 EUR, eigene Anreise ca. 1 km)

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Ort & Lage: Inmitten weiter Wiesen und Felder, umgeben von den sanften Hügeln und artenreichen Wäldern des idyllischen Eichfelds in Thüringen erwartet Sie das Victor's Residenz-Hotel Teistungenburg **** Superior. In der Umgebung warten viele attraktive Ausflugsziele auf Sie. In direkter Nachbarschaft zum Hotel sind im Grenzlandmuseum Eichsfeld die originalen Grenzsperranlagen und viele Ausstellungsstücke aus der DDR-Zeit zu sehen (1x Eintritt im AKON Arrangement enthalten). Die Region verfügt über hervorragend ausgebaute Radwege und markierte Wanderwege.

Zimmer: Die individuell und modern eingerichteten Superior-Doppelzimmer sind in der VILLA NOVA gelegen. Die Zimmer sind mit einem Doppel- oder Twinbett, Wasserkocher inkl. Zubereitungsmöglichkeiten für Kaffee und Tee, einem Safe und teilweise einem Balkon bzw. einer Terrasse ausgestattet. Die Classic-Einzelzimmer sind in der VILLA ACTIVA gelegen und verfügen über ein großes Einzelbett.

Wellness & Freizeit: Die 3.000 m² große Victor's Wasser- und Saunawelt mit Innen- und Außenbecken, einer 62 Meter langen Wasserrutsche, Strömungsbecken und Whirlpool sorgt für jede Menge Wasserspaß. Regeneration für Körper und Geist verspricht die einzigartige Saunalandschaft mit Tepidarium, Caldarium, Infrarotkabine, Blocksauna, Eukalyptussauna und Trockensauna.

Verpflegung: Im Victor's Restaurant genießen Sie eine große Auswahl an Köstlichkeiten vom Buffet. Bei schönem Wetter ist die sonnenverwöhnte Terrasse für Sie geöffnet, die Ihnen eine traumhafte Aussicht über weite Wiesen und Felder eröffnet. Als gemütlicher Treffpunkt für ein Getränk am Abend empfiehlt sich Victor's Bar.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **118,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BERLIN

Dorint Kurfürstendamm



IM HERZEN DER CITY WEST



Ort & Lage: Das Dorint Kurfürstendamm Berlin erwartet Sie in sensationell exponierter Lage im Zentrum der City West. Das Hotel, das seit November 2020 zur Dorint-Gruppe gehört, befindet sich in einem vor wenigen Jahren neu errichteten, repräsentativen Gebäude am Kudamm Eck. Die preisgekrönte Architektur von Jan Kleihues, spektakuläre Kunst von Lüpertz, Toscanelli & Kampmann sowie die einzigartig aufstrebende Fassade haben das Hotel zu einem Wahrzeichen am Kurfürstendamm gemacht. Ein Ort voller Leben, an dem sich Savoir-Vivre und Avantgarde, Gastfreundschaft und Komfort treffen.

Zimmer: Die größten Zimmer in der Stadt finden Sie nur hier. Mit mindestens 38m² verfügen die Zimmer über ein gemütliches Kingsize-Bett und bieten Ihnen einen seltenen Luxus in der Berliner City, nämlich viel Platz. Vom Flur aus gelangen Sie in Ihr elegantes, lichtdurchflutetes Zimmer. Das geräumige Badezimmer verfügt über eine separate Dusche und Badewanne.

Wellness & Freizeit: Im zweiten Stock finden Sie einen großzügigen Wellness- und Fitnessbereich u.a. mit FitStride-Trainer, LifeFitness-Laufbändern und Spinning-Bikes, wo auch Äpfel und kühles Wasser für Sie bereitstehen. Erfrischen Sie müde Füße in einem Dornbracht-Fußbad mit Massagedüsen oder nehmen Sie nach dem Saunagang oder dem Dampfbad eine belebende Eisdusche. Die Wellness- und Fitnesssuite steht Ihnen 24 Stunden am Tag zur Verfügung. Für Jogger bietet sich ein Rundlauf im Tiergarten an. Im Hotel erhalten Sie dazu Karten mit Laufstrecken.

4-Tageprogramm

ab **169,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Frühstück, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Wellness- und Fitnessbereich
- tolle Lage am Kudamm Eck & am Kurfürstendamm
- viele Sehenswürdigkeiten & Highlights fußläufig sehr gut erreichbar
- U-Bahn vor der Tür
- größten Zimmer in der Stadt (ab 38m²)
- Nespresso Maschine und Tee-Set in jedem Zimmer
- eine Flasche Wasser bei Anreise
- Badezimmer mit getrennter Dusche und Badewanne

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Pilates*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **90,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



POTSDAM

Kongresshotel Potsdam am Templiner See****

VOR DEN TOREN BERLINS

3-Tage-Powerdays

ab 149,-*

Euro
pro Person im
EZ/DZ

2 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

4-Tageprogramm

ab 199,-*

Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- genussvolles Abschalten in modernen Zimmern mit seitlichem Seeblick
- freie Nutzung der 2020 neu eröffneten Well-Being Area mit Indoor Pool und Saunabereichen und Fitness Area
- Ruhebereiche auf zwei Ebenen
- Seeblick-Sauna (gegen Gebühr)
- attraktive Lage direkt am Templiner See
- Ausflugsmöglichkeiten mit Booten und Fahrrädern (gegen Aufpreis)

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Faszienfit*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Pilates*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Nordic Walking

fit**or** bike

Ort & Lage: Vor den Toren Berlins gelegen, eingebettet in die reizvolle Wald- und Seenlandschaft der Pirschheide, in unmittelbarer Nähe des berühmten Parks Sanssouci und direkt am Luftschiffhafen in Potsdam, besticht das Kongresshotel Potsdam am Templiner See durch modernes Flair, Innovation und viel Liebe zum Detail. Zahlreiche hauseigene Sportanlagen sowie ein eigener Schiffsanleger und eine Wassersportstation laden zu sportlichen Ausflügen ein. Und dann wartet auch noch Berlin auf Sie! Die S-Bahn bringt Sie bequem in die Stadt – fahren Sie direkt zum Bahnhof Zoo oder zum Alexanderplatz!

Zimmer: Die 18 m² großen Hotelzimmer der Kategorie Small Superior (Einzelzimmer-Betten sind 1,30 m breit und Doppelzimmer-Betten sind 1,60 m breit) sind mit Telefon, LAN-Anschluss, ISDN-Anschluss, Flat-Screen-TV, Radio, WC und Dusche sowie größtenteils mit einem umlaufenden Balkon (nicht separiert) ausgestattet und verfügen teilweise über einen Blick auf den Templiner See.

Wellness & Freizeit: Mit der hoteleigenen „Well-being Area“ mit Indoor-Pool, Saunabereichen und Ruhebereichen auf zwei Ebenen wurde ein ganz neuer Wohlfühl- und Gesundheitsbereich geschaffen. Von der Seeblick-Sauna mit Dachterrasse (gegen Gebühr) haben Sie einen fantastischen Ausblick über den Templiner See. Zudem wird eine Vielzahl an Massageanwendungen angeboten.

Verpflegung: Das thematisierte Restaurant „Zepelin“ erinnert mit seinen „schwebenden“ Luftschiffampen an vergangene Zeiten des Luftschiffgeländes in Potsdam. Im Restaurant „Lemon“ mit Gartenterrasse setzt man auf abwechslungsreiche leichte und mediterran-inspirierte Küche.

KEIN EZ-Zuschlag für 3-Tage-Powerdays

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 87,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.



SEEFELD / TIROL

Natur & Spa Hotel Lärchenhof**** Superior

AM HÖCHSTEN GELEGEN, DER NATUR AM NÄCHSTEN



Ort & Lage: Das 4-Sterne Natur & Spa Hotel Lärchenhof**** S liegt hoch über den Dächern von Seefeld auf dem Geigenbüh – eingebettet in einen kleinen, romantisch anmutenden Lärchenwald und umrahmt von einer imposanten Bergkulisse. Alle Zimmer haben Balkon und eröffnen Ihnen atemberaubende Panoramablicke und sind mit vielen liebevollen Details und natürliche Materialien ausgestattet, die ein Ambiente schaffen, das auf Antriebe zum Wohlfühlen einlädt.



Zimmer: Die individuell eingerichteten Standardzimmer (16 bis 35 m²) sind mit Holzboden, Bad/WC, Safe, Minibar, Flat-TV, Telefon, Fön, kuscheligen Bademänteln und Balkon bzw. Terrasse ausgestattet. Es ist nur eine begrenzte Anzahl an Einzelzimmern verfügbar! Bitte setzen Sie sich vor der Buchung mit AKON in Verbindung unter Tel: 07931/96497-0.



Wellness & Freizeit: Der Wellness- & Spa-Bereich des Hotels bietet mit Indoor Pool, Finnischer Sauna, Biosauna, Dampfbad und Eisnebelgang viele entspannende und regenerierende Möglichkeiten, um in der kursfreien Zeit wieder zur Ruhe zu kommen und sich zu entspannen. Noch mehr Wellnessgenuss schenkt Ihnen der moderne skySpa in der 4. Etage des Hauses. Genießen Sie wohltuende Momente in der geräumigen Panorama-Sauna und entspannen Sie in den Ruhezeiten oder auf der Dachterrasse mit herrlicher Aussicht.



Verpflegung: Umgeben von der beeindruckenden Seefelder Bergkulisse, die man im Restaurant über die großflächigen Panorama-Fenster bestaunen kann, wird jedes Essen ein Hochgenuss.

4-Tageprogramm

ab **159,-** Euro pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,50 Euro p. P./Tag

6-Tageprogramm

ab **389,-** Euro pro Person im DZ
5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Wellnessbereich mit Indoor-Schwimmbad, skySpa und Panoramasauna, Finnische Sauna, Textilsauna, Biosauna, Eisbrunnen und Dampfbad
- marVita Spa: Kosmetische Anwendungen, Massagen (gegen Gebühr)
- Abendessen als 3-Gang-Wahlmenü mit Salatbuffet
- Sonntagabend: Galaabend mit Pianomusik
- Freitagabend Tiroler Buffet
- kostenfreier Parkplatz
- E-Bikeverleih in den Sommermonaten (gegen Gebühr)
- E-Ladestation am Hotel (gegen Gebühr)

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

fitfor50plus

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab **63,-** Euro EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse ab **105,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



SEEFELD / TIROL

Hotel Zum Gourmet****

4-Tageprogramm

ab **109,*** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, All-inclusive, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,50 Euro p. P./Tag

6-Tageprogramm

ab **369,*** Euro
pro Person im DZ

5 Übernachtungen, All-inclusive, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,50 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- **ALL-INCLUSIVE** Viersterne-Hotel mit Frühstück, herzhafter Suppennack von 12:30–13:30 Uhr (ab dem zweiten Tag), Nachmittagskuchen und Kaffee von 16:00–17:00 Uhr sowie Abendessen
- Getränke – **ALL-INCLUSIVE** von 11:00–22:30 Uhr in den öffentlichen Bereichen (Hausbar, Speisesaal, Hotelgarten)
- Nutzung des hoteleigenen Saunadorfes mit Dampfbad, Finnischer- und Bio-Sauna sowie Kristallruheraum
- 100% persönlich kontrollierte Lebensmittel von regionalen und saisonalen Gerichten
- kostenfreie Parkplätze

KURSANGEBOTE:

- **AKON Gesunder Rücken***
- **AKON Gesundheitswandern***
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung

Achtung: Nur begrenzte EZ verfügbar!



Ort & Lage: Auf einer Hochebene (1.200 m) zwischen Wettersteingebirge und Karwendel nordwestlich von Innsbruck und nur etwa 10 Kilometer von der deutschen Grenze entfernt liegt der beliebte Urlaubsort Seefeld. Das All-Inclusive Viersterne Hotel „Zum Gourmet“ liegt ruhig und doch im unmittelbaren Zentrum von Seefeld. Durch die Höhenlage herrscht Schneesicherheit bis in den Frühling hinein.

Zimmer: Alle Zimmer sind ausgestattet mit Zimmersafe, Rauchmelder, Flat-TV mit integriertem Radio, Badewanne oder Dusche, WC, Pflegeprodukte, Haarfön und Kosmetikspiegel.

Wellness & Freizeit: In der kursfreien Zeit können Sie im modernen Fitnessraum mit Laufband, Crosstrainer, Hanteln und weiteren diversen Ausdauer- und Muskelaufbaugeräten trainieren. Im Saunadorf (Nacktbereich) des Hotels mit Dampfbad, die Finnischer und Bio-Sauna sowie einer Infrarot-Kabine finden Sie Entspannung. Im Zentrum des Kristallruheraums strahlt ein echter Bergkristall Energie und Ruhe aus.

Verpflegung: Für Ihr leibliches Wohl dürfen Sie das Beste erwarten. Zubereitung, Raum und Rahmen der Mahlzeiten spielen dabei eine wichtige Rolle. Alle Zutaten werden persönlich kontrolliert und zu wunderbaren regionalen und saisonalen Gerichten zubereitet und in einem herzlich legeren Rahmen serviert.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 63,-** Euro

EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse **ab 105,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



BAD HOFGASTEIN / SALZBURGER LAND

Johannesbad Hotel Palace****

DAS GASTEINERTAL – IM SALZBURGER LAND



Ort & Lage: Die beliebte Ferienregion Gastein mit den drei Orten Bad Gastein, Bad Hofgastein und Dorfgastein befindet sich im Herzen des Salzburger Landes, im Tal der Thermen. Das traditionsreiche 4-Sterne-Hotel Palace in Bad Hofgastein befindet sich im reizvollen Zentrum Bad Hofgasteins umgeben von einer riesengroßen Gartenlandschaft mit Parkanlage. Die Sonnenterrasse, Spazierwege und ein kleiner Teich laden dort zum Flanieren ein.



Zimmer: Die großzügig geschnittenen Zimmer sind mit Dusche oder Badewanne/WC, Fön, Kosmetikspiegel, Safe, TV, WLAN und Balkon ausgestattet.



Wellness & Freizeit: Die Wellnessoase des Hauses lässt keine Wünsche offen. Im Panoramahallenbad entspannen Gäste während der kursfreien Zeit in dem heilkräftigen Gasteiner Thermalwasser. Hot Whirlpool, Kräutersauna, Außenblocksaua, Dampfbad, Solegrotte, Wärmeliegen, Kneipp Rondell – es ist alles im Haus. Wem der Sinn nach noch mehr Wellness steht, der ist mit wenigen Schritten in der Alpentherme Hofgastein (der Citybus hält vor dem Hotel).

Das Gasteiner Thermalwasser, der weltweit einzigartige Gasteiner Heilstollen und das Gasteiner Dunstbad bieten im und um das Palace die besten natürlichen Voraussetzungen für beachtliche Heilerfolge und zur Vorsorge. Die Gasteiner Thermen, deren Wasser direkt in das Hotel Palace geleitet wird, sprudeln aus 17 verschiedenen Quellen am Fuße des Graukogels.



Verpflegung: Am vielseitigen Buffet finden Sie regionale und internationale Schlemmereien – für jeden Geschmack das Richtige

4-Tageprogramm

ab **89,*** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe/Mobilitätsbeitrag 2,90 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung des Thermal-Innenpools mit Direktzugang zum Hotelgarten mit Parkanlage
- Nutzung der Vitaloase mit Sole-Grotte, Whirlpool und Saunen
- Fitnessraum mit modernem Equipment
- Fahrradverleih (gegen Gebühr)
- Tennishalle mit Direktzugang (gegen Gebühr)
- vielfältige Auswahl an hochwertigen Behandlungen für Gesundheit, Wellness, Energie und Beauty (gegen Gebühr zubuchbar)
- kostenfreie Parkplätze (nach Verfügbarkeit)

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 60,– Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



KOLBERG / POLNISCHE OSTSEEKÜSTE

Mona Lisa Medical Wellness & Spa

PERLE AN DER POLNISCHEN OSTSEE

4-Tageprogramm

ab **39,*** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 1,00 Euro p. P./Tag

6-Tageprogramm

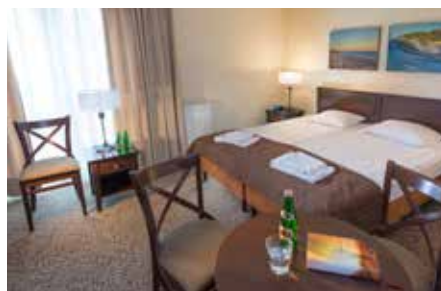
ab **179,*** Euro
pro Person im DZ
5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 1,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Nutzung von Schwimmbad mit Whirlecke und Sauna
- Abendbuffet inklusive Getränke zu den Mahlzeiten (Wasser, Saft, Kaffee und Tee)
- ca. 300 Meter vom Strand entfernt gelegen

KURSANGEBOTE:

- AKON Gesundheitswandern*
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung



Ort & Lage: Kolberg (polnisch Kolobrzeg) in Westpommern ist der größte und bekannteste Bade- und Kurort an der Ostsee in Polen und vor allem für seine Solequellen bekannt. Etwas außerhalb im Stadtteil Podczele, etwa 4 km vom Stadtzentrum entfernt, erwartet Sie das Medical Wellness & SPA Kurhotel Mona Lisa. Das renovierte und völlig neugestaltete historische Gebäude liegt in einer wundervollen Gartenanlage inmitten des Naturschutzgebietes „Ecopark“, das „Wild Birds Reservat“ und das geschützte Natura 2000.

Zimmer: Die Zimmer sind ca. 20 m² große und mit Dusche/WC, Fön, Kosmetikspiegel, TV (4 dt. Sender), Telefon, WLAN (gratis) und einer kleinen Sitzecke ausgestattet. Das Hotel verfügt über einen Lift.

Wellness & Freizeit: Entspannen Sie im modernen Wellnessbereich mit Hallenbad, Sauna und Whirlpool oder lassen Sie sich bei einer Heil- oder Wellnessbehandlung verwöhnen. Zum langen, flach abfallenden Sandstrand sind es nur ca. 300 Meter. In der unmittelbaren Umgebung gibt es endlose Rad- und Wanderwege. Die romantische Altstadt Kolbergs mit Hafen und maritimen Flair kann bequem mit dem Stadtbus erreicht werden und lädt zum Bummeln und Verweilen ein.

Verpflegung: Im Restaurant mit einem stilvollen, historischen Kamin werden Sie mit leckerer Hausmannskost aus der traditionellen polnischen Küche sowie vegetarischen Gerichten verwöhnt. Das Restaurant bietet einen einzigartigen Blick auf den östlichen Ecopark.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 60,-** Euro

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse **ab 100,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



MARIENBAD

Ensana Health Spa Resort Centrální Lázně****



WO KAISER UND KÖNIGE BADETEN



Ort & Lage: Im böhmischen Kaiserwald, nur ca. 20 km nach der Landesgrenze, liegt - umgeben von Hügeln und Wäldern - die berühmte Kurstadt Marienbad. In der Stadt selbst entspringen 40 Heilquellen und rund 100 weitere in der Umgebung. In herrlicher Lage mit einem atemberaubenden Blick auf die Kurkolonnade erwartet Sie mit dem Hotel Centrální Lázně das traditionsreichste Kurgebäude - ein Symbol für die Kurtradition in Marienbad. Die öffentlichen Bereiche des Hauses sind prunkvoll ganz im Stil der großen Bäderzeit um die Jahrhundertwende des 19. Jahrhunderts.



Zimmer: Alle Zimmer sind mit Bad oder Dusche, Flachbild-Sat-TV, Telefon, WiFi-Internet, Minibar, Safe, Haartrockner, Bademantel, Frotteepantoffeln ausgestattet. Es ist nur eine begrenzte Anzahl an Einzelzimmern verfügbar! Bitte setzen Sie sich vor der Buchung mit AKON in Verbindung unter Tel: 07931/96497-0..



Wellness & Freizeit: Das Kurhotel Centrální Lázně besitzt zahlreiche eigene Mineralquellen, unter anderem die Ambrosiusquelle und Balbínquelle. Im „Aqua Center“ im Hauskomplex „Hvezda“ stehen Ihnen Schwimmbad, Whirlpool, Dampfbad, Tepidarium und Sauna kostenfrei zur Verfügung. Im Hauskomplex „Nové Lázně“ erwartet Sie unter anderem ein original römisches Bad aus dem Jahre 1896 mit 3 Becken, Wirbel- und Sprudelbädern. (gegen Gebühr).



Verpflegung: Für Ihr leibliches Wohl wird im Restaurant Goethe mit Leckereien der böhmischen und internationalen Küche gesorgt. Auch eine Diätverpflegung ist möglich, Frühstück, Mittagessen und Abendessen wird als Buffet angeboten.

4-Tageprogramm

ab **149,-** Euro
pro Person im DZ
3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,00 Euro p. P./Tag

6-Tageprogramm

ab **319,-** Euro
pro Person im DZ
5 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 2,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- Ruheoase im Herzen von Bad Marienbad
- 50 m von der Kolonnade
- ausgezeichnete, regionale Küche
- Begrüßungsgetränk inklusive
- Hoteleigene Mineralquelle
- Premier Fitness mit Cardio-, fitness- und Übungsbereich
- WiFi im Hotel gratis, 2x Internetecke
- kostenfreier Leihbademantel

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Gesunder Rücken*
- Progressive Muskelentspannung
- Wirbelsäulengymnastik

EZ-Zuschlag für die Dauer der 4-Tageskurse ab 60,- Euro EZ-Zuschlag für die Dauer der 6-Tageskurse ab 105,- Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!

Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk abweichend.



CAN PASTILLA / MALLORCA

Nautic Hotel & Spa****



5-Tageprogramm

ab **139,-** Euro
pro Person im DZ

4 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
zzgl. Kurtaxe 3,00 Euro p. P./Tag

UNSERE PLUSPUNKTE FÜR SIE:

- nur wenige Minuten vom Flughafen Palma entfernt
- beste Lage – direkt am Strand
- Nutzung des Außenpools
- Nutzung des Fitnessraums
- Spa-Bereich und Wellness-Center (gebührenpflichtig) mit Innenpool, Jacuzzi, Sauna, Türkisches Dampfbad, Aromatherapie-Dusche
- Dachterrasse mit traumhaften Blick aufs Meer
- kostenfreies WLAN

KURSANGEBOTE:

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Walkjog*
- Aquafitness
- Autogenes Training
- Nordic Walking
- Progressive Muskelentspannung
- Yoga

WICHTIGER HINWEIS ZUR ANREISE:

DER FLUGTRANSFER NACH MALLORCA IST NICHT IM ANGEBOT ENTHALTEN!

Transfer Flughafen bis zum Hotel (ca. 6 Kilometer) mit dem Taxi möglich, Kosten hierfür ca. 15,- Euro. Sie können Ihre Anreise vom Flughafen zum Hotel auch individuell gestalten, in dem Sie einen Mietwagen ausleihen. Bitte planen Sie Ihre Anreise im Hotel gegen 14:00 Uhr / Zimmer Check-In ist ab 15:00 Uhr möglich.

Unser Tipp: Planen Sie Ihre Anreise doch z. B. einen Tag vorher und buchen eine Verlängerung direkt im Hotel unter bookings@illabeachhotels.com



Ort & Lage: Can Pastilla liegt an der Playa de Palma und ist bequem in nur wenigen Fahrminuten vom Flughafen erreichbar. Hier erstreckt sich kilometerlang der Strand mit feinem, goldfarbenem Sand. Das Nautic Hotel & Spa**** erwartet Sie direkt gegenüber des Hafenclubs „Club Nautic“ in Can Pastilla – nur durch die Promenade von Strand und Meer getrennt. In direkter Umgebung befinden sich zahlreiche Geschäfte, Restaurants und Bars. El Arenal mit seinen bekannten Hotspots ist ca. 15 Gehminuten über die Strandpromenade entfernt.

Das Nautic Hotel & Spa vereint Komfort, Design und Architektur. Die offene Dachterrasse mit Liegen und Schirmen, einem Pool sowie einer Chill-out-Bar bieten einen traumhaften Ausblick aufs Meer und die Playa del Palma.

Zimmer: Die geschmackvoll eingerichteten Zimmer im Nautic Hotel & Spa**** sind klimatisiert und mit Bad oder Dusche/WC, Fön und Safe/Minibar (gegen Gebühr) ausgestattet. Es sind ein SAT-Fernseher sowie Telefon und kostenfreien WLAN-Zugang vorhanden. Eine Terrasse oder ein Balkon runden die Ausstattung ab.

Verpflegung: Das Hotel verfügt über eine Bar mit Terrasse sowie ein Buffet-Restaurant, das Sie mit abwechslungsreichem und köstlichem Frühstück sowie abendlichem Show Cooking und Themenbuffets verwöhnt.

EZ-Zuschlag für die Dauer der 5-Tageskurse ab **140,-** Euro

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280 Euro

Aktuelle Preise und verfügbare Termine unter www.akon.de. Jetzt Wunschtermin bequem online buchen!
Infos und Anfragen: www.akon.de | info@akon.de oder Telefon 07931 96 497-0**

** Ortsübliche Gebühren aus dem dt. Festnetz. Mobilfunk abweichend.

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

AKON FITFORWOMAN

Bewegung und Entspannung für die Gesundheit der Frau

fitforwoman ist ein innovatives und abwechslungsreiches Präventionsangebot zur Steigerung des Wohlbefindens der Frau. Abgestimmt auf die Bedürfnisse der Frau dient das Programm zur Erhaltung und Stärkung der körperlichen und geistigen Fitness, dem Stressabbau, insbesondere für Frauen mit Mehrbelastung im Alltagsgeschehen. Wählen Sie aus der Terminliste die für Sie ideale Kurskombination zur Förderung und Unterstützung Ihrer persönlichen Bedürfnisse!

Wählen Sie Ihren persönlichen Favoriten!

fitforwoman -

- Nordic Walking + Progressive Muskelentspannung
- Nordic Walking + Autogenes Training
- AKON Aktiv Walking + Progressive Muskelentspannung

fitforwoman-Kursorte:

Bad Mergentheim	Seite 38
Lam.....	Seite 47
Bad Schandau	Seite 56



AKON fitforwoman-Programm

ab **159,-** Euro pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

AKON FITFORBALANCE

Für ein Leben im Gleichgewicht

Bei **fitforbalance** stehen für Sie die Vermeidung von Stress und die Vorbeugung eines Burnouts im Vordergrund. Um Ihr gesundheitliches Gleichgewicht ideal zu fördern und ein körperliches und seelisches „Ausbrennen“ zu vermeiden, umfasst fitforbalance ein ausgewogenes Kursprogramm mit jeweils einem zertifizierten Bewegungs- und Entspannungsteil.

fitforbalance-Kursorte:

Arnsberg	Seite 25
Bad Mergentheim	Seite 38
Lam.....	Seite 47
Inzell	Seite 49

Zusätzlich enthält **fitforbalance** einen Stresstest sowie Gesprächsrunden wie z.B. „Stress erleben und bewältigen in Beruf, Alltag und Familie“, „die Entstehung von Stress im Kopf“ und mögliche Stressvermeidungsstrategien. Es werden Ihnen Wege aufgezeigt, wie Sie anders mit Stress umgehen können.

Wählen Sie Ihren persönlichen Favoriten!

fitforbalance -

- Aquafitness + Autogenes Training
- Wirbelsäulengymnastik
- + Progressive Muskelentspannung



AKON fitforbalance-Programm

ab **199,-** Euro pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

AKON FITFORWORK

Burnout-Prävention und Rückengesundheit

Übersicht über die angebotenen Bausteine und Komponenten:

RÜCKENFIT FÜR DEN ARBEITSPLATZ

1x Rückenfit für den Arbeitsplatz | 2x Gestaltung von Aktivpausen | 2x Rückenfit | 1x Erhaltung der work life balance – die neue Rückenschule | 1x sitzen, liegen, stehen – Arbeits- und Alltagsgewohnheiten | 1x Haltungs- und Ganganalyse im Gruppengespräch

PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG (PMR)

2x PMR – Anti-Stress Blitzentspannung für den Arbeitsplatz | 2x PMR im Sitz – die vier Muskelgruppen 2x PMR be balanced – Entspannungspause – die sieben Muskelgruppen | 2x Entspannung zur Erhaltung der work life balance – ein Arbeitsprozess mit anschließender Gesprächsrunde: Stress erleben und bewältigen im Beruf

fitforwork-Kursorte:

Trent / Rügen	Seite 6
Bad Mergentheim	Seite 38
Lam.....	Seite 47

fitforwork Präventionsreisen sind das ideale Präventionsangebot für Mitarbeiter von Unternehmen, die außerhalb des Betriebes, z.B. kompakt über ein verlängertes Wochenende, bei gleichzeitigem Erholungseffekt etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden tun möchten.

Unser Tipp für Unternehmen: Unabhängig eines möglichen Krankenkassen-Zuschusses können unsere qualitätsgesicherten Präventionskurse auch von Unternehmen im Sinne der Gesundheitsförderung Ihrer Mitarbeiter steuerfrei gemäß § 3 Nr. 34 EStG bis max. 500 Euro pro Person und Kalenderjahr bezuschusst werden! Gerne beraten wir Sie unter Tel. 07931 96 49 7-0 über Ihre Möglichkeiten. Weitere Informationen erhalten Sie auch unter www.akon.de/fitforwork.



AKON fitforwork-Programm

ab **129,-** Euro pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

AKON FITFOR50PLUS

Das Aktivprogramm für die Generation ab 50



AKON fitfor50plus-Programm

ab **149,-*** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

fitfor50plus ist ein gesundheitsförderndes und zugleich aktives Präventionsangebot zur Steigerung des Wohlbefindens für die Generation ab 50 Jahren.

Abgestimmt auf deren Anforderungen und Bedürfnisse dient das Programm zur Förderung der Gesundheit, der Erhaltung und Stärkung der körperlichen sowie geistigen Fitness. Sie erhalten somit Anregungen für gesundheitsförderliche Lebensweisen. Auf angenehme Art und Weise werden die Inhalte durch qualifizierte Therapeuten in Ihrer Altersgruppe vermittelt.

Wählen Sie Ihren persönlichen Favoriten!

fitfor50plus -

- AKON Aktiv Walking®
+ Progressive Muskelentspannung
oder Autogenes Training
- AKON Gesunder Rücken®
+ Progressive Muskelentspannung
- AKON Gesundheitswandern®
+ Progressive Muskelentspannung
oder Autogenes Training
- Wirbelsäulengymnastik
+ Progressive Muskelentspannung

fitfor50plus-Kursorte:

Varel-Dangast	Seite 18
Lam.....	Seite 47
Seefeld	Seite 65

AKON Powerdays

Kompaktes 3-Tage-Programm für eine bessere Work-Life-Balance



AKON Powerdays

ab **119,-*** Euro
pro Person im DZ

2 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

Die **AKON Powerdays** umfassen 3 abwechslungsreiche Kurstage mit 2 Übernachtungen.

Da das Arrangement im Unterschied zu den 4-tägigen fitforwell-Angeboten eine Nacht weniger enthält, ist eine Teilnahme noch einfacher und flexibler möglich.

Die Work-Life-Balance sowie die Gesundheit stehen als zentrales Thema im Mittelpunkt der **AKON Powerdays**. Bewegung und Entspannung wechseln sich während der aktiven Auszeit ab.

Kommen Sie in den AKON-FLOW und erleben und fühlen Sie die inspirierenden **AKON Powerdays**. Als Bonus ist für Sie neben dem Kursprogramm eine zusätzliche Einheit in Form einer angeleiteten **Meditationsübung „Finde deinen Fokus“** enthalten.

Kompakt – mehr Fokus – für Ihre Gesundheit!

Wählen Sie Ihren persönlichen Favoriten!

AKON Powerdays -

- AKON Aktiv Walking®
+ Progressive Muskelentspannung
oder Autogenes Training
- AKON Gesunder Rücken®
+ Progressive Muskelentspannung
- AKON Gesundheitswandern®
+ Progressive Muskelentspannung
oder Autogenes Training
- AKON Faszienfit®
+ Progressive Muskelentspannung

AKON Powerdays-Kursorte:

Magdeburg	Seite 35
Radolfzell	Seite 36
Garmisch-Partenkirchen	Seite 52
Potsdam	Seite 62

AKON Gesundheitswandern® steht für ein abwechslungsreiches und erlebnisorientiertes Bewegungskonzept und vermittelt wichtige Informationen für das gesundheitsorientierte Wandern, z.B. zur richtigen Ausrüstung, dem Verhalten in der Natur sowie zur Gestaltung von Gesundheitswanderungen.

Wählen Sie Ihren persönlichen Favoriten!

AKON Gesundheitswandern®

wird in **Kombination** mit einem zweiten bezuschussungsfähigen Kursbaustein angeboten:

- + Progressive Muskelentspannung
- + Autogenes Training
- + Ernährung
- + Yoga

AKON Gesundheitswandern®-Kursorte:

Ostseebad BoltenhagenSeite	4	Bad MergentheimSeite	38
Trent / RügenSeite	6	Bad RappenauSeite	40
StralsundSeite	10	Bad FüssingSeite	41
KorswandtSeite	11	Bad FüssingSeite	42
HusumSeite	13	WürzburgSeite	43
DagebüllSeite	14	Bad GöggingSeite	44
St. Peter-OrdingSeite	15	Bad GöggingSeite	45
Bad DürkheimSeite	16	LamSeite	47
AlzeySeite	17	Bad AlexandersbadSeite	48
HitzackerSeite	19	Bad FüssingSeite	50
GarrelSeite	20	VolkachSeite	51
BremenSeite	23	Garmisch-PartenkirchenSeite	52
ArnsbergSeite	25	SonthofenSeite	53
Bad LippspringeSeite	26	Bad BrambachSeite	54
KönigswinterSeite	27	Bad SchandauSeite	56
SundernSeite	28	Bad TrarbarzSeite	59
WinterbergSeite	29	PotsdamSeite	62
Bad HomburgSeite	30	SeefeldSeite	63
Bad WildungenSeite	31	SeefeldSeite	64
FuldaSeite	32	Bad HofgasteinSeite	65
FrankfurtSeite	34	KolbergSeite	66
BaiersbronnSeite	37	MarienbadSeite	67



AKON Gesundheitswandern®

ab **49,-** Euro pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

AKON FASZIENFIT®

Aktivierung und Kräftigung des Bindegewebes

Als Faszien bezeichnet man die Weichteil-Komponenten des Bindegewebes, die den ganzen Körper als ein umhüllendes und verbindendes Spannungsnetzwerk durchdringen.

Im Mittelpunkt des neuen, zertifizierten Kursangebotes AKON Faszienfit® steht die Vermittlung eines faszienorientierten Bewegungstrainings in Theorie und Praxis.

AKON Faszienfit® vermittelt Übungen mit und ohne Kleingerät (Schaumstoffrolle) zur faszialen Dehnung, Schulung der Wahrnehmung und Verbesserung der Entspannungsfähigkeit.

Wählen Sie Ihren persönlichen Favoriten!

AKON Faszienfit® in Kombination mit

Autogenem Training oder
Progressiver Muskelentspannung

AKON Faszienfit®-Kursorte:

Trent / RügenSeite	6	HitzackerSeite	19
St. Peter-OrdingSeite	15	GarrelSeite	20
Bad DürkheimSeite	16	ArnsbergSeite	25
		KönigswinterSeite	27
		SundernSeite	28
		Bad HomburgSeite	30
		Bad WildungenSeite	31
		FuldaSeite	32
		FrankfurtSeite	34
		MagdeburgSeite	35
		BaiersbronnSeite	37
		Bad MergentheimSeite	38
		Bad RappenauSeite	40
		Bad FüssingSeite	41
		WürzburgSeite	43
		Bad GöggingSeite	44
		Bad GöggingSeite	45
		LamSeite	47
		Garmisch-PartenkirchenSeite	52
		SonthofenSeite	53
		Bad BrambachSeite	54
		AltenbergSeite	57
		ErfurtSeite	58
		PotsdamSeite	62



AKON Faszienfit®

ab **99,-** Euro pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme
* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro



AKON Aktiv Walking®

ab **89,-*** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

AKON Aktiv Walking® steht für ein sanftes und gelenkschonendes Training in der Natur. Insbesondere für Bewegungs-(wieder)einsteiger ist Walking ein optimales Ausdauertraining. Der Kurs vermittelt die richtige Technik und leitet zum eigenständigen gesundheitsorientierten Training an. Informationen zur individuellen Belastungssteuerung und Gesundheitsaspekten, sowie ergänzende Übungen zur Verbesserung von Kraft, Koordination und Beweglichkeit runden die Einheiten ab.

Wählen Sie Ihren persönlichen Favoriten!

**AKON Aktiv Walking® in Kombination mit
Autogenem Training,
Progressiver Muskelentspannung oder QiGong**

AKON Aktiv Walking®-Kursorte:

Ostseebad Boltenhagen	Seite 4
Trent/Rügen	Seite 6
Stralsund	Seite 10
St. Peter-Ording	Seite 15
Bad Dürkheim	Seite 16
Varel-Dangast	Seite 18
Hitzacker	Seite 19
Braunschweig	Seite 21
Bremen	Seite 23
Arnsberg	Seite 25
Bad Lippspringe	Seite 26
Königswinter	Seite 27
Bad Homburg	Seite 30
Bad Wildungen	Seite 31
Fulda	Seite 32
Magdeburg	Seite 35
Radolfzell	Seite 36

Baiersbronn	Seite 37
Bad Rappenau	Seite 40
Würzburg	Seite 43
Bad Gögging	Seite 44
Bad Gögging	Seite 45
Lam	Seite 47
Bad Füssing	Seite 50
Sonthofen	Seite 53
Bad Brambach	Seite 54
Bad Schandau	Seite 56
Altenberg	Seite 57
Potsdam	Seite 62
Seefeld	Seite 63
Bad Hofgastein	Seite 65
Marienbad	Seite 67
Can Pastilla	Seite 68

AKON FITFORBIKE®

– für Radfreunde



fitforbike-Programm

ab **99,-*** Euro
pro Person im DZ

3 Übernachtungen, Halbpension, Kursteilnahme

* bei einem Krankenkassenzuschuss in Höhe von 280,- Euro

Im Mittelpunkt von **AKON fitforbike®** stehen jeweils 2 klassische Präventionskurse aus den Bereichen Bewegung und Entspannung. Das Angebot richtet sich insbesondere an Radfreunde, die außerhalb des offiziellen Kursprogramms zur Freizeitgestaltung gemeinsam in einer Gruppe oder auch individuell eigenständig Radtouren in die Umgebung unternehmen möchten. Dabei erhalten Sie jeweils direkt im Hotel Empfehlungen für beliebte Routen.

Hinweis:

Für die Teilnahme an den Radtouren wird eine gute Fahrsicherheit sowie ein verkehrssicheres Fahrrad vorausgesetzt. Bitte denken Sie zu Ihrer Sicherheit an die Mitnahme von Helm und wetterfester Kleidung usw.

Bitte bringen Sie nach Möglichkeit Ihr eigenes Fahrrad mit!

Angebotene Bausteine:

**AKON fitforbike -
in Kombination mit AKON Aktiv Walking® oder
AKON Gesunder Rücken® und
Progressive Muskelentspannung**

fitforbike-Kursorte:

Hitzacker	Seite 19
Bad Mergentheim	Seite 38
Würzburg	Seite 43
Bad Schandau	Seite 56
Potsdam	Seite 62

Teilnahmeantrag

Bitte per Post, Fax oder E-Mail an:

AKON e. K. · Postfach 1108 · 97961 Bad Mergentheim
Fax 07931 96497-23 · info@akon.de

1. Person: Hauptreisender/Rechnungsanschrift	Name:		Geburtsdatum:	
	Vorname:		Telefonnummer:	
	Straße:		Krankenkasse:	
	PLZ/Ort:		Mitgliedsnummer:	
	E-Mail:		☐ Ich wünsche meine Terminbestätigung/Schriftverkehr per E-Mail ☐ Bitte informieren Sie mich zukünftig kostenlos über neueste Angebote und Highlights per E-Mail	

2. Person:	Name:		Geburtsdatum:	
	Vorname:		Telefonnummer:	
	Straße:		Krankenkasse:	
	PLZ/Ort:		Mitgliedsnummer:	
	E-Mail:		☐ Ich wünsche meine Terminbestätigung/Schriftverkehr per E-Mail ☐ Bitte informieren Sie mich zukünftig kostenlos über neueste Angebote und Highlights per E-Mail	

Bitte tragen Sie die Bausteine des von Ihnen gewählten Kompakt-/Intensivkurses ein, die für einen festen Zeitraum inklusive Unterbringung zu festen Terminen (s. Terminplan) angeboten werden. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Terminwünsche nicht immer realisiert werden können! Gerne nennen wir Ihnen in diesem Fall Alternativtermine.

☐ fitforwell ☐ fitforwoman ☐ fitfor 50plus ☐ fitforwell alleinreisende	☐ fitforbalance ☐ fitforwork	Termin (gemäß Terminliste) vom bis Alternativtermin vom bis ☐ Sonstige:
---	---	--

Bitte tragen Sie hier die beiden am gewählten Termin angebotenen Kursbausteine ein (z. B. Nordic Walking und Progressive Muskelentspannung)

Baustein 1	
Baustein 2	



Unterer Graben 18
 97980 Bad Mergentheim
 Tel.: 07931 96497-0
 Fax: 07931 96497-23
 www.akon.de · info@akon.de

Interne Vermerke

Einrichtung/Ort

Besonderheiten (z. B. Verlängerungstage, Doppelzimmer, Kinderbetreuung, Buchung privater Angebote): ☐ EZ ☐ DZ mit:

Bitte tragen Sie die entsprechenden Kursgebühren in das dafür vorgesehene Feld ein. Für Versicherte unserer Partner-Krankenkassen ist nur die Angabe des jeweiligen Eigenanteils notwendig. Für Privatzahler und Versicherte anderer Krankenkassen gilt der Gesamtbetrag der Kursgebühren. Bei einer Teilnahme mehrerer Personen bitten wir Sie, die Beträge entsprechend der Anzahl der Personen zu addieren. Bei der Zusendung einer Teilnahmebestätigung durch AKON Aktivkonzept werden Ihnen die jeweiligen Kursgebühren nochmals mit entsprechenden Angaben zu den Zahlungsmodalitäten bestätigt.

Gesamtbetrag (Überweisungen bitte erst nach Terminbestätigung!) ☐ Ich/wir überweisen den Gesamtbetrag vor Antritt an AKON Aktivkonzept, IBAN: DE9767352565000017558, BIC: SOLADES1TBB ☐ Ich erteile Ihnen hiermit nach erfolgter Terminbestätigung eine Einzugsermächtigung zur Abbuchung meines/unseres Gesamtbetrags von meinem unten genannten Konto für:	Gesamtbetrag des Angebots ohne Kassenzuschuss: Bitte immer angeben (gilt auch für Privatzahler und Versicherte anderer Krankenkassen). Euro daraus zu zahlender Eigenanteilsbetrag: (nur für Versicherte unserer Partner-Krankenkassen nach Abzug des Kassenzuschusses*) Euro
Einzugsermächtigung des Kursteilnehmers: IBAN (Kontonummer): BIC (Bankleitzahl): 	Institut: Kontoinhaber:  Datum/Unterschrift Kontoinhaber

Unterschrift des Kursteilnehmers – Bestätigung und Abtretungserklärung für die Krankenkasse
 Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich mit den AGB von AKON Aktivkonzept einverstanden. Mir ist bekannt, dass die Voraussetzung für einen Zuschuss der Krankenkasse die mindestens 80% Teilnahme an den oben genannten Kursen ist. Bei einer Teilnahme unter 80%, oder wenn die Abrechnung eines Zuschusses mit der entsprechenden Krankenkasse nicht möglich sein sollte, dann ist der Differenzbetrag des bereits geleisteten Eigenanteils zu den Gesamtreisekosten nachträglich an AKON Aktivkonzept zu entrichten. Im Falle eines Rücktritts werden die Rücktrittskosten jeweils aus dem vollen Gesamtbetrag der Reisekosten errechnet, der sich aus dem Eigenanteil und einem etwaigen Kassenzuschuss-Anteil zusammensetzt. Die Rücktrittskosten staffeln sich wie folgt: bis zum 15. Tag vor Reisebeginn 35%. Ab dem 14. - 8. Tag 50%. Ab dem 7. - 2. Tag 75%. Einen Tag vor Kursantritt, am Anreisetag oder bei Nichtantritt 90%. Wir empfehlen zum besseren Nachweis des Rücktritts den schriftlichen Rücktritt. Als Rücktrittszeitpunkt gilt dann der Eingang Ihres Rücktrittschreibens bei AKON Aktivkonzept. Es wird diesbezüglich der Abschluss einer Reiseücktrittskostenversicherung empfohlen. Personenbezogene Daten werden von uns unter Berücksichtigung der gültigen Datenschutzbestimmungen (u. a. DSGVO und BDSG) erhoben, verarbeitet und gespeichert. Ich bestätige, dass mir aus beruflichen oder privaten Gründen (z.B. hohe zeitliche oder familiäre Belastung, unregelmäßige Arbeitszeiten) die regelmäßige Teilnahme an mehrwöchigen wohnortnahen Gesundheitskursen nicht möglich ist.

Mit Ihrer Unterschrift treten Sie einen etwaigen Krankenkassenanteil an AKON Aktivkonzept ab. Damit weisen Sie Ihre Krankenkasse an, den Anteil der Kursgebühren direkt auf das Konto der AKON Aktivkonzept zu erstatten.



Datum

Unterschrift 1. Person

Unterschrift 2. Person

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) für die Präventionsangebote der AKON Aktivkonzept e.K.

Mit Ihrer Reiseanmeldung erkennen Sie für sich und die von Ihnen mit angemeldeten Personen die Reisebedingungen an, als deren Vertreter Sie gegenüber der AKON Aktivkonzept e.K. (im folgenden: „AKON Aktivkonzept“/“wir“/“uns“) auftreten. AKON Aktivkonzept tritt als Veranstalter für alle Kursprogramme mit Eigenanreise sowie des damit verbundenen, von Ihnen gebuchten Hotelaufenthaltes auf.

1. Anmeldung/Zahlung

Die Angaben auf unserer Webseite stellen keine verbindlichen Angebote dar, sondern eine Aufforderung an Sie, uns durch eine Anmeldung ein verbindliches Angebot auf Abschluss eines Reisevertrages zu unterbreiten. Ihr Angebot ist mit der Übermittlung der Anmeldeinformationen an AKON Aktivkonzept verbindlich. Die Annahme Ihres Vertragsangebotes durch AKON Aktivkonzept erfolgt durch Übermittlung einer Reisebestätigung per Email oder postalisch. Weicht diese inhaltlich von Ihrem Angebot ab, stellt sie ein neues Angebot dar, an welches sich AKON Aktivkonzept für die Dauer von 10 Tagen gebunden hält. Ein Vertrag kommt in diesem Fall nur zustande, wenn Sie dieses Angebot innerhalb der Bindungsfrist gegenüber AKON Aktivkonzept annehmen. Die Annahme kann auch durch Leistung einer Zahlung erfolgen. Eine Berichtigung von Irrtümern aufgrund von offensichtlichen Druck- oder Rechenfehlern bleibt AKON Aktivkonzept bis zum Reisebeginn vorbehalten.

Der Umfang der vertraglich geschuldeten Leistungen ergibt sich aus den Leistungsbeschreibungen im Online-Katalog oder den Printmedien der AKON und deren Partnerkrankenkassen und aus den hierauf Bezug nehmenden Angaben in der Reisebestätigung.

Der jeweilig anfallende Betrag unserer von Ihnen gebuchten Leistung ist nach Erhalt der Reisebestätigung/Rechnung, spätestens 28 Tage vor Reisebeginn, frühestens jedoch wenn Sie den Versicherungsschein erhalten haben, zur Zahlung fällig. Einen Versicherungsschein erhalten Sie zusammen mit der Reisebestätigung/Rechnung für Ihre Buchung. Bitte leisten Sie alle Zahlungen mit Angabe der Buchungs-/Rechnungsnummer nur an:

AKON Aktivkonzept e.K.
Sparkasse Tauberfranken
IBAN: DE9767352565000017558
BIC: SOLADE33TBB

Die notwendigen Reiseunterlagen werden Ihnen rechtzeitig vor Reisebeginn übermittelt.

Kinderpreise:

Maßgeblich ist das Alter des Kindes bei Reisebeginn. Unabhängig davon ist jedes mitreisende Kind und dessen Alter bei der Buchung anzugeben.

2. Rücktritt (Stornierung) und Rücktrittskosten

Sie können jederzeit vor Reisebeginn von der Reise zurücktreten (stornieren). Rücktrittskosten entstehen auch dann, wenn Sie kein Verschulden (wie z.B. Krankheit) trifft. Es bleibt Ihnen unbenommen, den Nachweis zu erbringen, dass im Zusammenhang mit dem Rücktritt geringere Kosten entstanden sind. Auf Verlangen wird AKON die Höhe der Rücktrittskosten begründen.

Wir empfehlen in Ihrem eigenen Interesse den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung.

Im Falle eines Rücktritts werden die Rücktrittskosten jeweils aus dem vollen Gesamtbetrag der Reisekosten errechnet, der sich aus dem Eigenanteil und einem etwaigen Kassenzuschuss-Anteil zusammensetzt. Die Rücktrittskosten staffeln sich wie folgt:

bis zum 15. Tag vor Reisebeginn 35 % der Reisekosten.

Ab dem 14. bis 8. Tag vor Reisebeginn 50 % der Reisekosten.

Ab dem 7. bis 2. Tag vor Reisebeginn 75 % der Reisekosten.

Einen Tag vor Reisebeginn, am Anreisetag oder bei Nichtanreise 90 % der Reisekosten.

Wir empfehlen zum besseren Nachweis des Rücktritts den schriftlichen Rücktritt. Als Rücktrittszeitpunkt gilt dann der Eingang Ihres Rücktrittsschreibens bei AKON Aktivkonzept.

Sie sind berechtigt, innerhalb einer angemessenen Frist auf einem dauerhaften Datenträger zu erklären, dass statt Ihrer ein Dritter in die Rechte und Pflichten aus dem Reisevertrag eintritt. Die Erklärung ist rechtzeitig, wenn sie AKON nicht später als sieben Tage vor Reisebeginn zugeht. Die Ersatzperson muss gegenüber AKON Aktivkonzept schriftlich die Übernahme der Reise erklären und in die Rechte und Pflichten des Reisevertrages eintreten.

Tritt ein Dritter in den Vertrag ein, haften Sie mit diesem gesamtschuldnerisch für den Reisepreis und die dadurch entstehenden Mehrkosten. AKON darf eine Erstattung von Mehrkosten nur dann fordern, wenn und soweit diese angemessen und tatsächlich entstanden sind. Auf Verlangen wird Ihnen ein entsprechender Nachweis darüber erteilt, in welcher Höhe durch den Eintritt des Dritten Mehrkosten entstanden sind.

Eine Verlegung des Kurstermins ist bis max. 30 Tage vor Kursbeginn durch schriftliche Erklärung und gegen eine Gebühr möglich. Die tatsächliche Höhe der Gebühr errechnet sich aus dem Aufwand und den daraus entstehenden Kosten.

Sollten Teilnehmer gemeinsam eine Unterkunft mit Doppelzimmer-Unterbringung gebucht haben, und tritt nur einer dieser Teilnehmer von der Reise zurück, ist AKON Aktivkonzept berechtigt, den vollen Zimmerpreis vom verbleibenden Teilnehmer zu fordern oder diesen - bei Berechnung des Einzelzimmerzuschlages - in einem Einzelzimmer unterzubringen.

3. Rücktritt durch den Veranstalter/Kündigung

AKON Aktivkonzept kann ohne Einhaltung einer Frist, wenn Sie die Durchführung der Reise trotz Abmahnung nachhaltig stören oder sich in solchem Maße vertragswidrig verhalten, dass die sofortige Aufhebung des Vertrages gerechtfertigt ist, vom Reisevertrag zurücktreten bzw. nach Beginn der Reise den Reisevertrag kündigen. Kündigt AKON Aktivkonzept, so bleibt der Anspruch auf den Reisepreis bestehen. AKON Aktivkonzept muss sich jedoch den Wert der ersparten Aufwendungen sowie diejenigen Vorteile anrechnen lassen, die aus einer anderweitigen Verwendung der nicht in Anspruch genommenen Leistung erlangt wird, einschließlich etwaiger Erstattungen durch andere Leistungsträger.

AKON Aktivkonzept kann bei Nichterreichen einer vorgesehenen Mindestteilnehmerzahl vom Vertrag zurück treten, wenn in der jeweiligen Leistungsbeschreibung die Mindestteilnehmerzahl bestimmt wurde, der Zeitpunkt angegeben wurde, bis zu welchem Ihnen spätestens die Rücktrittserklärung zugegangen sein muss, in der Reisebestätigung die Mindestteilnehmerzahl und die späteste Rücktrittsfrist angegeben wird und auf die entsprechenden Angaben in der Leistungsbeschreibung verwiesen wird.

Der Rücktritt ist Ihnen gegenüber spätestens 20 Tage vor Reiseantritt bei einer Reisedauer von mehr als sechs Tagen, spätestens sieben Tage bei einer Reisedauer von mindestens zwei Tagen und spätestens 48 Stunden vor Reisebeginn bei einer Reisedauer von weniger als zwei Tagen zu erklären. Wird die Reise aus diesen Gründen abgesagt, so erhalten Sie den gegebenenfalls eingezahlten Eigenanteil unverzüglich, spätestens innerhalb von 14 Tagen nach Zugang der Rücktrittserklärung, zurück. Darüber hinausgehende Regressansprüche sind ausgeschlossen

4. Unvermeidbare, außergewöhnliche Umstände

Wird die Durchführung der Reise infolge bei Vertragsabschluss nicht vorhersehbarer unvermeidbarer, außergewöhnlicher Umstände am Bestimmungsort oder in dessen unmittelbarer Nähe, welche die Durchführung der Pauschalreise oder die Beförderung von Personen an den Bestimmungsort erheblich beeinträchtigen, gestört, sind Sie berechtigt, von dem Vertrag zurückzutreten. Solche Umstände liegen insbesondere dann vor, wenn sie nicht der Kontrolle der Vertragsparteien unterliegen und sich deren Folgen auch dann nicht hätten vermeiden lassen, wenn alle zumutbaren Vorkehrungen getroffen worden wären. Im Fall eines Rücktritts nach dieser Ziff. 5 entstehen Ihnen keine Kosten. AKON wird Ihnen etwaig erhaltenen Reisepreis innerhalb von 14 Tagen zurückerstatten. Darüber hinausgehende Regressansprüche sind ausgeschlossen

5. Zuschussregelung - Abrechnung des Krankenkassenanteils

Bei den Leistungen handelt es sich um wohnortfremde Präventionsmaßnahmen nach § 20 SGB V mit auswärtiger Unterbringung.

Es obliegt Ihrer eigenen Verantwortung, sich bei Ihrer Krankenkasse vorab über die praktizierten Zuschussregelungen zu informieren und entsprechende Zusagen für die Erstattung der Präventionsleistungen einzuholen. Eine Garantie oder Haftung für die Gewährung eines Zuschusses durch die Krankenkasse an Sie wird seitens AKON Aktivkonzept ausdrücklich nicht übernommen.

Die Aushändigung einer Teilnahmebescheinigung bzw. eine Abrechnung des Krankenkassenanteils ist nur dann möglich, wenn Sie an mindestens 80 % der jeweiligen gebuchten Kursangebote teilgenommen haben und ein evtl. Anspruch auf Präventionszuschüsse für das jeweilige Kalenderjahr gegenüber der Krankenkasse nicht verbraucht wurde. Wurde bei den Präventionsangeboten nur der Eigenanteil für einen Kursteilnehmer entrichtet, und sollte nach der Teilnahme am Kursprogramm eine Abrechnung mit der entsprechenden Krankenkasse nicht möglich sein, weil dieser Teilnehmer nicht zuschussberechtigt ist, haben Sie und dieser Teilnehmer die Differenz zum Gesamtbetrag der Kursgebühren nachträglich an AKON Aktivkonzept zu entrichten.

6. Datenschutz

Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt im Einklang mit den datenschutzrechtlichen Regelungen. Unsere Datenschutzerklärung finden Sie unter www.akon.de/datenschutz.html.

Soweit Sie nicht widersprechen, verwenden wir Ihre Daten, um Sie über neue Angebote und zur turnusmäßigen Auffrischung oder bei Aufbaukursen der Kursangebote zu informieren.

Soweit wir Sie bei der Einholung der Genehmigung und/oder der Abrechnung gegenüber Ihrer Krankenkasse unterstützen, willigen Sie in die Weitergabe der für die Gewährung des Zuschusses erforderlichen Daten an die Krankenkasse und/oder Abrechnungsstelle ein.

7. Leistungen/individuelle Zusatzleistungen

Für Umfang und Art der Leistungen gelten ausschließlich die Beschreibungen, Abbildungen und Preisangaben in den Online-Beschreibungen der AKON Aktivkonzept sowie die Programmataloge, die für den Reisezeitraum gültig sind. Prospekte anderer Reiseveranstalter, Hotelprospekte etc. begründen deshalb keinen Leistungsanspruch gegenüber uns. Sonderwünsche, Sonderbedingungen etc. sind für AKON Aktivkonzept nur dann verbindlich, wenn diese von AKON Aktivkonzept ausdrücklich bestätigt werden. Hotels bzw. Anbieter von Präventionsleistungen sind nicht berechtigt, im Namen von AKON Aktivkonzept weitergehende Leistungszusagen zu machen.

Die von AKON gegebenen vorvertraglichen Informationspflichten über wesentliche Eigenschaften der Reiseleistungen, den Reisepreis und alle zusätzlichen Kosten (gem. Art. 250 § 3 Nr. 1, 3-5, 7 EGBGB) werden nur dann nicht Bestandteil des Reisevertrages, sofern dies zwischen den Parteien ausdrücklich vereinbart ist.

8. Leistungs- und Preisänderungen

Kann die Reise infolge eines Umstandes, der nach Vertragsabschluss eingetreten und von AKON Aktivkonzept nicht wider Treu und Glauben herbeigeführt worden ist, nicht vertragsgemäß durchgeführt werden, so ist AKON Aktivkonzept berechtigt, Reiseleistungen zu ändern, sofern die Abweichung zur ursprünglich gebuchten Leistung objektiv nicht erheblich, für Sie zumutbar ist und den Gesamtzuschnitt der gebuchten Reise nicht beeinträchtigt. Wir behalten uns vor, die ausgeschriebenen und bei der Buchung bestätigten Preise im Fall der Erhöhung von Abgaben für bestimmte Leistungen, wie z.B. Hafen- oder Flughafengebühren, oder einer Änderung der für die betreffende Reise geltenden Wechselkurse, in dem Umfang zu ändern, wie sich deren Erhöhung pro Person auf den Reisepreis auswirkt, sofern der Reisebeginn mehr als vier Monate nach dem Vertragsabschluss liegt. Übersteigen diese Preisänderungen 5 % des Reisepreises, so sind Sie berechtigt, kostenlos vom Vertrag zurückzutreten.

Der Rücktritt ist unverzüglich, d. h. innerhalb einer Frist von 14 Tagen ab Zugang der Mitteilung über die Preiserhöhung gegenüber AKON Aktivkonzept zu erklären. Wird der Rücktritt nicht innerhalb der Frist erklärt, gilt das Angebot zur Preiserhöhung als angenommen. Dies gilt gleichfalls für andere Vertragsänderungen, wenn AKON die Pauschalreise aus einem nach Vertragsschluss eingetretenen Umstand nur unter erheblicher Änderung einer der wesentlichen Eigenschaft der Reiseleistung oder nur unter Abweichung von besonderen Vorgaben des Reisenden, die Inhalt des Vertrages geworden sind, verschaffen kann. Über notwendige Preiserhöhungen wird AKON Aktivkonzept Sie unverzüglich informieren. Preiserhöhungen ab dem 20. Tag vor Reiseantritt sind nicht zulässig. Das Angebot zur sonstigen erheblichen Vertragsänderungen kann nicht mehr nach Reisebeginn unterbreitet werden.

9. Mindestteilnehmerzahl

Für das Zustandekommen eines Kurstermins ist in jedem Hotel eine Mindestteilnehmerzahl zur Kursdurchführung erforderlich. Diese differiert je nach Haus, Ort und Einrichtung. Sofern diese zu einem bestimmten Termin nicht erreicht werden kann, ist es der AKON vorbehalten, unabhängig einer womöglich bereits zugestellten Terminbestätigung, den Kurstermin aus diesem Grunde abzusagen. Schadensersatzansprüche der Teilnehmer können in diesem Zusammenhang gegenüber der AKON Aktivkonzept nicht geltend gemacht werden. Bereits geleistete Eigenanteile werden selbstverständlich, innerhalb von 14 Tagen, zurückerstattet, sofern keine geeignete Ersatzbuchung zu einem anderen Termin, bzw. in einer anderen Einrichtung den Vorstellungen der Teilnehmer entspricht.

10. Haftung

Unsere vertragliche Haftung für Schäden, die nicht Körperschäden sind, ist auf die Höhe des dreifachen Reisepreises beschränkt,

a) soweit ein Schaden des Reisenden weder vorsätzlich noch grob fahrlässig durch AKON Aktivkonzept herbeigeführt wird oder b) soweit wir für einen dem Reisenden entstehenden Schaden allein wegen eines Verschuldens eines Leistungsträgers verantwortlich sind.

Für alle gegen den Veranstalter gerichteten Schadensersatzansprüche aus unerlaubter Handlung, die nicht auf Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit beruhen, haftet der Veranstalter bei Sachschäden bis zu EUR 4.100,- übersteigt der dreifache Reisepreis diesen Betrag, ist die Haftung für Sachschäden auf die Höhe des dreifachen Reisepreises beschränkt. Diese Haftungsgrenzen gelten jeweils je Reisenden und Reise.

Ihnen wird in diesem Zusammenhang im eigenen Interesse der Abschluss einer Reiseunfall- und Reisegepäckversicherung empfohlen.

Wir haften nicht für Leistungsstörungen im Zusammenhang mit Leistungen, die als Fremdleistungen lediglich vermittelt werden (z.B. Sportveranstaltungen, Ausflüge, Theaterbesuche, Ausstellungen usw.) und die in der Reiseausschreibung ausdrücklich unter Angabe von Identität und Anschrift des vermittelten Vertragspartners als Fremdleistung gekennzeichnet werden und damit erkennbar nicht Bestandteil der Pauschalreise sind und getrennt ausgewählt wurden. Die §§ 651 b, 651c, 651w, 651y BGB bleiben hiervon unberührt. Die Kursteilnehmer nehmen an den von AKON angebotenen Kursveranstaltungen auf eigenem Risiko teil.

11. Kontraindikationen

Die Kursangebote der AKON richten sich ausschließlich an gesunde und vitale Personen. Bei Bedenken wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt der Sie beraten wird, inwieweit die angebotenen Kurse für Sie geeignet sind. Etwaige Vorerkrankungen oder körperliche Einschränkungen/Behinderungen sind gegenüber dem Kursleiter vor Ort spätestens vor Kursbeginn anzuzeigen, um diese nach Möglichkeit berücksichtigen zu können.

12. Ausschluss von Ansprüchen und Verjährung

Ansprüche nach den §§ 651f bis n BGB müssen Sie unverzüglich gegenüber AKON Aktivkonzept geltend machen. Ansprüche nach den §§ 651k bis n BGB verjähren in zwei Jahren. Die Verjährungsfrist beginnt mit dem Tag, an dem die Reise dem Vertrag nach enden sollte. Haben Sie solche Ansprüche geltend gemacht, ist die Verjährungsfrist bis zu dem Tag gehemmt, an dem AKON Aktivkonzept die Ansprüche schriftlich zurückweist.

13. Mitwirkungspflicht/Kündigung durch den Reisenden

Sie sind verpflichtet, bei eventuell auftretenden Leistungsstörungen im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen mitzuwirken, um zu einer Behebung der Störung beizutragen und eventuell entstehenden Schaden gering zu halten. Sämtliche Beanstandungen sind unverzüglich bei der AKON zu rügen. Vor einer eventuellen Kündigung des Vertrages sind Sie verpflichtet, AKON Aktivkonzept eine angemessene Frist zur Abhilfeleistung zu setzen.

Bitte bedenken Sie, dass Leistungsträger und/oder Reiseleitung am Ort gelegentlich ein eigenes Interesse daran haben, uns nicht über eventuelle Leistungsstörungen zu informieren. Der Vortrag einer Mängelrüge im Hotel bzw. bei der Ortsreiseleitung ersetzt deshalb ausdrücklich nicht die fristgerechte Mängelrüge bei AKON Aktivkonzept.

14. Sonstiges

Die Einteilung der Zimmer obliegt dem Hotellier. Mehrbettzimmer können nur von Zusammenreisenden gebucht werden. Dreibettzimmer sind in der Regel Doppelzimmer mit Zustellbett.

15. Unwirksame Klauseln: Gerichtsstand, Geltendes Recht

Sollten eine oder mehrere Regelungen dieser AGB unwirksam sein, so zieht dies nicht die Unwirksamkeit des gesamten Vertrages nach sich. Ungültige und/oder undurchführbare Bestimmungen werden wir einvernehmlich durch solche Regelungen ersetzen, die unter Berücksichtigung unsererer beide Interessen und dem gemeinsamen gewünschten wirtschaftlichen Zweck mit einer rechtswirksamen Gestaltung möglich sind. Entsprechendes gilt auch für Vertragslücken, falls sich diese herausstellen sollten.

Wenn Sie Kaufmann, juristische Person des öffentlichen Rechts oder öffentlich-rechtliches Sondervermögen sind, ist ausschließlicher Gerichtsstand für alle aus dem Vertragsverhältnis unmittelbar oder mittelbar resultierenden Streitigkeiten der Sitz von AKON Aktivkonzept. Gleiches gilt, wenn Sie keinen allgemeinen Gerichtsstand im Inland haben, Sie nach Vertragsabschluss Ihren Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthalt in das Ausland verlegt haben oder dieser zum Zeitpunkt der Klageerhebung unbekannt ist.

Für den Abschluss und die Abwicklung sämtlicher Verträge gilt das Recht der Bundesrepublik Deutschland. Die Geltung des UN-Kaufrechts (CISG) wird ausgeschlossen. Wenn Sie Verbraucher sind, bleiben zwingende Bestimmungen des Staates, in dem Sie bei Vertragsschluss Ihren gewöhnlichen Aufenthalt haben, von diesem Ausschluss unberührt.

16. Informationen zur Online-Streitbeilegung

Nach geltendem Recht sind wir verpflichtet, die Verbraucher auf die Existenz der Europäischen Online-Streitbeilegungs-Plattform hinzuweisen, die für die Beilegung von Streitigkeiten genutzt werden kann, ohne dass ein Gericht eingeschaltet werden muss. Für die Einrichtung der Plattform ist die Europäische Kommission zuständig.

Sie finden die Europäische Online-Streitbeilegungs-Plattform hier:

<http://ec.europa.eu/consumers/odr/>

17. Beschwerde- und Schlichtungsstelle (Ombudsmann) Im Zusammenhang mit der Versicherungsvermittlung Bei Beschwerden im Zusammenhang mit der Versicherungsvermittlung können Sie sich an den Versicherungsombudsmann e. V. (Schlichtungsstelle) wenden:

Postfach 080632
10006 Berlin
Telefon: 0800 3696000
Fax: 0800 3699000

E-Mail: beschwerde@versicherungsombudsmann.de
<https://www.versicherungsombudsmann.de>

18. Informationen zur Richtlinie (EU) 2015/2302

Gemäß Artikel 251 EGBGB ist AKON Aktivkonzept als Reiseveranstalter verpflichtet, mit einem Formblatt alle Reisenden vor Buchung einer Pauschalreise über grundlegende Rechte der Reisenden zu unterrichten. Dieses Formblatt finden Sie auf Seite 72 - bitte lesen Sie dies durch.



„GESUNDHEIT ZUM FAIREN PREIS“ Verbinden Sie das Angenehme mit dem Nützlichen

Mit unseren qualitätsgesicherten Präventionsreisen stellen wir Ihnen bezuschussungsfähige Leistungen der Primärprävention zur Verfügung. Die Kursinhalte entsprechen in vollem Umfang den Handlungskriterien des GKV-Spitzenverbandes der gesetzlichen Krankenkassen zur Umsetzung der Primärprävention (§ 20 SGB V) und sind durch die Zentrale Prüfstelle Prävention geprüft und zertifiziert.

Wie ist der Ablauf bei Interesse an einem der angebotenen Kurse?

Wenn Sie sich für ein Hotel und einen Termin entschieden haben, können Sie die Verfügbarkeit Ihres Wunschtermins jederzeit unter www.akon.de abrufen und dort bequem online buchen.

Alternativ können Sie auch den Teilnahmeantrag auf Seite 73 vollständig ausfüllen und diesen nach vorheriger Abstimmung Ihres Wunschtermins unter Telefon 07931 96497-0 direkt an AKON Aktivkonzept (siehe Rückseite des Teilnahmeantrags) senden oder faxen.

Da die Kurse eine begrenzte Teilnehmeranzahl haben, bitten wir bei Verwendung des Teilnahmeantrags um die Angabe eines Alternativtermins. Nach erfolgter Buchung erhalten Sie von AKON Aktivkonzept eine Reisebestätigung mit allen relevanten Anreisedaten und Informationen.

Welche Leistungen beinhaltet das Angebot?

Im Angebot enthalten sind die Verpflegung (meist Halbpension), die Übernachtungen sowie die Kursgebühren. Selbstverständlich können Sie Ihren Aufenthalt nach Belieben verlängern oder Zusatzangebote in Anspruch nehmen. Dabei handelt es sich um rein private Leistungen, die nicht bezuschussungsfähig sind.

Was sind Kursbausteine und was ist ein Kompaktkurs?

Unter Kursbausteinen versteht man die verschiedenen Präventionskurse wie z. B. Rückenschule oder Autogenes Training. Zwei Kursbausteine bilden einen Kompaktkurs. Somit können Sie zwei Wunsch-Kursbausteine wählen, die dann zu einem bestimmten Termin als Kompaktkurs angeboten werden.

Bei unseren Aktivangeboten zur Förderung Ihrer Gesundheit handelt es sich überwiegend um die Bereiche:

BEWEGUNG ZUR FÖRDERUNG DES HERZ-KREISLAUF- UND MUSKEL-SKELETTSYSTEMS

- AKON Aktiv Walking*
- AKON Gesundheitswandern*
- AKON Fasziennfit*
- AKON Walkjogg*
- Nordic Walking
- Rückenschule/Rückenfit
- AKON Gesunder Rücken*
- AKON Reaktiv Walking*
- AKON Pilates*
- Aqua-Fitness
- Nordic Walking Intensiv
- Wirbelsäulengymnastik

ENTSPANNUNG/STRESSREDUKTION

- Autogenes Training
- Tai-Chi
- Yoga
- Progressive Muskelentspannung
- QiGong

VERMEIDUNG VON MANGEL- UND FEHLERNÄHRUNG

- Ernährungskurse

Durchgeführt werden die Kurse von:

- Dipl.-Psychologinnen/Dipl.-Psychologen mit entsprechender Zusatzqualifikation
- Diätassistentinnen/Diätassistenten
- Physiotherapeutinnen/Physiotherapeuten mit der Zusatzqualifikation Rückenschullizenz
- Dipl.-Sportlehrer/innen und/oder Dipl.-Sportwissenschaftler/innen mit entsprechenden Zusatzqualifikationen





AKON Aktivkonzept e. K.
Unterer Graben 18
97980 Bad Mergentheim
Telefon 07931 96497-0
Telefax 07931 96497-23
www.akon.de · info@akon.de

