

WELL-AKTIV

DIE 3- BIS 5-TÄGIGEN GESUNDHEITSANGEBOTE
2026



WELL-AKTIV

OSTSEEBAD DIERHAGEN
im Landkreis Vorpommern-Rügen

FRIEDRICHRODA
im Nordwesten des Thüringer Waldes

MARIENBAD / TSCHECHIEN
im Westböhmisches Bäderdreieck

TRAVEMÜNDE
an der Ostsee

In diesem Jahr
NEU DABEI

Bewegung

Entspannung

Ernährung

Mehr Lebensqualität

4 Tage / Halbpension
ab 119 €
pro Person

Liebe Versicherte,

Gesundheit ist Lebensqualität – Ihr ganzes Leben lang. Mit dem Well-Aktiv-Programm Ihrer Krankenkasse können Sie ganz konkret und mit viel Spaß etwas dafür tun. Es bietet intensive, kompakte Gesundheitskurse über 3 bis 5 Tage an 17 der schönsten Standorte in Deutschland.

Fördern Sie Ihre Gesundheit gezielt: Bewegung, Entspannung und eine ausgewogene Ernährung sind die Schlüssel zur Prävention. Dabei bringen Sie Körper, Geist und Seele in Einklang und genießen gleichzeitig die Vielfalt majestätischer Landschaften – von der Küste bis in die Berge.

Sie haben die Wahl zwischen einem Präventionskurs mit 10 Einheiten – mit einem Kassenzuschuss von in der Regel bis zu 125 € – oder einem Angebot mit zwei Präventionskursen à 8 Einheiten – mit einem Kassenzuschuss von in der Regel bis zu 200 €. Die verbleibenden Kosten für Anreise, Unterkunft sowie Verpflegung tragen Sie selbst.

Näheres zur Anmeldung erfahren Sie auf der letzten Innenseite.

Bleiben Sie gesund!

Ihre Krankenkasse

Hier machen wir Sie fit ...



17 attraktive Standorte

– an der Küste, in den Bergen und dazwischen

Programmauswahl

Angebote mit

- einem Präventionskurs – für mehr Freizeit ¹
- zwei Präventionskursen – für mehr Gesundheit ²
- 3 bis 5-tägige Angebote

Bad Füssing	4	Markdorf / Bodenseekreis	13
Bad Griesbach im Rottal	5	Much im Bergischen Land	14
Bad Harzburg	6	München	15
Bad Reichenhall	7	Oberaichwald / Faaker See	16
Bad Salzschlirf	8	Sibyllenbad	17
Bad Schönborn	9	Travemünde	18
Ostseebad Dierhagen	10	Warnemünde	19
Friedrichroda	11	Wipptal in Tirol / Österreich	20
Marienbad / Tschechien	12		

Betreuung für Kinder möglich – siehe Ortsseite.

Hier finden Sie einen Wohnmobilstellplatz.

Unsere Well-Aktiv-Kompaktkurse entsprechen den Vorgaben des aktuellen „Leitfaden Prävention“ nach § 20 SGB V und sind in der Kursdatenbank der Zentralen Prüfstelle Prävention eingetragen.

Bad Füssing

Europas größte Thermenlandschaft

4 oder 5 Tage



4 Tage / Halbpension
ab 119 €
pro Person



Bad Füssing wirkt und wirkt und wirkt

Wasser ist der Ursprung allen Lebens und zugleich Symbol der Lebensenergie. Schöpfen Sie Kraft und Gesundheit aus den Thermalquellen. Tief in der Erde, angereichert mit Wirkstoffen und Mineralien, ist unser Heilwasser ein Jungbrunnen für Ihre Lebenskräfte.

Information zur Unterbringung

Das Kurhotel PANLAND ist zentral gelegen und unweit der Therme I. Sie wohnen in Komfort-Zimmern mit Balkon, Duschbad, separatem WC, SAT-TV, Durchwahltelefon und Lift.

Kostenlose Parkplätze, Bademantelverleih, Waschmaschine/Trockner, Getränkeautomat, WLAN-Nutzung in der Lobby, Aufenthaltsräume, Lobbybar, Sauna, Infrarotkabine, Hydro-Jet und ein Fitnessraum zählen zu den umfangreichen Angeboten des Hauses.

Geführte Radtouren, Fahrradverleih vor Ort und geführte Wanderungen runden den Aufenthalt ab.

Ein vegetarisches Gericht wird im Rahmen des Abendbuffets angeboten. Auf Nachfrage laktose- und glutenfreie Kost.

Leistungen Programm A

- » 3 Übernachtungen mit Halbpension
- » Kurtaxe
- » Neue Rückenschule
- » Autogenes Training

2 KURSE

Leistungen Programm B

- » 4 Übernachtungen mit Halbpension
- » Kurtaxe
- » Nordic Walking
- » Progressive Muskelentspannung

2 KURSE

Kostenlose Zusatzangebote

- » Nutzung der hauseigenen Sauna und Infrarotkabine
- » 1x Eintritt in die Therme 1 (5 Stunden)
- » 1x Aromaölmassage
- » 1x Überwässerdruckstrahlmassage auf dem Wasserbett

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Kurhotel Panland	Saison A	Saison B
Programm A	129 €	159 €
Programm B	169 €	199 €

*Sonderpreis: 119 €, **Sonderpreis: 149 €
Einzelzimmerzuschlag pro Übernachtung: 10 €

Termine Programm A

0216:	08.01. – 11.01.26 A*	0223:	02.07. – 05.07.26 B
0217:	29.01. – 01.02.26 A	0224:	30.07. – 02.08.26 B
0218:	19.02. – 22.02.26 A	0225:	20.08. – 23.08.26 B
0219:	12.03. – 15.03.26 A	0226:	01.10. – 04.10.26 B
0220:	23.04. – 26.04.26 B	0227:	22.10. – 25.10.26 A
0221:	21.05. – 24.05.26 B	0228:	12.11. – 15.11.26 A
0222:	11.06. – 14.06.26 B	0229:	03.12. – 06.12.26 A*

Termine Programm B

0230:	04.01. – 08.01.26 A**	0237:	07.06. – 11.06.26 B
0231:	25.01. – 29.01.26 A	0238:	28.06. – 02.07.26 B
0232:	15.02. – 19.02.26 A	0239:	26.07. – 30.07.26 B
0233:	08.03. – 12.03.26 A	0240:	27.09. – 01.10.26 B
0234:	29.03. – 02.04.26 B	0241:	18.10. – 22.10.26 A
0235:	19.04. – 23.04.26 B	0242:	08.11. – 12.11.26 A
0236:	10.05. – 14.05.26 B	0243:	29.11. – 03.12.26 A**

A = Saison A, B = Saison B



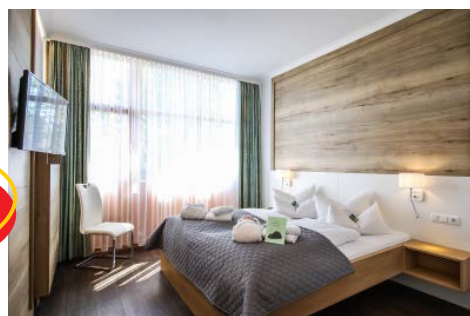
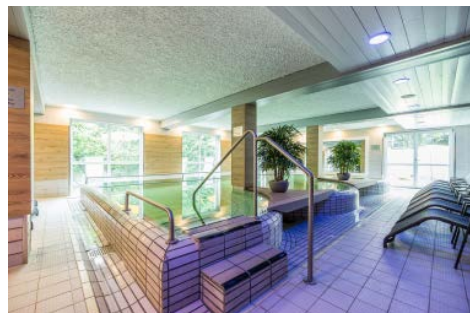
Bad Griesbach im Rottal

Natürlich gesund erholen

5 Tage



5 Tage / Halbpension
ab 312 €
pro Person



Entdecken Sie die natürliche Heilkraft des Thermalwassers

Bad Griesbach im Rottal – ein schönes Fleckerl Erde mit guter Luft und heilsamem Thermal-Mineralwasser, ideal für ein Well-Aktiv-Programm mit viel drum rum.

Das „AktiVital Hotel“ bietet neben dem Well-Aktiv-Angebot viele zahlreiche Möglichkeiten, um Ihre Woche in Bad Griesbach zu bereichern.

Ein kompetentes Trainerteam erwartet Sie mit vielen Tipps und Anregungen – Gesundheit mit Spaß und Freude erleben. Zudem bietet Bad Griesbach im Rottal wunderschöne Ausflugsmöglichkeiten nach Passau, die berühmte Dreiflüssestadt oder nach Schärding am Inn, eine alte Barockstadt im nahegelegenen Österreich.

Information zur Unterbringung

Zimmerausstattung: Dusche/WC, Telefon, TV, Kühlschrank oder Minibar, Balkon oder Terrasse

Leistungen

- » 4 Übernachtungen mit Halbpension
- » Kurtaxe
- » Rücken-Fit (Indoor, Outdoor & im Wasser)
- » Progressive Muskelentspannung

2 KURSE

Kostenlose Zusatzangebote

- » Begrüßungsdrink
- » Vitamingruß und 1 Flasche Wasser auf dem Zimmer bei Anreise
- » Benutzung des Thermalbades im Hotel mit Thermalmineralwasser aus der Bad Griesbacher Karlsquelle
- » Benutzung der Finnischen Außensauna, der Kräutersauna und der Ruhebereiche
- » Benutzung der Physiotherm®-Infrarotwärmekabine
- » Flauschiger Leihbademantel
- » 20-25% Greenfee-Ermäßigung auf ausgewählten Golfplätzen der Region Donau-Inn und im Quellness Golf Resort Bad Griesbach
- » WLAN in der Lobby und auf dem Zimmer
- » Parkplatz am Hotel

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

	DZ	EZ
AktiVital Hotel ***s		
Doppelzimmer Weinzierl	312 €*	404 €**
Junior Suite	384 €	
Einzelzimmer		372 €

DZ = Doppelzimmer-/belegung, EZ = Einzelzimmer

*Preis bei 2-Pers.-Belegung pro Person

**Preis bei Einzelbelegung

Termine

0022:	04.01. – 08.01.26	0045:	09.08. – 13.08.26
0024:	18.01. – 22.01.26	0047:	23.08. – 27.08.26
0026:	01.02. – 05.02.26	0186:	02.09. – 06.09.26
0028:	15.02. – 19.02.26	0048:	06.09. – 10.09.26
0029:	22.02. – 26.02.26	0049:	13.09. – 17.09.26
0030:	12.04. – 16.04.26	0051:	27.09. – 01.10.26
0032:	26.04. – 30.04.26	0053:	11.10. – 15.10.26
0034:	10.05. – 14.05.26	0054:	18.10. – 22.10.26
0035:	17.05. – 21.05.26	0055:	25.10. – 29.10.26
0036:	07.06. – 11.06.26	0057:	08.11. – 12.11.26
0038:	21.06. – 25.06.26	0059:	22.11. – 26.11.26
0039:	28.06. – 02.07.26	0060:	29.11. – 03.12.26
0041:	12.07. – 16.07.26	0061:	06.12. – 10.12.26
0042:	19.07. – 23.07.26	0062:	13.12. – 17.12.26
0044:	02.08. – 06.08.26	0063:	20.12. – 24.12.26

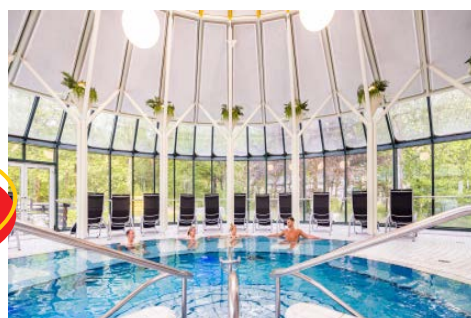
Bad Harzburg

Bad Harzburg – Natur, Abenteuer und Erholung im Harz

4 Tage



4 Tage
ab **258 €**
pro Person



Bewegung und Erlebnis, Erholung und Entspannung – das verspricht Bad Harzburg.

Neben der Sole-Therme mit heilkräftiger Natur-Sole und großer Sauna-Erlebniswelt bietet Bad Harzburg viele Attraktionen, wie die Baumschwebebahn, mit der es sich beim Schweben durch die Baumwipfel wunderbar vom Alltagsstress abschalten lässt.

Als einmaliges Naturerlebnis lädt Bad Harzburg, neben vielen wunderschönen Wanderwegen in die Harzer Wälder, zu einem Spaziergang über den Baumwipfelpfad mit einzigartigem Ausblick ein.

Ausklingen lässt sich der Tag herrlich in einem der traditionellen Cafés oder Restaurants unter ehrwürdigen Kastanien in der „Bummelallee“ nahe des Kurparks.

Freuen Sie sich auf erholsame und spannende Gesundheitstage in Bad Harzburg!

Treffpunkt zu den Aktivitäten: Bad Harzburger Sole-Therme

Leistungen

- » 3 Übernachtungen wahlweise mit Frühstück oder Halbpension (FeWo ohne Verpflegung) exkl. Gästebeitrag
- » Natural-Fitness
- » Entspannungstraining

2
KURSE

Kostenlose Zusatzangebote

- » Eine Berg- und Talfahrt mit der Burgberg-Seilbahn
- » Täglich freier Eintritt in das Schwimmbad der Bad Harzburger Sole-Therme
- » Kostenloses Busfahren im Harz zwischen allen „HATIX“ beteiligten Orten
- » Für Gäste des harz hotel & spa seela. und Sonnenresort Ettershaus: Nutzung des Wellness-Spa Bereiches mit hauseigenem Schwimmbad und Saunalandschaft
- » Für Gäste der Solehotels: Täglich freier Eintritt in das Schwimmbad und die Saunalandschaft der Bad Harzburger Sole-Therme über hoteleigenen Zugang
- » Kaffee und Kuchen am Nachmittag für Gäste im Solehotel und im Sonnenresort Ettershaus

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

	DZ	EZ
FeWo Plumbohms*****	258 €	
Plumbohms Echt-Harz-Hotel**** mit Frühstück	285 €	
harz hotel & spa seela. **** mit Frühstück	297 €	372 €
mit Halbpension	386 €	461 €
Sonnenresort Ettershaus**** mit Frühstück	378 €	447 €
mit Halbpension	489 €	549 €
Solehotels Bad Harzburg***s mit Halbpension	450 €	480 €

Ferienwohnung: DZ-Preis pro Person bei 2-Personen-Belegung
Ferienwohnung: Frühstück auf Anfrage direkt im Hotel buchbar

Termine

0010:	26.02. – 01.03.26	0016:	23.07. – 26.07.26
0011:	19.03. – 22.03.26	0017:	27.08. – 30.08.26
0012:	09.04. – 12.04.26	0018:	10.09. – 13.09.26
0013:	30.04. – 03.05.26	0019:	01.10. – 04.10.26
0014:	14.05. – 17.05.26	0020:	15.10. – 18.10.26
0015:	04.06. – 07.06.26	0021:	12.11. – 15.11.26

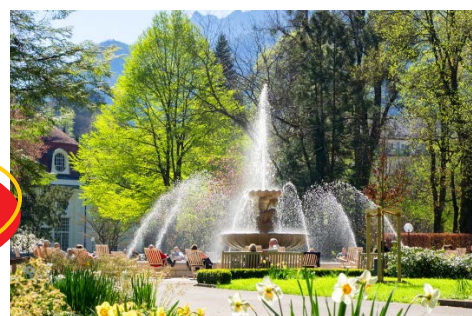
Bad Reichenhall

Alpenstadt Bad Reichenhall – vitalisierend – wohltuend – natürlich!

5 Tage



5 Tage / Halbpension
ab **555 €**
pro Person



**Ein bisschen Stress hält fit und munter.
Aber passen Sie auf, wenn's zuviel wird,
denn dann sollten Sie dringend mal
wieder an sich denken.**

Sammeln Sie neue Energie, Kraft und Ruhe, regenerieren Sie Körper und Geist. Vergessen Sie Ihren Alltag! Schnell fühlen Sie sich spürbar anders, spürbar besser! Genießen Sie die Wellnessanwendung im ★★★★★Hotel Bayern Vital und die 32°C warme Alpensole der Rupertus Therme.

Das ist Well-Aktiv in der Alpenstadt Bad Reichenhall.

Leistungen

- » 4 Übernachtungen mit Halbpension (exkl. Kurtaxe)
- » Qi-Gong

1 KURS

Kostenlose Zusatzangebote

- » Freie Benutzung von Hallenbad, Sauna und Fitnessraum im Hotel
- » 1x Tageseintritt in die Thermenlandschaft der Rupertus Therme inklusive Nutzung des Sport- & Familienbereiches (ohne Sauna)
- » 1 Flasche Mineralwasser bei Anreise im Zimmer
- » Freie Fahrt in den öffentlichen Linienbussen mit der Gästekarte

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Hotel Bayern Vital★★★★

555 € ☺

☺ Für Alleinreisende: Der Einzelzimmerzuschlag entfällt. Vergünstigte Verlängerungsnächte sind auf Anfrage und nach Verfügbarkeit möglich.

Der Preis pro Person versteht sich exkl. der örtlichen Kurtaxe, die beim Gastgeber vor Ort zu zahlen ist.

Termine

0127:	11.01. – 15.01.26	0138:	26.04. – 30.04.26
0128:	25.01. – 29.01.26	0139:	17.05. – 21.05.26
0129:	01.02. – 05.02.26	0140:	05.07. – 09.07.26
0130:	08.02. – 12.02.26	0141:	11.10. – 15.10.26
0131:	22.02. – 26.02.26	0142:	18.10. – 22.10.26
0132:	01.03. – 05.03.26	0143:	25.10. – 29.10.26
0133:	08.03. – 12.03.26	0144:	08.11. – 12.11.26
0134:	15.03. – 19.03.26	0145:	15.11. – 19.11.26
0135:	22.03. – 26.03.26	0146:	22.11. – 26.11.26
0136:	12.04. – 16.04.26	0147:	06.12. – 10.12.26
0137:	19.04. – 23.04.26	0148:	13.12. – 17.12.26



Bad Salzschlirf

Aktiv erleben – Gesundheit erfahren

4 Tage



Zwischen den Naturparks Rhön und Vogelsberg ...

...liegt das hessische Mineral- und Moorheilbad Bad Salzschlirf im Landkreis der Barockstadt Fulda. Liebevoll erhaltene Fachwerkhäuser, romantische Gassen und Jugendstilgebäude prägen das Ortsbild. Wertvolle Landschaftsräume, Laub- und Mischwälder sowie eine einzigartige Flora und Fauna finden Sie rund um Bad Salzschlirf. Ein mildes Klima und viel Natur, gepaart mit attraktiven Rad- und Wanderwegen, bieten viel Raum für aktive und passive Erholung. Ganz gleich welches Programm Sie wählen, Sie erhalten wertvolle Tipps und Anregungen für ein gesundheitsförderliches Leben.

Informationen zur Unterbringung:

Ihre Unterkunft „Klinik und Gesundheitszentrum am Kurpark“ liegt sehr zentral und direkt am Kurpark und der Kurpromenade. Ob Schwimmbad, Sauna und ausgewählte Fitnesskurse, attraktive kosmetische Angebote für Wellness, Beauty und Medical Wellness oder die abwechslungsreiche kulturelle und gastronomische Vielfalt – Bad Salzschlirf bietet vielfältige Möglichkeiten für jeden Geschmack. Ob Vollkost, spezielle Diät, vegetarisches und veganes Essen, Lebensmittelunverträglichkeiten oder Allergien, wir stellen uns auf Ihre Bedürfnisse ein. Bitte mit Voranmeldung.

Leistungen Programm A

2 Kurse

- » 3 Übernachtungen mit Vollpension (exkl. Kurtaxe)
- » Aqua Fitness
- » Yoga

Leistungen Programm B

2 Kurse

- » 3 Übernachtungen mit Vollpension (exkl. Kurtaxe)
- » Rücken-Fit
- » Ernährung (Theorie und Praxisworkshop)

Kostenlose Zusatzangebote

- » Begrüßungscocktail
- » Leihbademantel
- » Tägliche Nutzung des Gesundheitsclubs mit Schwimmbad, Gerätetrainingsflächen und Sauna
- » Teilnahme am Kursprogramm im Gesundheitsclub von Yoga, Tai Chi und Wassergymnastik bis Slow Active
- » Nordic Walking Equipment
- » Abholservice vom Bahnhof Bad Salzschlirf

Angebote gegen Entgelt

- » Wellness-Angebote
- » Medical Wellness und Naturheilverfahren

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Klinik und Gesundheitszentrum am Kurpark

DZ	EZ
409 €	429 €

Die Kurtaxe wird vor Ort erhoben.

Termine Programm A

0162:	26.01. – 29.01.26	0168:	13.07. – 16.07.26
0163:	23.02. – 26.02.26	0169:	10.08. – 13.08.26
0164:	23.03. – 26.03.26	0170:	07.09. – 10.09.26
0165:	20.04. – 23.04.26	0171:	05.10. – 08.10.26
0166:	18.05. – 21.05.26	0172:	02.11. – 05.11.26
0167:	15.06. – 18.06.26	0173:	30.11. – 03.12.26

Termine Programm B

0174:	29.01. – 01.02.26	0180:	16.07. – 19.07.26
0175:	26.02. – 01.03.26	0181:	13.08. – 16.08.26
0176:	26.03. – 29.03.26	0182:	10.09. – 13.09.26
0177:	23.04. – 26.04.26	0183:	08.10. – 11.10.26
0178:	21.05. – 24.05.26	0184:	05.11. – 08.11.26
0179:	18.06. – 21.06.26	0185:	03.12. – 06.12.26



Bad Schönborn

... MEINE NATUR – aktiv und entspannt!

4 Tage



4 Tage
ab **159 €**
pro Person



Bad Schönborn ...natürlich in Balance!

Bad Schönborn, das sympathische Heilbad vor den Toren Heidelbergs, freut sich auf Sie!

Genießen und erleben Sie ein erholsames Bad im einzigartigen Thermal-Solewasser des Thermariums, abwechslungsreiche Well-Aktivprogramme, natürliche Gesundheit und Entschleunigung im neuen Sole-Aktivpark sowie die sprichwörtliche badische Gastlichkeit.

Ein Well-Aktivprogramm in Bad Schönborn – ob Rücken-Fit & Progressive Muskelentspannung oder Natural-Fitness & Balancetraining – bringt Körper und Seele ganz „NATÜRLICH IN BALANCE“.

Information zur Unterbringung:

Sie haben die Wahl zwischen familiär geführten Hotels, einem 4-Sterne Sport- und Wellness Hotel mit mediterranem Ambiente und dem WohnMobilPark.

Leistungen Programm A

2 KURSE

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück (bei Wohnmobilstellplatz ohne Frühstück) exkl. Kurtaxe
- » Rücken-Fit
- » Progressive Muskelentspannung

Leistungen Programm B

2 KURSE

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück (bei Wohnmobilstellplatz ohne Frühstück) exkl. Kurtaxe
- » Natural-Fitness
- » Balancetraining

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

	DZ	EZ
Landgasthof Falkenhorst Garni	159 €	189 €
Gästehaus Müller	186 €	234 €
Hotel Garni „Am Kurpark“	201 €	255 €
Hotel Villa Medici★★★★	251 €	376 €
WellMobilPark am Thermarium (nur Wohnmobile)	38 €	54 €

Halbpension im Hotel Villa Medici auf Anfrage möglich
WellMobilPark: Zusätzlich Nebenkosten für Strom
Die Kurtaxe wird vor Ort erhoben

Kostenlose Zusatzangebote

- » 3x Eintritt in die Thermal-Solebad & Saunalandschaft
- » 1x Eintritt in die original „Totes-Meer-Salzgrotte“
- » Nordic-Walking Leihstöcke
- » Bad Schönbörner Gästekarte (beinhaltet zahlreiche Vergünstigungen)
- » Bad Schönbörner Wanderkarte

Termine Programm A

0245:	29.01. – 01.02.26	0253:	23.07. – 26.07.26
0246:	19.02. – 22.02.26	0254:	06.08. – 09.08.26
0247:	05.03. – 08.03.26	0255:	03.09. – 06.09.26
0248:	19.03. – 22.03.26	0256:	17.09. – 20.09.26
0249:	16.04. – 19.04.26	0257:	08.10. – 11.10.26
0250:	07.05. – 10.05.26	0258:	22.10. – 25.10.26
0251:	11.06. – 14.06.26	0259:	05.11. – 08.11.26
0252:	09.07. – 12.07.26	0260:	19.11. – 22.11.26

Termine Programm B

0261:	05.02. – 08.02.26	0269:	30.07. – 02.08.26
0262:	26.02. – 01.03.26	0270:	20.08. – 23.08.26
0263:	12.03. – 15.03.26	0271:	10.09. – 13.09.26
0264:	26.03. – 29.03.26	0272:	24.09. – 27.09.26
0265:	23.04. – 26.04.26	0273:	15.10. – 18.10.26
0266:	21.05. – 24.05.26	0274:	29.10. – 01.11.26
0267:	18.06. – 21.06.26	0275:	12.11. – 15.11.26
0268:	16.07. – 19.07.26	0276:	26.11. – 29.11.26

Ostseebad Dierhagen

Oase der Gesundheit

4 Tage



Fitness für den Körper – Balsam für die Seele – Entspannung für den Geist

Fernab des Großstadttrubels bietet das Ostseebad Dierhagen einen endlos weißen Sandstrand, eine unbeschreiblich schöne Dünenlandschaft, ursprüngliche Natur und atemberaubende Sonnenuntergänge. Direkt an der Ostsee, hinter den Dünen, bleiben im „Strandhotel Fischland“ keine Urlaubs- oder Wellnesswünsche offen. Unter dem Motto „Liebe & Meer verbinden“ präsentiert sich das Hotel, gemeinsam mit seinen individuellen Ferienwohnungen und -häusern mit Hotelservice, als großzügige Urlaubswelt.

Das Hotel hat dabei seinen eigenen, besonderen Charakter: Das Strandhotel Fischland ist ideal für aktive Freizeitsportler und Familien. Ganzheitliche Wellnessprogramme, entspannende Massagen und ein großzügiger Wellnessbereich bieten zu jeder Jahreszeit die perfekte Oase der Entschleunigung und Erholung.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück (exkl. Kurtaxe)
- » Gesundheitswandern
- » Entspannungstraining

2 KURSE

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

DZ	NS	ZS	HS
Fewo Fischland			
2-Raum-Appartement	414 €	576 €	594 €
3-Raum-Appartement	516 €	717 €	735 €
Strandhotel Fischland*****			
Zimmer unter dem Reetdach	255 €	294 €	
Waldseitenzimmer	420 €	465 €	570 €
Zimmer Meerseite	505 €	550 €	655 €
EZ	NS	ZS	HS
Fewo Fischland			
2-Raum-Appartement	732 €	1.056 €	1.092 €
3-Raum-Appartement	936 €	1.338 €	1.374 €
Strandhotel Fischland*****			
Zimmer unter dem Reetdach	414 €	498 €	
Waldseitenzimmer	735 €	825 €	1.035 €
Zimmer Meerseite	820 €	910 €	1.120 €

Zimmer unter dem Reetdach 400 m vom Haupthaus entfernt.

EZ = Doppelzimmer zur Einzelzimmernutzung

Die jeweils gültige Kurtaxe wird vor Ort bezahlt.

Fewo: Preise zzgl. Endreinigung, Preise für Mehrpersonenbelegung

auf Anfrage. Halbpension auf vorherige Anfrage im

Strandhotel Fischland direkt im Hotel buchbar.

NS = Nebensaison, ZS = Zwischensaison, HS = Hauptsaison

Kostenlose Zusatzangebote

- » Bademantel, Badeslipper und Badetasche mit Handtüchern für den Wellnessbereich während des Aufenthalts
- » Zwei Flaschen Wasser zur Begrüßung im Hotelzimmer
- » Kostenloser Internetzugang für Hotelgäste
- » Täglich wechselndes Aktivprogramm wie Aqua-Fit, Rückenfit, Yoga u.a. in den Hotels
- » Für Gäste des Strandhotel Fischland: Freie Nutzung des hauseigenen 4.500 m² großen Wellness- und SPA-Bereichs inklusive Pool, Saunalandschaft und großzügigem Fitnessraum sowie einem abwechslungsreichen Kinder- und Jugendprogramm in bestimmten Ferienzeiten
- » Abwechslungsreiches Kinder- und Jugendprogramm in bestimmten Ferienzeiten

Termine

0326:	15.01. – 18.01.26	NS	0333:	25.06. – 28.06.26	HS
0327:	26.02. – 01.03.26	NS	0334:	10.09. – 13.09.26	ZS
0328:	12.03. – 15.03.26	NS	0335:	24.09. – 27.09.26	ZS
0329:	09.04. – 12.04.26	ZS	0336:	08.10. – 11.10.26	ZS
0330:	07.05. – 10.05.26	ZS	0337:	05.11. – 08.11.26	NS
0331:	28.05. – 31.05.26	ZS	0338:	26.11. – 29.11.26	NS
0332:	11.06. – 14.06.26	ZS	0339:	03.12. – 06.12.26	NS

Friedrichroda / Thüringer Wald

ankommen, durchatmen, wohlfühlen

4 Tage



Auf den Terrainkurwegen oder dem Atemlehrpfad kann man gezielt etwas für die Gesundheit tun, individuell oder bei einer Klimawanderung mit einer ausgebildeten Klimatherapeutin. Nicht nur zu Fuß, auch mit dem Rad erkundet man dichte Wälder, und herrliche Aussichten. Auf den Klimालiegen, die an besonders schönen Plätzen der Stadt zu finden sind, findet man Ruhe und Entspannung. Verschiedene weitere Gesundheits- und Aktivangebote runden das Angebot ab, darunter zwei Trinkbrunnen des Heilwassers der „Ludowingerquelle“, vier Kneipp-Tretbecken, ein Aktivpark sowie diverse Wellness- und Therapiemöglichkeiten. Und auch die Kultur kommt in und um Friedrichroda nicht zu kurz. Egal, auf welche Weise man hier seine Zeit verbringt, eines sollte man vor allem tun: tief einatmen und das gesunde Heilklima genießen.

Information zur Unterbringung

Ihnen steht das AHORN Berghotel zur Verfügung, welches keine Wünsche offen lässt. Das AHORN Berghotel Friedrichroda verfügt über eine Vielzahl von Freizeitmöglichkeiten auf dem großen Hotelgelände. Unsere verschiedenen Restaurants, der Biergarten oder die Ludowinger Lounge laden zum verweilen ein. Auch als idealer Ausgangspunkt für Entdeckungstouren in die Klassikstädte oder den Thüringer Wald ist das Hotel bestens geeignet.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen mit Halbpension
- » Entspannungstraining
- » Gesundheitswandern

2
KURSE

Kostenlose Zusatzangebote

- » 1 x Kaffee und Kuchen zur Anreise mit Begrüßung durch den Trainer
- » gesunde VitalEcke morgens und abends, laktose-/ glutenfreie Produkte und Speisen halten wir bereit
- » eine Flasche Wasser bei Anreise kostenfrei auf dem Zimmer
- » vielseitiges Freizeitprogramm und Abend-entertainment: Donnerstag: Spieleabend, Freitag: Unterhaltungsabend mit DJ, Samstag: Tanz mit Live-Musik oder DJ (Änderungen vorbehalten)
- » Nutzung des Hotel-Innenpools (25 x 10 m) und des Fitnessraumes
- » Kostenfreie Nutzung der Thüringer Waldbahn sowie des öffentlichen Regionalverkehrs, während des Aufenthaltes
- » Nutzung der Thüringer Wald Card mit ca. 200 Sehenswürdigkeiten mit ermäßigten Eintrittspreisen
- » Nutzung des Außenpools (Mai - September) witterungsbedingt

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

AHORN Berghotel (Halbpension)

	DZ	EZ
Saison A	291 €	435 €
Saison B	303 €	447 €
Saison C	309 €	453 €

(zzgl. 3 € Kurtaxe pro Person und Nacht)

Termine

0317: 12.03. – 15.03.26	A	0322: 25.06. – 28.06.26	C
0318: 16.04. – 19.04.26	C	0323: 09.07. – 12.07.26	C
0319: 30.04. – 03.05.26	C	0324: 27.08. – 30.08.26	B
0320: 07.05. – 10.05.26	B	0325: 10.09. – 13.09.26	B
0321: 04.06. – 07.06.26	C		



Der Höhlensee in der Marienglashöhle

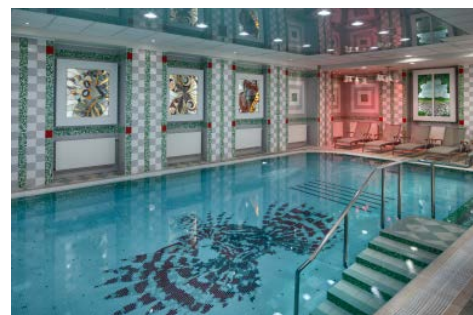
Marienbad / Tschechien

Marienbad – Gesundheit und Wellness mit Tradition.

4 Tage



4 Tage / Halbpension
ab **226 €**
pro Person



Die mineralreichen Heilquellen werden seit Jahrhunderten zur Linderung verschiedener Beschwerden genutzt und bilden die Grundlage für eine breite Palette von Therapien und Anwendungen. Die Kombination aus bewährten Heilmethoden, modernen Wellness-Einrichtungen und der natürlichen Schönheit der Umgebung machen Marienbad zu einem erstklassigen Ziel für alle, die nach Gesundheit und Wohlbefinden streben.

Nutzen Sie die zahlreichen Möglichkeiten für Wanderungen, Radtouren und Naturerkundungen. Traditionelle Gasthäuser und Restaurants bieten authentische tschechische Küche im böhmischen Ambiente zum Genießen.

Im Jahr 2021 wurde Marienbad von der UNESCO in ihre Liste des Weltkulturerbes aufgenommen, was die historische Bedeutung und den kulturellen Reichtum dieser Region unterstreicht.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen mit Halbpension
- » Rücken-Fit (Indoor & im Wasser)
- » Entspannungstraining

2
Kurse

Angebote gegen Entgelt

- » Mineralbad mit Trockenwickeln
- » Paraffinpackung für die Hände
- » Tägliche Nutzung der Wasserlandschaft mit Schwimmbad, Whirlpool und Sauna
- » Internetanschluss (WiFi/WLAN) im gesamten Hotel kostenlos

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Ensana Butterfly Health Spa Hotel****

DZ	EZ
226 €	271 €

Die Kurtaxe von 2 €/Tag wird im Hotel entrichtet.

Termine

0196:	12.02. – 15.02.26	0201:	23.07. – 26.07.26
0197:	05.03. – 08.03.26	0202:	27.08. – 30.08.26
0198:	23.04. – 26.04.26	0203:	10.09. – 13.09.26
0199:	21.05. – 24.05.26	0204:	08.10. – 11.10.26
0200:	18.06. – 21.06.26	0205:	19.11. – 22.11.26

Ich habe ganz Indien, Ceylon, alle Kurstädte Europas bereist, aber nirgendwo auf der Welt hat mich die Poesie der wunderschönen Natur so sehr erfasst, wie hier in Marienbad.

– Edward VII. (1841 – 1910),
Britischer König (seit 1901)

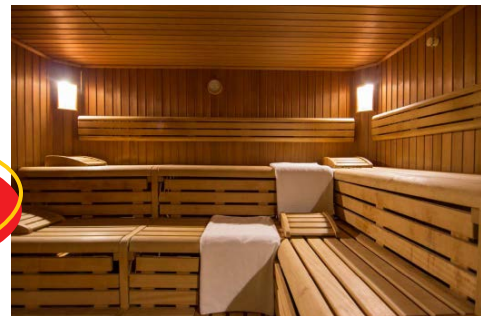
Markdorf/Bodenseekreis

7 Kilometer vom Seeufer entfernt

4 Tage



4 Tage
ab **298 €**
pro Person



Einzigartig. Vielfältig. Familiär.

Mitten in der vielseitigsten Ferienregion Deutschlands erwartet Dich auf dem Wirthshof eine einzigartige Symbiose aus 5-Sterne-Campingplatz, 23 Wohlfühlzimmern im 4-Sterne-Hotel und gemütlichen Komfort-Chalets inkl. Wohnbereich und kleiner Küche. Eine großzügige Saunalandschaft und das gemütliche Wohnzimmer laden zum Entspannen ein. Deine ganz persönlichen Erholmomente findest Du bei einer Massagebehandlung, oder einem leckeren Menü in unserem Restaurant. Sich wohlfühlen, zu sich selbst finden, zufrieden sein. Gastfreundschaft ist im Wirthshof Familientradition.

Information zur Unterbringung

Kurze Wege zum Gesundheitsprogramm – alles an einem Ort. Wähle Deinen Favoriten zwischen 100 m² Komfort-Campingstellplatz, 43 m² Komfort-Chalet und 34 m² Komfort-Doppelzimmer mit Südbalkon (auch für Alleinreisende). Tipp: Wohlfühlzeit verlängern, kostenlos an unserem professionellen Bewegungsprogramm teilnehmen und die Bodenseeregion mit ihren zahlreichen Attraktionen entdecken.

Leistungen A

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück (Campingstellplatz ohne Frühstück)
- » Gesundheitswandern
- » Yoga

2 Kurse

Leistungen B

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück (Campingstellplatz ohne Frühstück)
- » Slow Jogging
- » Yoga

2 Kurse

Leistungen C

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück u. Vitalbuffet (Campingstellplatz ohne Verpflegung)
- » Functional Training
- » Yoga

2 Kurse

Kostenlose Zusatzangebote

- » Bodenseeapfel und Erfrischungsgetränk
- » Aperitif-Gutschein im Restaurant Hofschänke
- » 200 qm Saunalandschaft mit Finnischer Sauna, Bio-Kräuter-Sauna, römischem Dampfbad, Trepidarium, Erlebnisduschen, Tauchbecken und Ruheraum.
- » Saunatasche mit Bademantel (für Hotel- und Chaletgäste) auf Nachfrage
- » Beheiztes Freischwimmbad 12x25 m (geöffnet Mitte Mai bis Mitte September)
- » Sport- und Freizeitanlagen, Minigolf, PitPat, Reaktiv Walking Parcours und professionelles Freizeitprogramm
- » WLAN und Parkplatz kostenlos

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

	DB	EB
Programm A + B		
Komfort-Campingstellplatz*****	168 €	188 €
Hotel Wirthshof**** Komfort DZ	298 €	398 €
Komfort-Chalet Wirthshof	328 €	438 €
Programm C		
Komfort-Campingstellplatz*****	238 €	258 €
Hotel Wirthshof**** Komfort DZ	368 €	478 €
Komfort-Chalet Wirthshof	398 €	498 €

WEITERE INKLUSIVLEISTUNGEN Programm C: Freitag bis Sonntag 12 Uhr bis 18 Uhr: warme Mittagsgesichte, Vitalbuffet, Erfrischungsgetränke, Kaffee und Kuchen, Obst und Snacks. Saunalandschaft am Abreisetag bis 18 Uhr. DB = Doppelbelegung | EB = Einzelbelegung

Termine Programm A

0149:	16.04. – 19.04.26	0152:	24.09. – 27.09.26
0150:	07.05. – 10.05.26	0153:	08.10. – 11.10.26
0151:	11.06. – 14.06.26		

Termine Programm B

0191:	09.04. – 12.04.26	0192:	01.10. – 04.10.26
-------	-------------------	-------	-------------------

Termine Programm C

0193:	12.03. – 15.03.26	0195:	03.12. – 06.12.26
0194:	12.11. – 15.11.26		

Much

Das Bergische

4 Tage



4 Tage
ab 254 €
pro Person



Much – bergisch schön

Grüne Wälder und Wiesen, idyllische Täler mit rauschenden Bächen, malerische Seen und dazwischen urige Fachwerkdörfer – das ist das Bergische Land. Gerade noch im tiefen Wald, zeigt sich im nächsten Moment ein atemberaubender Blick von einem Höhenzug über die Landschaft. In Much können Sie die grüne Ruhe genießen.

Information zur Unterbringung

Das Trans World Hotel Kranichhöhe befindet sich in idyllischer Lage innerhalb einer vielseitigen Ferienregion nahe Köln und Bonn. Dort werden die Gäste mit fantastischer Vielfalt begeistert, Sportler an ihre Grenzen gebracht, Wellnessliebhaber verwöhnt und Feinschmecker mit ausgezeichnete Küche wunschlos glücklich gemacht. Die vielen Freizeitmöglichkeiten drinnen wie draußen machen es zum idealen Ort im bergischen Rhein-Sieg-Kreis. Hier kommt man an und fühlt sich wohl.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Aqua-Fitness
- » Entspannungstraining (Progressive Muskelentspannung)

2
Kurse

Kostenlose Zusatzangebote

- » Begrüßungsgetränk
- » Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad und Saunen
- » Nutzung des Sport Clubs inkl. Teilnahme am Kursprogramm
- » Auswahl an Wanderkarten (z. B. Böllweg), E-Bike Touren u. v. m.
- » WLAN

Angebote gegen Entgelt

- » Beautybehandlungen
- » Massageanwendungen
- » MedyJet-Massage
- » Tennis
- » E-Bike

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

	DZ	EZ
Trans World Hotel Kranichhöhe	254 €	359 €

Halbpension vor Ort zubuchbar

Termine

0093:	08.01. – 11.01.26	0099:	13.08. – 16.08.26
0094:	19.02. – 22.02.26	0100:	03.09. – 06.09.26
0095:	19.03. – 22.03.26	0101:	01.10. – 04.10.26
0096:	09.04. – 12.04.26	0102:	05.11. – 08.11.26
0097:	28.05. – 31.05.26	0103:	10.12. – 13.12.26
0098:	23.07. – 26.07.26		



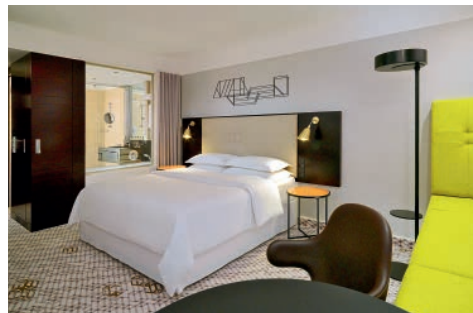
München

Weltstadt mit Herz

4 Tage



4 Tage
ab **234 €**
pro Person



Kultur-Highlights von Weltrang, internationale Spitzenküche, exklusive Shopping-Welten und ein spektakuläres Umland

Entdecken Sie München von seiner schönsten Seite, mit dem Four Points by Sheraton München Arabellapark Hotel★★★★. Wenige U-Bahnstationen von der City und nur ein paar Geh-Minuten vom Englischen Garten entfernt, erleben Sie bei uns die besondere Mischung aus aufregendem Stadtleben und bayerischer Gemütlichkeit, die München so einzigartig macht.

Information zur Unterbringung

Wellness- und Poolbereich im 23. Stock – mit Panoramafenster: Beste Aussicht auf die Alpen! Erleben Sie Wellness und Fitness in neuen Dimensionen. Der rund 800 m² große Wellnessbereich mit Pool, Sauna und Spa erwartet Sie auf der 22. und 23. Etage. Genießen Sie dabei einen einzigartigen Ausblick über die Dächer Münchens.

Leistungen Programm A

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Krafttraining durch Rückenfit

1 Kurs

Leistungen Programm B

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Ausdauertraining durch Nordic Walking

1 Kurs

Kostenlose Zusatzangebote

- » Nutzung des Wellness- und Poolbereiches auf der 23. Etage
- » 24 Stunden Zugang zum Fitnessbereich
- » Hydrojet Massage (10 Min.)

Angebote gegen Entgelt

- » Spezialangebot zu den Terminen: -10 % auf Wellnessmassagen und Beautyanwendungen

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

	DZ	EZ
Four Points by Sheraton München Arabellapark Hotel★★★★	234 €	434 €

Termine Programm A

0305:	15.01. – 18.01.26	0311:	19.03. – 22.03.26
0306:	22.01. – 25.01.26	0312:	05.11. – 08.11.26
0307:	05.02. – 08.02.26	0313:	19.11. – 22.11.26
0308:	12.02. – 15.02.26	0314:	03.12. – 06.12.26
0309:	05.03. – 08.03.26	0315:	10.12. – 13.12.26
0310:	12.03. – 15.03.26	0316:	17.12. – 20.12.26

Termine Programm B

0289:	09.04. – 12.04.26	0297:	09.07. – 12.07.26
0290:	23.04. – 26.04.26	0298:	06.08. – 09.08.26
0291:	30.04. – 03.05.26	0299:	13.08. – 16.08.26
0292:	14.05. – 17.05.26	0300:	20.08. – 23.08.26
0293:	21.05. – 24.05.26	0301:	03.09. – 06.09.26
0294:	04.06. – 07.06.26	0302:	10.09. – 13.09.26
0295:	11.06. – 14.06.26	0303:	15.10. – 18.10.26
0296:	02.07. – 05.07.26	0304:	22.10. – 25.10.26



Oberaichwald / Latschach

in Kärnten / Österreich

Ankommen, wohlfühlen, umsorgt sein – Genau Meins!

4 Tage



4 Tage
ab **288 €**
pro Person



Idyllische Landschaft und Natur pur

Das Dorf SCHÖNLEITN liegt idyllisch, im Herzen Kärntens nur wenige Minuten vom Faaker See und vom Aichwaldsee entfernt. Hier trifft Tradition auf Moderne und typische Kärntner Gastfreundlichkeit sorgt für ein Gefühl des Wohlfühlens. Bewegte Zeiten sind hier absolut garantiert, zwischen Bergen und See.

Einen ganz besonderen Charme versprühen die 400-jährigen, liebevoll restaurierten Kärntner Bauernhäuser, in wunderschöner Naturkulisse. Hier erwarten Sie geschmackvoll eingerichtete Appartements und exklusive Suiten, die alles für einen gemütlichen oder aktiven Urlaub bereithalten.

Zusätzliche Information

BIBI's Kinderwelt (ab 3 Jahren): Abwechslungsreiches Kinderprogramm während der Hochsaison, in Ferienzeiten & an langen Wochenenden. Ganzjährig betreuter Kinderclub an 5 Tagen pro Woche zu Hotel-Öffnungszeiten. Wochentage können je nach Saison variieren.

Jugendclub Mountainsplash 2.0: Spannendes Jugendprogramm während der Hochsaison, in Ferienzeiten & an langen Wochenenden.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen wahlweise mit Frühstück oder Halbpension (exkl. Kurtaxe)
- » Rücken-Fit

1 KURS

Kostenlose Zusatzangebote

- » Willkommensgetränke im Appartement
- » Eintritt in ein umliegendes Strandbad im Sommer
- » Verleih von Wanderrucksäcken, Stöcken, Kartenmaterial, Schneeschuhen etc.
- » Nutzung des hoteleigenen SPA & Wellnessbereichs inkl. Hallenbad, Kräuter Sauna, Finnischer Sauna, Panorama-Sauna, Infrarotkabine, großem Außenpool, Ruheräume & Fitnessraum
- » Erlebnis CARD der Region Villach
- » Transfer vom Bahnhof Faak am See (bei Voranmeldung)
- » WLAN im Hotel
- » Parkplätze
- » Gäste-Aktivprogramm inkl. geführte Wanderungen

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Naturel Hotels & Resorts Dorf SCHÖNLEITN Appartement (Felsenfest oder Schwindelfrei)	DZ	EZ
mit Frühstück	288 €	348 €
mit Halbpension	399 €	459 €

DZ bei Appartement = Preis bei 2-Pers.-Belegung pro Person, EZ bei Appartement = Preis bei Einzelbelegung
Der Preis pro Person versteht sich exkl. der örtlichen Kurtaxe, die beim Gastgeber vor Ort zu zahlen ist.

Termine

0121:	08.01. – 11.01.26	0124:	12.11. – 15.11.26
0122:	14.05. – 17.05.26	0125:	26.11. – 29.11.26
0123:	03.09. – 06.09.26	0126:	10.12. – 13.12.26



Sibyllenbad

Kur und Wellness pur!

5 Tage



5 Tage
ab **329 €**
pro Person



Sibyllenbad – tut einfach gut!

Schöpfen Sie aus der Fülle der Natur: kombinieren Sie Achtsamkeit mit gesunder Ernährung, Waldwissen mit der heilsamen Wirkung. Begeben Sie sich mit einem Team zertifizierter Outdoor-Trainer auf eine abwechslungsreiche Entdeckungsreise. Atmen Sie bewusst und tief und spüren Sie die entspannenden und zugleich anregenden Effekte der Waldluft. Hören, riechen, sehen, schmecken, fühlen – aktivieren Sie ihre Sinne. Erleben Sie mit den angebotenen Impulsen die wohltuende und stärkende Natur. Tauchen Sie mit wissenswerten Details in das Ökosystem Wald ein. Lernen Sie essbare Wildpflanzen zu erkennen und erfahren Sie hilfreiches zu deren Verwendung und den gesunden Wirkstoffen für eine natürliche und ausgewogene Ernährung und Anwendung.

Neu ab September 2025 im Sibyllenbad

Umgestalteter Außenbereich mit moderner Kneippanlage und Warm- und Kalt-Wasserbahn – für ein erfrischendes Wechselbad der Sinne. Die Verdunstungsgrotte wurde in ein stilvolles Caldarium umgewandelt – sanftes Schwitzen bei 50 °C trifft auf belebende Abkühlung. Ideal zur Stärkung von Kreislauf und Immunsystem!

Vegetarische, vegane, laktose- und glutenfreie Kostformen auf Anfrage möglich.

Leistungen

- » 4 Übernachtungen mit Frühstück
- » inkl. Kurtaxe
- » Gesundheitswandern
- » Gesunde Ernährung

2
Kurse

Kostenlose Zusatzangebote

- » Täglicher Eintritt in die Bade- und Saunalandschaft (Dienstag ab 17.00 Uhr Damen-Wellness-Tag). Das Bad kann bis zu 7x am Tag verlassen werden!
- » Nutzung von Nordic Walking-Stöcken
- » Möglichkeit zur Teilnahme an Aquarobic, Wassergymnastik oder an den Workshops Ernährung und Stressmanagement
- » Gästekarte mit vielen kostenlosen „Schmankerln“
- » Überreichung eines Erinnerungsgeschenkes im Rahmen des Abschlussgespräches in der Gäste-Information

Zusätzliche Information

- » Wohlfühlmaßnahmen in der medizinischen oder der Wellnessabteilung z. B. entspannende Massagen, pflegende Packungen im Wasserbett und vieles mehr.
- » Mitgebrachte Heilmittelverordnungen können nach frühzeitiger telefonischer Terminvereinbarung in unserer Physiotherapie abgegeben und abgerechnet werden.

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Saisonpreise A & B

	DB	EB
Pension***	329 €	365 €
Appartement-Hotel Sibyllenbad	379 €	415 €
Landschloss Ernestgrün***	419 €	489 €
Kurhotel Pyramide****		
Saison A	399 €	519 €
Saison B	425 €	539 €

Halbpension (Wohlfühlmenü) vor Ort buchbar (84 € / 4 Tage, in verschiedenen Gaststätten einzulösen)

Appartement-Hotel Sibyllenbad und Kurhotel Pyramide mit Bademantelgang zum Kurmittelhaus

Anreise zu den Unterkünften mit dem PKW empfohlen.

DB = Doppelbelegung, EB = Einzelbelegung

Termine

0157:	07.06. – 11.06.26 A	0160:	06.09. – 10.09.26 B
0158:	26.07. – 30.07.26 A	0161:	20.09. – 24.09.26 B
0244:	16.08. – 20.08.26 B		

Travemünde

Travemünde an der Ostsee

3 oder 4 Tage



3 Tage
ab **235 €**
pro Person



Herzlich willkommen zu deiner Wochenend-Auszeit am Meer in Travemünde an der Ostsee!

Sei bereit für Meer, Strand und eine Brise Wind. Du bist eingeladen zu einem Spaziergang an der Strandpromenade, wo dich frische Seeluft, kreischende Möwen und Meeresrauschen begleiten. Die idyllische Altstadt mit den schönen Fischrestaurants und den gemütlichen Cafés laden dich danach zu frischem Fisch und Lübecker Marzipantorte ein. Freu dich auf Wellness am Meer in der Lübecker Bucht.

Information zur Unterbringung

Die Unterbringung erfolgt in Comfortzimmern des ★★★★★Maritim Strandhotel. Hier genießt du in direkter Strandlage den weiten Blick über Strand und Meer oder das imposante Hafengeschehen.

Ein Wellnessbereich mit Schwimmbad und Sauna steht für dich kostenfrei zur Verfügung.

Die Kurseinheiten finden im Seminarraum des Hotels oder bei guter Wetterlage draußen am Strand statt.

Leistungen Programm A

- » 2 Übernachtungen mit Frühstück
- » Yoga

1 KURS

Leistungen Programm B

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Rücken-Fit (Indoor & Outdoor)

1 KURS

Kostenlose Zusatzangebote

- » Freie Nutzung des Schwimmbades
- » Mitnutzung des Saunabereiches
- » Bademantel
- » Täglich nach Bedarf eine Flasche Wasser auf dem Zimmer

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

**Maritim Strandhotel
Travemünde★★★★**

Programm A

Saison A	235 €	280 €
Saison B	240 €	300 €
Saison C	260 €	340 €

Programm B

Saison A	318 €	385 €
Saison C	355 €	475 €

DZ

EZ

Termine Programm A

0001: 06.02. – 08.02.26	A	0009: 04.09. – 06.09.26	C
0002: 13.03. – 15.03.26	B	0004: 09.10. – 11.10.26	B
0003: 05.06. – 07.06.26	C		

Termine Programm B

0005: 26.02. – 01.03.26	A	0008: 03.12. – 06.12.26	A
0006: 30.04. – 03.05.26	C		

A = Saison A, B = Saison B, C = Saison C

Der Preis pro Person versteht sich exkl. der örtlichen Kurtaxe, die beim Gastgeber vor Ort zu zahlen ist.



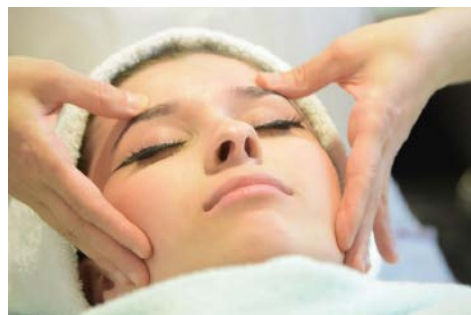
Warnemünde

Frische Brise und Schiffe gucken – Ihre Auszeit an der Ostsee!

5 Tage



5 Tage
ab **269 €**
pro Person



Aktive Gesundheit im Hotel „Am Alten Strom“

Warnemünde ist das ideale Erholungsziel für alle Ostsee-Liebhaber. Das Fischerdorf bei Rostock beeindruckt durch seinen breiten, weißen Sandstrand, frische Meeresluft und den idyllischen Alten Strom. Entdecken Sie Warnemünde bei Hafenrundfahrten oder Spaziergängen, erkunden Sie Ausflugsziele in der Umgebung und genießen Sie Ihren Aufenthalt an der Ostsee.

Informationen zur Unterbringung

Unser Hotel „Am Alten Strom“ liegt im Herzen von Warnemünde nur wenige Gehminuten vom Strand entfernt, in unmittelbarer Nähe des Bahnhofs und zahlreicher Freizeitmöglichkeiten. Besuchen Sie das Wellness-Vital-Thalasso-Zentrum des Hotels und gönnen Sie sich mit entspannenden Massagen und Wellnessanwendungen Verwöhnmomente. Die komfortabel ausgestatteten und individuell gestalteten Zimmer bieten Ihnen nach einem ereignisreichen Tag einen Erholungshafen. Fast alle Zimmer sind mit einem Aufzug erreichbar. Das „Restaurant am Strom“, das Café „Mahlwerk“ und die Lobby-Bar „Zur Galeone“ laden Sie mit köstlichen Spezialitäten und Getränken zum Genießen ein!

Leistungen Programm A

2 KURSE

- » 4 Übernachtungen mit Frühstück
- » Kurtaxe
- » Faszientraining
- » Progressive Muskelentspannung

Leistungen Programm B

2 KURSE

- » 4 Übernachtungen mit Frühstück
- » Kurtaxe
- » Gesundheitswandern
- » Progressive Muskelentspannung

Leistungen Programm C

2 KURSE

- » 4 Übernachtungen mit Frühstück
- » Kurtaxe
- » Rückenschule
- » Progressive Muskelentspannung

Kostenlose Zusatzangebote

- » Saunanutzung
- » Eine Flasche Wasser am Anreisetag
- » Freies WLAN
- » Tägliche Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Hotel „Am Alten Strom“	DZ	EZ
Saison A	269 €	329 €
Saison B	329 €	389 €
Saison C	379 €	439 €

Halbpension mini oder Halbpension (2- oder 3-Gang Menü) im „Restaurant am Strom“ auf Anfrage zubuchbar.
Tiefgaragenstellplatz auf Anfrage gegen Gebühr zubuchbar.
Massagen und Kosmetikanwendungen vor Ort zubuchbar.

Termine Programm A

0116: 18.01. – 22.01.26 A	0119: 25.10. – 29.10.26 B
0117: 15.02. – 19.02.26 A	0120: 15.11. – 19.11.26 A
0118: 12.04. – 16.04.26 B	

Termine Programm B

0109: 07.06. – 11.06.26 C	0111: 23.08. – 27.08.26 C
0110: 19.07. – 23.07.26 C	0112: 13.09. – 17.09.26 C

Termine Programm C

0113: 15.03. – 19.03.26 A	0115: 27.09. – 01.10.26 B
0114: 03.05. – 07.05.26 C	

EXTRA FÜR SIE: Das Well-Aktiv-Team nutzt auch in der Nebensaison je nach Wetter und Organisation die Möglichkeit, einzelne Einheiten während des Programms A und C gegen „Gesundheitswandern“ auszutauschen. Somit bietet Ihnen das Programm eine gelungene Abwechslung und gemeinsames Erkunden der Ostseelandschaft.

Wipptal in Tirol / Österreich

Gesundheitswandern und Yoga in Tirols unberührter Bergwelt

5 Tage



5 Tage
ab **289 €**
pro Person



Kräfte sammeln, wo es am schönsten ist.

Das Tiroler Wipptal mit seinen fünf Bergtälern liegt zwischen der Alpenstadt Innsbruck und dem Brenner, inmitten einer faszinierenden Gebirgslandschaft mit intakter Natur. Während Ihres Aufenthaltes lernen Sie unsere Bergtäler auf unseren zahlreichen und landschaftlich reizvollen Wanderwegen kennen. Die Wege entlang naturbelassener Wildbäche und der Aufenthalt an smaragdgrünen Bergseen belebt und beruhigt unsere Sinne und unser Gemüt. Sie erleben echte Tiroler Gastfreundschaft und authentische Begegnungen mit einzigartigen Menschen, die bleibende Eindrücke hinterlassen.

Unsere zertifizierten GesundheitswanderführerInnen (Programm A) und unsere zertifizierte Yogalehrerin (Programm B) begleiten Sie auf Ihrem Weg durch die Natur. Profitieren Sie von der Bewegung in unserer therapeutischen Berglandschaft, der reinen Luft und stärken Sie dadurch Ihre Abwehrkräfte.

Leistungen Programm A

- » 4 Übernachtungen mit **Frühstück**
- » Kurtaxe
- » Gesundheitswandern

1 KURS

Leistungen Programm B

- » 4 Übernachtungen mit **Halbpension**
- » Kurtaxe
- » Yoga (zusätzlich 3 Bergwanderungen à 4 Stunden inklusive)

1 KURS

Kostenlose Zusatzangebote

- » Zirbenholz-Sauna „Schwitzstube“ (90°), Dampfbad, Eisbrunnen, Infrarotkabine, Panorama-Ruheraum, Yogaraum, Bergsteiger- und Natur Bibliothek, Sonnenterrasse
- » Kostenfreie Parkplätze
- » WLAN
- » Wanderstockverleih
- » Gästekarte = Fahrkarte für öffentliche Verkehrsmittel in der Region Wipptal (Bus + Bahn)
- » Organisierte Transfers zu den Ausgangspunkten

Preise pro Person

bei Kassenzuschuss von 125 € (1-Kurs) bzw. 200 € (2-Kurse) für das Gesundheitsprogramm

Almi's Berghotel***

	DZ	EZ
Programm A	289 €	399 €
Programm B	409 €	519 €

Halbpension beim Programm Gesundheitswandern vor Ort im Hotel zubuchbar!

Verlängerungstage: Je nach Verfügbarkeit und auf Anfrage direkt über das Hotel

Bei den Yoga-Terminen ist die Halbpension inklusive.

Termine Programm A

0207:	10.06. – 14.06.26	0210:	12.07. – 16.07.26
0209:	27.06. – 01.07.26	0206:	01.10. – 05.10.26
0208:	01.07. – 05.07.26		

Termine Programm B

0211:	30.05. – 03.06.26	0214:	02.08. – 06.08.26
0212:	14.06. – 18.06.26	0215:	27.09. – 01.10.26
0213:	05.07. – 09.07.26		

Los geht's!

Sie haben 2 Möglichkeiten sich zum Well-Aktiv Gesundheitsangebot anzumelden. Am Ende erwartet Sie immer eine kompakte Präventionsmaßnahme zu den Bereichen Bewegung, Entspannung und Ernährung – ein komprimiertes Kursprogramm, das höchsten Qualitätsansprüchen genügt.

Well-Aktiv gibt Ihnen Anregungen zur Gesunderhaltung – zu Hause, im Beruf oder in der Freizeit.



ONLINE ANMELDUNG

Ihre Anmeldung geht direkt bei uns ein. Wir kümmern uns um die Anforderung des Kassenzuschusses zum Gesundheitsprogramm bei der teilnehmenden Krankenkasse des Teilnehmers.

SCHRITT 1

Suchen Sie sich das **passende Angebot** aus unter www.wellaktiv.info.

SCHRITT 2

Tragen Sie online Ihre Daten in die **Anmeldemaske** ein.

SCHRITT 3

AGB akzeptieren und über den Button „Online Anmeldung“ absenden.



www.wellaktiv.info

ONLINE-ANMELDUNG

ONLINE-ANMELDUNG

Den Rest erledigen wir. Ihre Anmeldung wird dann an den Gesundheitsservice zur weiteren Bearbeitung weitergeleitet. Der Gesundheitsservice kümmert sich um die Einforderung des Zuschusses zum Gesundheitsprogramm bei den teilnehmenden Krankenkassen. Sie erhalten eine automatische Bestätigung, wenn die Übermittlung erfolgreich war.

Innerhalb weniger Tage erhalten Sie eine **Rückmeldung** zu Ihrer Anmeldung. Wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht wurde, erhalten Sie dann über den Kurbetrieb/Hotel spätestens 4 Wochen vor Beginn des Programms eine **Reservierungsbestätigung** und weitere Informationen. Bitte beachten Sie, dass es sich bei einer Anmeldung um eine verbindliche Buchungsanfrage handelt.

Sollte Ihre Krankenkasse kein teilnehmender Kooperationspartner von Well-Aktiv sein und/oder keinen oder einen geringeren Zuschuss zum Gesundheitsprogramm als 200 Euro (2 Kurse) / 125 Euro (1 Kurs) zur Verfügung stellen, so werden die verbleibenden Kosten durch den Well-Aktiv-Ort / die Unterkunft Ihnen in Rechnung gestellt. Sie erhalten nach Beendigung der Well-Aktiv-Maßnahme eine Teilnahmebescheinigung zur möglichen Abrechnung Ihrer Präventionskosten mit der Krankenkasse. Wir empfehlen, sich im Vorfeld des Well-Aktiv-Programms bei der Krankenkasse hinsichtlich der Bezuschussung zu informieren.

Die Regelungen zur Zuschusshöhe sind in der jeweils geltenden Satzung der Krankenkasse geregelt.

STANDARD ANMELDUNG

Sie senden den ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldecoupon (per Fax, Mail, Post) an Ihre Krankenkasse.

SCHRITT 1

Suchen Sie sich das **passende Angebot** im Katalog aus.

SCHRITT 2

Tragen Sie Ihre Daten in das **Anmeldeformular** ein. Das Anmeldeformular finden Sie in diesem Katalog auf der folgenden Seite oder unter www.wellaktiv.info (Anmeldung und Kosten). Nur unterschriebene Anmelde-Coupons können berücksichtigt werden.

SCHRITT 3

Bitte **senden** Sie die Anmeldung (per Fax, Mail, Post) an Ihre Krankenkasse. Diese prüft die leistungsrechtlichen Voraussetzungen, legt den Kassenzuschuss zum Gesundheitsprogramm fest und leitet uns die Anmeldung zur weiteren Bearbeitung weiter.



BITTE ALLES IN DRUCKBUCHSTABEN AUSFÜLLEN!

Ich bitte um folgende verbindliche Buchung für insgesamt _____ Person(en)

verbindliche Alternative (falls ausgebucht)

Gutscheincode _____

*Angebots-Nr. (z. B. 0073) _____ ☐ 1 Kurs ☐ 2 Kurse

_____ ☐ 1 Kurs ☐ 2 Kurse

Ort (z. B. Sibyllenbad) _____

*Gewünschte Unterkunft (z. B. Hotel/Name) _____

Zeitraum (TT. MM. – TT. MM. JJ) _____

*Ich benötige: _____ x Einzelzimmer / _____ x Doppelzimmer / _____ x Ferienwohnung(en) / _____ x Wohnmobilstellplatz / Besonderheiten _____
z. B. Allergiker / Zimmerwunsch

Gewünschtes Hotel / Pension / gewünschte Fewo (sofern frei) _____

Person 1 (verantwortlich für die Anmeldung)		☐ m	☐ w	☐ d
*Name, Vorname	_____			
*Geburtsdatum	_____			
*Straße	_____			
*PLZ, Wohnort	_____			
*Telefon (privat/dienstlich)	_____			
E-Mail	_____			
*Krankenkasse	_____			
*Versicherten Nr.	_____			
☐ Bitte informieren Sie mich zukünftig kostenlos über neue Angebote per E-Mail/Post ☐ Ich bin Selbstzahler ohne Krankenkassenzuschuss ☐ Ich bin Begleitperson ohne Programmteilnahme				

Sollten mehr als 2 Personen angemeldet werden, bitte separaten Anmelde-Coupon ausfüllen!

Person 2		☐ m	☐ w	☐ d
*Name, Vorname	_____			
*Geburtsdatum	_____			
*Straße	_____			
*PLZ, Wohnort	_____			
*Telefon (privat/dienstlich)	_____			
E-Mail	_____			
*Krankenkasse	_____			
*Versicherten Nr.	_____			
☐ Bitte informieren Sie mich zukünftig kostenlos über neue Angebote per E-Mail/Post ☐ Ich bin Selbstzahler ohne Krankenkassenzuschuss ☐ Ich bin Begleitperson ohne Programmteilnahme				

* ☐ (bitte ankreuzen) Ja, ich erkenne die allgemeinen Bedingungen (letzte Innenseite des aktuellen Well-Aktiv-Kataloges „Das sollten Sie wissen“) an.

Ich bin damit einverstanden, dass der Anmelde-Coupon mit den Daten aller angegebenen Personen an die Gesundheitsservice Management GSM GmbH der Betriebskrankenkassen bzw. an die Leistungsanbieter weitergeleitet wird. Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich aus beruflichen oder privaten Gründen (z. B. unregelmäßige Arbeitszeiten, hohe zeitliche familiäre Belastung) an mehrwöchigen wohnortnahen Maßnahmen zur Primärprävention nicht teilnehmen kann. Bitte beachten Sie, dass ein Vertrag zwischen Teilnehmer und Well-Aktiv-Ort/Unterkunft entsteht.

Datum _____ Unterschrift des Versicherten (verantwortlich für die Anmeldung) _____

* Zu allen so gekennzeichneten Pflichtfeldern benötigen wir Ihre Angaben, um diese Well-Aktiv-Anmeldung bearbeiten zu können – auch für alle weiteren angemeldeten Personen.

KOSTENZUSAGE DER KRANKENKASSE (Nur von der Krankenkasse auszufüllen!)

Zuschusshöhe	Zuschusshöhe	Stempel, Datum,
Person 1 _____ €	Person 2 _____ €	Unterschrift der Krankenkasse _____



► Das sollten Sie wissen

Die **WELL-AKTIV-Kompaktprogramme** bestehen entweder aus einem Präventionskurs mit 10 Einheiten oder aus zwei Präventionskursen mit insgesamt 16 Einheiten aus unterschiedlichen Präventionsbereichen – z. B. Rückenschule (Bewegung) und Autogenes Training (Entspannung). Die Kurse finden über einen Zeitraum von 3 bis 5 Tagen mit entsprechend 2 bis 4 Übernachtungen statt. Die Well-Aktiv-Programme sollen Sie dabei unterstützen, Ihre Gesundheit zu erhalten. Für die Behandlung vorhandener Gesundheitsprobleme sind sie nicht vorgesehen.

Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen können alle Versicherten der angeschlossenen Krankenkassen sowie deren Angehörige, Partner und Freunde ab 14 Jahren. Voraussetzung ist eine ausreichende körperliche Verfassung. Im Zweifelsfall fragen Sie bitte Ihren Arzt.

Personen, die bei einer nicht am Projekt beteiligten Krankenkasse versichert sind, zahlen entsprechend, zusätzlich zum Katalogpreis (= Eigenanteil für Unterkunft und ggf. Verpflegung), die Kosten von 125 € (ein Präventionskurs) bzw. 200 € (zwei Präventionskurse) für das Gesundheitsprogramm selbst. Gegebenenfalls erstattet Ihre Krankenkasse die Kosten für das Gesundheitsprogramm komplett oder anteilig. Bitte nehmen Sie vor Reiseantritt Kontakt mit Ihrer Krankenkasse auf. Begleitpersonen können auch ohne Programmteilnahme mit anreisen. Bitte erfragen Sie die Unterkunftspreise direkt beim Veranstalter.

Kostenübernahme durch die Krankenkasse

Die Kompaktkurse sind Präventionsmaßnahmen entsprechend den gesetzlichen Grundlagen nach § 20 SGB V, erfüllen gleichzeitig die Vorgaben des aktuellen „Leitfaden Prävention“ und sind bezuschussungsfähig. Die Kostenübernahme ist durch die Satzung Ihrer Krankenkasse geregelt. Sofern die leistungsrechtlichen Voraussetzungen erfüllt sind, bezuschusst Ihre Krankenkasse die Kosten für das ordnungsgemäß abgeschlossene Gesundheitsprogramm in Höhe von in der Regel bis 125 € (ein Präventionskurs) bzw. 200 € (zwei Präventionskurse). Die Kostenzusage der Krankenkasse ist nur gültig, wenn auch zum Zeitpunkt der Programmteilnahme die Mitgliedschaft bei der Krankenkasse noch besteht. Im Falle eines Kassenwechsels müssen Sie mit der neuen Krankenkasse die Kostenübernahme klären und unseren Gesundheitsservice informieren. Sie können jedes Jahr an einem Well-Aktiv-Programm teilnehmen. Jahreszeitenbedingt oder aus aktuellem Anlass, z. B. Wetterlage, sind Änderungen im Programm möglich. Wertebüßen sind damit jedoch nicht verbunden.

Bestätigung der aktiven Teilnahme

Nur die vom Well-Aktiv-Ort / der Unterkunft bestätigte und nachgewiesene regelmäßige Teilnahme am Gesundheitsprogramm berechtigt zu dem im Prospekt ausgewiesenen günstigen „Krankenkassen-Tarif“.

Die Preise

Die im Katalog abgedruckten Preise beinhalten Ihren Eigenanteil für Unterkunft, Verpflegung und Zusatzleistungen, einschließlich der Umsatzsteuer und sonstiger Preisbestandteile. Berechnungsgrundlage für die im Katalog aufgeführten Preise ist ein Zuschuss Ihrer Kasse von 200 € für zwei Kurse und ein Zuschuss von 125 € für einen Kurs – **beim Katalogpreis bereits in Abzug gebracht**. Die Zuschussbeträge rechnet der Ort nach erfolgreicher Teilnahme direkt mit der Krankenkasse ab. Der Zuschuss kann von Kasse zu Kasse abweichen. Sollte die Zuschusshöhe Ihrer Krankenkasse davon abweichen bzw. Sie Ihr Präventionsbudget bereits (teilweise) ausgeschöpft haben, muss der Differenzbetrag zum Katalogpreis hinzugerechnet werden. Gewährt Ihre Krankenkasse Ihnen einen höheren Zuschuss zum Gesundheitsprogramm als den oben genannten, darf diese Differenz von den im Katalog abgebildeten Preisen abgezogen werden. Zahlungen sind ausschließlich an den Veranstalter vorzunehmen. Zusätzliche Leistungen (z. B. Vollpension) müssen separat mit den Unterkunftsbetrieben abgerechnet werden. Unser Service ist für Sie kostenlos.

Die Buchung ist auch als Selbstzahler möglich (Katalogpreis + 200 € bzw. 125 € für das Gesundheitsprogramm).

Die Kosten für An- und Rückreise (Auto, Bus, Bahn, Fähre etc.) trägt der Teilnehmer. Wir empfehlen bei der Anreise mit Bus, Bahn oder Fähre jeweils frühzeitig eine Reservierung vorzunehmen.

Anmelden – so einfach geht das ...

Sie wählen ein Programm aus dem Angebot dieses Kataloges und senden den **Anmelde-Coupon an Ihre Krankenkasse**. Der Anmelde-Coupon wird an die Gesundheitsservice Management GSM GmbH der Betriebskrankenkassen bzw. an die Leistungsanbieter weitergeleitet. Nach Eingang Ihrer Anmeldung wird sich unser Gesundheitsservice bzw. der Veranstalter vor Ort bezüglich der weiteren Abwicklung mit Ihnen in Verbindung setzen.

Die Teilnehmerzahl je Kurs ist begrenzt – bitte nennen Sie uns deshalb Alternativtermine. Eine Reservierungsbestätigung erhalten Sie, sobald die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist – spätestens aber vier Wochen vor Reisebeginn. Telefonische Vorreservierungen sind nicht möglich. Sie zahlen den im Prospekt ausgewiesenen Eigenanteil für Übernachtung und Verpflegung. Die Kosten für das Gesundheitsprogramm werden von uns direkt mit dem Leistungspartner abgerechnet.

Allgemeine Rechte und Pflichten

Durch die Zusendung des ausgefüllten Anmelde-Coupons beauftragen Sie uns mit der schriftlichen Anmeldung am gewünschten Well-Aktiv-Ort für alle im Coupon genannten Personen. Dies gilt auch für die verbindlich aufgeführten Alternativen. Mit der Reservierungsbestätigung durch den Well-Aktiv-Ort / die Unterkunft an den Teilnehmer kommt zwischen dem Teilnehmer und dem Well-Aktiv-Ort / der Unterkunft ein Reisevertrag zustande.

Datenverarbeitung

Der Gesundheitsservice gewährleistet eine angemessene Sicherheit bei der Verarbeitung Ihrer Daten. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie auch auf www.wellaktiv.info.

Zweckbindung

Der Gesundheitsservice verpflichtet sich, Ihre Daten nur dem Zweck angemessen und sachlich relevant sowie auf das für den Zweck der Datenverarbeitung notwendige Maß beschränkt zu verarbeiten.

Widerrufsrecht

Die Einwilligung zur Verarbeitung Ihrer Daten – auch einzelner Daten – können Sie jederzeit widerrufen. Dazu genügt es, Ihren Widerruf an info@gsm-gesund.de zu senden.

Betroffenenrechte

Es ist für uns selbstverständlich, Ihre Rechte erkennbar zu wahren und sicherzustellen. Jede betroffene Person hat hinsichtlich ihrer Daten das Recht auf Auskunft einschl. Datenübertragung sowie Berichtigung und Löschung ihrer Daten. Zudem können Sie eine Einschränkung der Verarbeitung verlangen und der Verarbeitung widersprechen.

Bei Anregungen oder Kritik zum Datenschutz wenden Sie sich bitte an uns: datenschutz@gsm-gesund.de | Tel.: 0214 35769-444 | Fax: 0214 35769-170. Beschwerden hinsichtlich des Datenschutzes können Sie an die zuständige Datenschutzaufsichtsbehörde richten.

Reiserücktritt / Stornierung / Umbuchung / Verlängerungen

Eine Termin-Stornierung oder -Umbuchung des gebuchten Programms ist bis maximal 30 Tage vor Terminstart möglich. Bei Reiserücktritt, Stornierung oder bei Umbuchung des gebuchten Well-Aktiv-Programms können beim Veranstalter Bearbeitungsgebühren pro Buchung sowie eventuell nicht unerhebliche Stornierungskosten entstehen. Diese richten sich nach dem Reiserecht und sind vom Eingang der Rücktrittserklärung/Stornierung/Umbuchung abhängig, die schriftlich per Post, Fax (0214 35769-171) oder E-Mail (stornierung@gsm-gesund.de) beim Gesundheitsservice einzureichen ist. Wir empfehlen deshalb den Abschluss einer speziellen Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Unter www.wellaktiv.info/rv können Sie ganz unkompliziert direkt eine **Reiserücktrittsversicherung** bei unserem Partner, **MDT travel underwriting GmbH**, abschließen.

Vermittler dieser Reiserücktrittsversicherung ist:

Gesundheitsservice Management GSM GmbH

Dönhoffstr. 27 | 51373 Leverkusen

Natürlich steht es Ihnen frei, alternativ bei einem anderen Versicherungsunternehmen eine Versicherung abzuschließen.

Kontakt Daten der Beschwerde- und Schlichtungsstelle (sog. „Ombudsmann“):

Versicherungsombudsmann e. V.

Postfach 080632 | 10006 Berlin | Telefon: 0800 3696000 | Fax: 0800 3699000

E-Mail: beschwerde@versicherungsombudsmann.de

Homepage: www.versicherungsombudsmann.de

Was Sie bedenken sollten:

Der Veranstalter kann vom Vertrag zurücktreten wenn bis vier Wochen vor Beginn des Well-Aktiv-Programms die Mindestteilnehmerzahl noch nicht erreicht wurde. Wir werden Sie dann unverzüglich über die Nichtdurchführung und mögliche Alternativangebote informieren.

Selbstverständlich können Sie die Well-Aktiv-Programme nutzen, um weitere Tage in den schönen Orten zu verbringen. Dies geschieht auf eigene Rechnung, wobei der Veranstalter bei der Zimmerreservierung jederzeit gerne behilflich ist.

Weitere Informationen zu den Programmen, Unterkünften sowie freien Terminen erhalten Sie unter

► www.wellaktiv.info

► Service-Telefon: 0214 35769-444

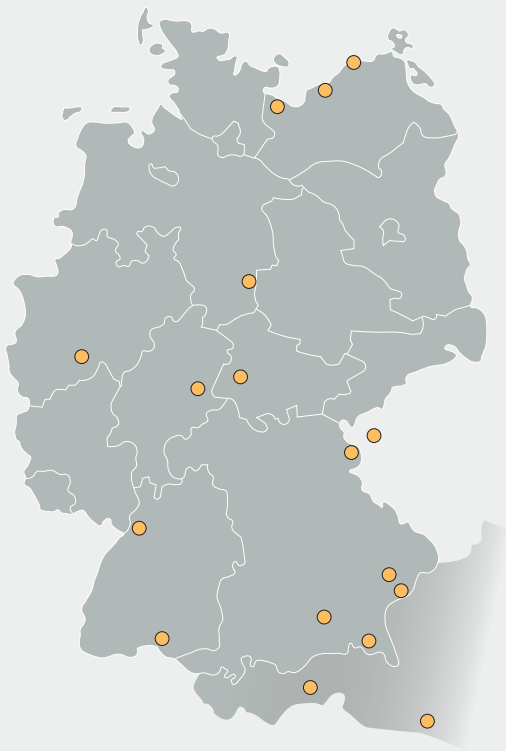
► wellaktiv@gsm-gesund.de

WELL-AKTIV

Die Angaben in diesem Katalog wurden mit größter Sorgfalt zusammengestellt. Dennoch können Druck- und Rechenfehler auftreten, für die nicht gehaftet werden kann. Alle Angaben entsprechen dem Stand bei Drucklegung im Oktober 2025.

IMPRESSUM HERAUSGEBER Gesundheitsservice Management GSM GmbH, Dönhoffstraße 27, 51373 Leverkusen. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck (auch auszugsweise) bedarf der schriftlichen Genehmigung durch den Herausgeber sowie die Lizenzgeberin Gesundheitsservice gGmbH. KONZEPTION/IDEE Gesundheitsservice gGmbH und Gesundheitsservice Management GSM GmbH, vertrieb@gsm-gesund.de, GESTALTUNG/REALISATION Bejoyn, 54470 Bernkastel-Kues, kontakt@bejoyn.de FOTOS Well-Aktiv-Orte | Kliniken | Hotels | Archiv Bejoyn | Adobe Stock | www.istockphoto.com | [@guukaa](mailto:guukaa) | www.fotolia.com

Mehr Lebensqualität fast zum Nulltarif



WELL-AKTIV

Erleben Sie gesunde Vielfalt

in 17 ausgewählten Orten.

Raus aus dem Alltag

3 bis 5 Tage Gesundheit tanken, Zeit für Bewegung, Entspannung und Ernährung.

**Mit Zuschuss zum Gesundheitsprogramm –
je nach Satzung Ihrer Krankenkasse**

zertifiziert und mit dem Prüfsiegel
Deutscher Standard Prävention versehen.



- ▶ Dönhoffstraße 27, 51373 Leverkusen
- ▶ www.wellaktiv.info
- ▶ wellaktiv@gsm-gesund.de
- ▶ Service-Telefon: 0214 35769-444
- ▶ www.facebook.com/gsm.Aktivwoche
- ▶ [instagram.com/die_aktivwoche](https://www.instagram.com/die_aktivwoche)