

# Gesundheitswoche für Begleitpersonen

## 7 Übernachtungen mit Vollpension



### Sport & Fit

- Einführung in Ausdauer und Krafttraining
- 1 x Ernährungsberatung
- 1 x Klassische Massage
- 1 x HydroJet
- 3 x Nordic Walking **oder** Aktiv draußen
- 2 x Aquafitness
- 2 x Rückentherapie
- 2 x Autogenes Training **oder** Progressive Muskelentspannung
- 5 x Kneipp'sche Anwendungen
- 2 x Krafttraining
- Verleih von Nordic-Walking-Stöcken

**Preise:**  
**1 Woche:** 865,00 €  
**Verlängerungswoche:** 845,00 €



### Wellness

- 1 x Aromaölmassage
- 2 x Matrix-Rhythmus-Therapie
- 1 x Klassische Massage
- 2 x HydroJet
- 3 x Nordic Walking oder Aktiv draußen
- 2 x Aquafitness oder Wassertherapie
- 2 x Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung
- Verleih von Nordic-Walking-Stöcken

**Preise:**  
**1 Woche:** 880,00 €  
**Verlängerungswoche:** 860,00 €



### Vital im Alter

- 1 x Ernährungsberatung
- 3 x Klassische Massage
- 2 x Krankengymnastik
- 2 x Rückentherapie
- 2 x Wassertherapie
- 2 x Gesunde Beine

**Preise:**  
**1 Woche:** 910,00 €  
**Verlängerungswoche:** 890,00 €

Während des Aufenthaltes stehen Ihnen das Hallenbad und unsere Fitnessräume sowie die Kreativwerkstatt zur freien Verfügung.

### Winkelwaldklinik Nordrach

Onkologische Rehabilitation | Geriatrische Rehabilitation  
**Internet:** [www.winkelwaldklinik.de](http://www.winkelwaldklinik.de) | **Tel.-Nr.:** +49 (0) 7838/83-0  
**E-Mail:** [winkelwaldklinik@winkelwaldgruppe.de](mailto:winkelwaldklinik@winkelwaldgruppe.de)