

Bayern-Tourist.info - Beweglich und entspannt in den Frühling: Jetzt eine Gesundheitswoche einlegen

Zum Beispiel Bad Königshofen: Krankenkassen bezuschussen Präventionsangebote

Aschermittwoch 2010: Der in diesem Jahr wahrhaft winterliche Winter ist noch nicht ganz vertrieben. Nicht von den Straßen und aus unseren Knochen erst recht nicht. Kaum einer fühlt sich wohl in seiner Haut, aber das mit dem Frühling kann noch dauern. Dies ist der ideale Zeitpunkt, um die noch nicht ganz verblassten guten Vorsätze zum Neuen Jahr mit einer guten alten Tradition zu verbinden: Die sieben Wochen bis Ostern sind christliche Fastenzeit – Zeit der seelischen Erhebung und körperlichen Reinigung. Was könnten wir, übertragen auf unsere heutigen Verhältnisse, während dieser Wochen tun, um den geplagten Körper zu erfrischen und die Seelenlage zu heben?

Zum Beispiel: Eine Gesundheitswoche im unterfränkischen Kurort Bad Königshofen einlegen. Bei der Krankenkasse vorbeischauchen zwecks Zuschuss, buchen, in den Zug steigen und all das Wohltuende und Gesunde mitmachen, was da im Ambiente zwischen Mittelalteridyll und moderner Bäderarchitektur angeboten wird. Als da wären: acht Mal Autogenes Training zur konzentrierten Entspannung sowie acht Einheiten "Rückenfitness". Dabei wird die Muskulatur gestärkt, die Teilnehmer üben richtige Abläufe von alltäglichen Bewegungen ein. Außerdem gehören Ernährungsberatung, eine Massage, Ganzkörperpeeling mit Meersalz, ein Nachtkerzenöl-Cremebad sowie Tickets für Thermalbad und Sauna zu dem Paket, das jeweils von Sonntag bis darauffolgendem Samstag dauert und in diesem Jahr insgesamt acht Mal angeboten wird. Die Gesundheitswoche in Bad Königshofen kostet je nach Unterkunft ab 299 Euro. Viele Krankenkassen bezuschussen Angebote wie dieses als „Präventionsangebot“ mit bis zu 150 Euro (vorher beantragen).

Und wie ist es da so? Bad Königshofen liegt inmitten der landschaftlich reizvollen Gegend des Grabfeldes und den Haßbergen, umgeben von den Naturparks Rhön und Thüringer Wald. Das milde und zugleich schonende Reizklima, begünstigt zusammen mit der natürlichen Umgebung und den Heilkräften der Mineralheilquellen, die Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele.

Publikums-Magnet für alle Wellness-Wallfahrer ist die FrankenTherme, eine nach modernsten Gesichtspunkten ausgestattete Wohlfühlwelt mit großem Mineralheilbecken (32 Grad), Herz-Kreislauf-Becken und Whirlpool. Das Baden im Innen- und Außenbereich (28 Grad) sorgt für ein anhaltendes, belebendes Wohlgefühl.

Besondere Highlights der Frankentherme sind außerdem das Finnisch-Fränkische Saunadorf sowie Deutschlands erster Natur-Heilwassersee, der erst 2005 angelegt wurde und seither Tausende von Heilsuchern anzieht. Der Natur-Heilwassersee gilt bundesweit als wärmster und gesündester See und macht mit seinen Sprudelliegen, Massagedüsen und der Felsengrotte das heilsame Baden zum Erlebnis (der Heilwassersee hält bis Ostern 2010 Winterpause).

Was man in der Frankentherme noch alles genießen kann, verrät das „Lexikon“ auf der Website www.frankentherme.de: Ägyptos-Vitalwickel, Aphrodite-Bad, Cleopatrabad, Gesichtsmassage, Heusackpackung, Kneipp-Güsse, Moorbreibad, Sauerstoffbad, Unterwassermassage, Warme Ölung. Wenn das den Winter nicht austreibt ...

Ob Gesundheitswoche, Kurztrip oder die nächsten großen Ferien: Reisen in Bayern plant man am besten mit dem Internet-Angebot www.Bayern-Tourist.info .

www.Bayern-Tourist.info ist als Tourismusportal der BDP GmbH auf Tourismus in Bayern spezialisiert. In sechs Kategorien wie Top 10 Citys, Aktiv in Bayern oder Naturparadiese bietet www.Bayern-Tourist.info eine Fülle von Anregungen für Städtereisen in Bayern. Die übersichtlich geordnete Tourismus-Anbieter-Datenbank lässt sich nach Regierungsbezirken und/oder Stichwort sortiert z.B. nach Unterkünften, Restaurants oder Kulturangeboten durchsuchen – für die komfortable Reiseplanung über das Internet.

Pressekontakt

BDP GmbH

Herr M. Karpenko

Ebnatstraße 152

CH-8200 Schaffhausen

Telefon: +49 (0) 180 320 522 8

E-Mail: kontakt@bayern-tourist.info

Webseite: <http://www.bayern-tourist.info>