

Mit uns reisen Sie sicher, günstig und bequem in Ihr Urlaubshotel URLAUB VON ANFANG AN



UNSERE VORTEILE FÜR SIE:

- Ihre Urlaubsreise beginnt und endet vor Ihrer Haustür
- Kein Koffertragen mehr. Entspanntes Reisen von Anfang an
- Zuverlässiges Abholen von Ihrem Zuhause

Das ganze Jahr hindurch haben Sie die Möglichkeit mit uns in Ihr Urlaubshotel zu reisen. Durch die Zusammenarbeit mit zuverlässigen und hoch qualifizierten Partnern* können wir Ihnen eine sichere und bequeme An- und Abreise für alle ausgeschriebenen Termine garantieren. Die wöchentlichen Abfahrten (Ausnahme: Polen – zweiwöchig) ermöglichen es Ihnen zudem, Ihre Aufenthaltsdauer flexibel selbst zu bestimmen.

IHR PLUS: HAUS-ZU-HAUS-SERVICE

Wir haben uns viele Gedanken gemacht, wie unsere Gäste sicher, pünktlich und bequem zu Ihrer Abfahrtsstelle gelangen. Deshalb bieten wir Ihnen den erstklassigen Service der Haustürabholung. Kein lästiges Kofferschleppen, keine teuren Parkgebühren – einfach Reise buchen, Koffer packen und der Urlaub kann beginnen.

Ihre genaue Abholzeit erfragen Sie bequem telefonisch einige Tage vor Reisebeginn bei unserem Partner.

Zielgebiete 2013	Wochentag	Reiserhythmus	
Böhmisches Bäderdreieck + Weißenstein + Bad Brambach	Montag – Montag	Wöchentlich	Ganzjährig
Rottaler Bäderdreieck	Montag – Montag	Wöchentlich	Ganzjährig
	Donnerstag – Donnerstag	Wöchentlich	März – November
Schwarzwald	Mittwoch – Mittwoch	Wöchentlich	März – Oktober
Polen	Samstag – Samstag	Zweiwöchig	April – Oktober
Italien – Abano Terme	Samstag – Samstag	Wöchentlich	März – November
Ungarn	Bus: Montag – Donnerstag	Wöchentlich	Ganzjährig
	Flug: Samstag – Samstag	Wöchentlich	April – November

IHR AN- UND ABREISEVERLAUF:

› 1. TAG: ANREISE

Am frühen Morgen beginnt die Anreise mit der Abholung an Ihrer Haustür. Nach dem Umstieg in den Bus geht es weiter zum Treffpunkt. Mittags halten wir zum Mittagessen (im Preis bereits inklusive!). Danach erwartet Sie der moderne Transferreisebus unseres Partners, der Sie direkt in Ihr Kurhotel bringt. Zimmerbezug und erstes Abendessen.

› 8./15./22. TAG: RÜCKREISE

Nach dem Frühstück Rückfahrt im modernen Transferreisebus zum Treffpunkt und Mittagessen (im Preis bereits inklusive!). Anschließend Umstieg und Rückreise. Transfer bis zu Ihrer Haustür.

Die abweichende Anreisebeschreibung für Ihren Urlaub in Ungarn können Sie der Angebotsseite entnehmen.

*Diese Kur- und Urlaubsreisen führen wir in Zusammenarbeit mit einem qualifizierten Partner durch, der auch für die komplette Organisation zuständig ist. Dieses Produkt wird deutschlandweit angeboten, so dass Sie auch in den Fahrzeugen anderer verlässlicher Busunternehmer befördert werden können.



Selbstverständlich können Sie alle Reiseangebote auch mit individueller Anreise buchen. Gerne nennen wir Ihnen die jeweilige Ermäßigung, wenn Sie mit dem eigenen PKW anreisen möchten (je nach Zielort ca. € 130,- bis € 250,- pro Person).

ANWENDUNGS-ABC



Unsere Auswahl der schönsten Kurorte und Hotels verwöhnt Sie mit einer Vielzahl verschiedener Kur- und Wellness-Angebote - von der traditionellen Massage bis hin zur exotischen Lasertherapie. Oftmals weiß man jedoch nicht, was sich hinter den einzelnen Anwendungen verbirgt, daher haben wir für Sie ausgewählte Kur- und Wellness-Angebote näher erläutert.

A

› AKUPRESSUR (CZ) (D) (I)

Auch als Druckpunktmassage bezeichneter Teilbereich der Akupunktur, bei der die Energieströme des Körpers mittels gezielter Druckmassagen beeinflusst werden.

› AKUPUNKTUR (CZ) (D) (H) (I)

Eine Therapiemethode aus der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), bei der mittels Nadeln die Energieströme des menschlichen Körpers angeregt werden.

› AROMATHERAPIE (D) (H)

Die Anwendung von ätherischen Ölen mittels Massagen, Bädern oder Packungen zur Stimulation von Körper, Geist und Seele.



B

› BALNEOTHERAPIE (H) (I) (PL)

Auch als Bädertherapie bekannte Heilmethode, die sich der Wirkung von Heilwasser, Moor und Schlamm, Kälte und Wärme, Inhalation und Ernährungsumstellung bedient.

› BEWEGUNGSTHERAPIE (CZ) (D) (H) (I) (PL)

Übungs- und Bewegungsprogramme wie z.B. Nordic Walking, die gezielt und individuell auf die Bedürfnisse des jeweiligen Patienten angepasst sind.

E

› ELEKTROTHERAPIE (CZ) (D) (H)

Anwendungen, die auf der Nutzung von elektrischem Strom als Heilverfahren basieren. Je nach Therapieform durchfließen unterschiedlich frequentierte Ströme, über mit der Hautoberfläche verbundene Elektroden, den Körper oder bestimmte Körperteile.

F

› FANGO (CZ) (D) (H) (I)

Eine Anwendung bei der die Vorteile von erwärmtem, mineralhaltigem Schlamm auf der Haut zur Heilung genutzt werden.



G

› GASBAD (CZ)

Ein Ganzkörper-Trockenbad in einem mit Kohlendioxid gefüllten Schlauch.

› GASINJEKTION (CZ)

Die Injektion von Gas in die Schmerzherde oder Akupunkturpunkte des Körpers mittels Einwegspritzen zur Linderung von schmerzhaften Degenerationserkrankungen der Gelenke und Wirbelsäule.

H

› HYDROTHERAPIE (CZ) (D) (H) (I) (PL)

Ein Heilverfahren mittels medizinischer Bäder, das sich den Vorteilen von kaltem und warmem Wasser in Kombination mit Strömung und Auftrieb als Heilmittel bedient.



I

› INHALATION (CZ) (D) (I) (PL)

Die Aufnahme von zu feinem Nebel zerstäubten Wirkstoffen über die Atemwege.

K

› KLANGTHERAPIE (H)

Die Verwendung von Metall-Klangschalen zur Entspannung und Lösung von Blockaden. Dabei werden die Klangschalen in verschiedenen Tonlagen auf den Körper des bekleideten Patienten gelegt und angeschlagen.



› KNEIPP-KUR (CZ D H I)

Ein ganzheitliches Naturheilverfahren, nach Pfarrer Sebastian Kneipp, das auf den 5 Säulen: Wasser, Heilkräuter, Bewegung, Ernährung und natürliche Lebensordnung beruht.



› KRYOTHERAPIE (CZ D PL)

Auch als Kältetherapie bekanntes Heilverfahren, bei dem gezielt Kälte zur Schmerzlinderung von Gelenken und Muskeln eingesetzt wird.

L

› LASERTHERAPIE (PL)

Die Bestrahlung bestimmter Körperbereiche mit Licht, zur Therapie von Schmerzen, Schwellungen und Hautkrankheiten.

› LAVATHERM (CZ)

Ein Heilverfahren mittels Wärme- und Kältepackungen zur alternativen Behandlung von Muskelverspannungen, Rückenschmerzen, Bandscheibenproblemen, Ischias und Rheuma.

› LYMPHDRAINAGE (D I PL)

Eine Abwandlung der klassischen Massage zur Anregung des Lymphflusses und damit schnelleren Ausscheidens von Schlackenstoffen des Körpers.



M

› MAGNETOTHERAPIE (CZ H PL)

Eine der ältesten Formen der Physiotherapie, welche die Vorteile von Magnetfeldern zur Wiederherstellung der natürlichen Funktion der Körperzellen nutzt.

› MASSAGEN (CZ D H I PL)

Das Wort Massage hat seinen Ursprung im Griechischen und heißt übersetzt „kneten“. Man unterscheidet die einzelnen Behandlungsformen nach den massierten Körperregionen und den eingesetzten Mitteln wie z.B. Aromastoffe und heiße Steine.



› MOORBAD (CZ PL)

Eine medizinische Badeanwendung unter der Verwendung von wertvollem Moorschlamm.



O

› OXYGENTHERAPIE (CZ H)

Die zusätzliche Aufnahme von Sauerstoff über die Atemwege zur besseren Sauerstoffversorgung der Körperzellen.

R

› RADONBAD (CZ D)

Ein Wannenbad, das mit dem schwach radioaktiven Edelgas Radon versehen ist. Radon ist ein Inhaltsstoff verschiedener Heilquellen, die seit jeher den Ruf besonderer Wirksamkeit, insbesondere bei chronisch rheumatischen Erkrankungen, haben.

S

› SALZTHERAPIE (CZ H)

Eine Heilmethode mittels Salzkammern, die sich der heilenden Wirkung von trockener salzhaltiger Luft bedient. Vor allem bei Erkrankungen der Haut und der Atemwege wird die Salztherapie mit Erfolg angewendet.



› SAUERSTOFF-MEHRSCHNITT-THERAPIE (CZ)

Ein Behandlungsverfahren, das auf Vitamin- und Sauerstoffzufuhr in Kombination mit Bewegungs- und geistigem Training beruht.

T

› THALASSOTHERAPIE (D H)

Ein Behandlungsverfahren, das die Vorteile von Meerwasser und Heilmitteln aus dem Meer wie beispielweise Algen und Meerwasserschlick als Heilmittel nutzt.



› TRINKKUR (CZ D)

Das bewusste Trinken von Heilwasser mit therapeutischer oder präventiver Absicht. Die Trinkkur verhilft zu einer besseren Verdauung und regt den Stoffwechsel an.



U

› UV- UND INFRAROTBESTRAHLUNG

(CZ D H PL)

Eine Form der Wärmetherapie, bei der durch UV- und Infrarotbestrahlung erzeugte Lichtwellen eine oberflächliche Erwärmung stattfindet. Zur Behandlung von Schmerzen und nicht-entzündlichen Erkrankungen.

Nützliche Informationen für Ihre Kur- und Gesundheitsreise

GENEHMIGUNGEN UND ZUSCHÜSSE DER DEUTSCHEN KRANKENKASSEN



Eine Kur-Reise ist eine Investition in die Gegenwart und Zukunft Ihrer Gesundheit. Daher ist ein Gesundheitsurlaub auch ohne gesundheitliche Beschwerden eine Wohltat für Körper, Geist und Seele. Auch die deutschen Krankenkassen haben dies erkannt und unterstützen Ihr Gesundheits-Vorhaben in vielfältiger Weise:

In erster Linie richten sich Kur-Reisen an Menschen mit gesundheitlichen Beschwerden. Deshalb entscheiden Ihr Hausarzt und Ihre Krankenkasse über die Notwendigkeit und **Genehmigung einer Kur**.

Selbstverständlich können Sie Ihren Kur- und Erholungsurlaub in unsere ausgewählten Urlaubsziele und -hotels auch **ohne Zuschuss bzw. Genehmigung** Ihrer Krankenkasse buchen.

› Beantragung einer Kurreise:

Eine **Kur**, auch ambulante Vorsorgemaßnahme genannt, kann **alle drei Jahre** beantragt werden. Zur Gewährung ebendieser sind mehrere Schritte notwendig: Zunächst ist ein Besuch bei Ihrem Hausarzt nötig, der Ihnen die Dringlichkeit einer ambulanten Vorsorgemaßnahme bescheinigt. Bei Ihrer Krankenkasse können Sie nun mit dem ärztlichen Attest und weiteren Formularen den Kurantrag einreichen. Nach der Bewilligung der Vorsorgemaßnahme wählen Sie Ihr Reiseziel, Ihren Reiseterrain sowie die Unterkunft. Nun kann Ihr erholsamer Kuraufenthalt beginnen. Lassen Sie sich am Ende Ihres Urlaubs anhand der Kurkarte eine Bestätigung der Behandlung und Kosten (in deutscher Sprache und Preise der Anwendungen in Euro ausgewiesen) für Ihre Krankenkasse geben, welche Sie im Anschluss zur Rückerstattung einreichen.



› Beantragung einer Präventionsreise:

Falls Ihr Kurantrag nicht genehmigt wird, Sie aber dennoch aktiv etwas für Ihre Gesundheit tun möchten, gibt es die Möglichkeit der **präventiven Reise**. Präventionsreisen, bei den Krankenkassen auch bekannt als „Kompaktangebote zur Gesundheitsvorsorge außerhalb des Wohnorts“, werden mit einem Betrag von **bis zu € 150,- jährlich bezuschusst**. Um den besagten Zuschuss zu erhalten, müssen Sie lediglich nach Ihrer Präventionsreise die Teilnahmebestätigung, die Sie vom Hotel erhalten, bei Ihrer Krankenkasse einreichen.

Gönnen Sie sich Ihre persönliche Kur- und Erholungsreise in herrlichem Ambiente – Ihre Gesundheit wird es Ihnen danken!



Hinweise:

› Auswahl der Anwendungen:

Bringen Sie bitte zur ärztlichen Eingangsuntersuchung am Urlaubsort Ihre ärztlichen Befunde und EKG-Auswertungen von zu Hause mit. Dies ist für die Auswahl Ihrer Kuranwendungen sehr hilfreich für den Kurarzt.

› Kostenübernahme:

Die Kurreise bzw. die Kuranwendungen müssen vom Reisenden zunächst selbst bezahlt werden. Dabei ist es unerlässlich, dass die Krankenkasse vor der Buchung die Zusage der Kostenübernahme erteilt hat. Nach Ende der Kurreise werden keine Anträge mehr genehmigt.

› Aufstellung der erhaltenen Behandlungen:

Eine detaillierte Aufstellung der erhaltenen Behandlungen ist für die Vorlage bei der Krankenkasse unerlässlich. Bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld genau über die von Ihrer Krankenkasse verlangten Einzelheiten dieser Aufstellung. Einige Krankenkassen stellen hierfür bereits ein vorgefertigtes Formular zur Verfügung. Bitte setzen Sie den Arzt oder das medizinische Personal vor Ort gleich zu Beginn Ihrer Kurreise davon in Kenntnis, dass Sie am Ende vor der Abreise eine detaillierte Aufstellung aller erhaltenen medizinischen Behandlungen mit Kosten benötigen. Bitte beachten Sie dabei, dass einige Kurhotels und Kurhäuser für diesen aufwendigen Service eine Gebühr erheben.