

AKTIVWOCH**E**

WELL-AKTIV

Das 7- und 4-tägige Gesundheitsangebot 2027 für Reisemobilisten



bis
280 €
Kassen-
zuschuss

**Erleben Sie gesunde Vielfalt
in Bad Schönborn
mit 6 verschiedenen Programmen!**


BAD SCHÖNBORN
TOURISMUS


THERMARIUM
WELLNESS- & GESUNDHEITSPARK



Bad Schönborn, das sympathische Heilbad vor den Toren Heidelbergs, freut sich auf Sie! Genießen und erleben Sie ein erholsames Bad im einzigartigen Thermal-Solebad des Thermeniums, abwechslungsreiche Aktivprogramme, natürliche Gesundheit und Entschleunigung im Sole-Aktiv-Park sowie die sprichwörtliche badische Gastlichkeit.

DIE AKTIVWOCHE.DAS ORIGINAL

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe) inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Muskelfunktions- & Krafttest
- Frühsport: "Aktiv in den Tag" im Sole-Aktiv-Park
- Nordic Walking Technikschiung • Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Achtsamkeitstraining und Atem-Entspannung im Sole-Aktiv-Park
- Stretching, Gesundheitszirkel, Faszientraining, Power-Gym
- Aqua-Fitness
- Aqua-Zirkel
- Workshop "Gesund und fit im Alltag!"
- Workshop "Gesunde Ernährung – gewusst wie!"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Jetzt anmelden:



* siehe Seite 5

Termine 2027

28.02.-06.03.27	01.08.-07.08.27
04.04.-10.04.27	22.08.-28.08.27
25.04.-01.05.27	05.09.-11.09.27
30.05.-05.06.27	10.10.-16.10.27
11.07.-17.07.27	07.11.-13.11.27

7 Tage: statt 433 €
nur
153 € p.P.
bei einer 2 Personen-
Belegung bei 280 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz



BEST AGER.EXTRA

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe)
inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Muskelfunktions- & Krafttest
- Frühsport "Aktiv in den Tag" im Sole-Aktiv-Park
- Nordic Walking inkl. Technikschiulung
- Gesundheitszirkel
- Sturzprophylaxe und Koordinationstraining
- Wirbelsäulengymnastik
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Achtsamkeitstraining und Atem-Entspannung im Sole-Aktiv-Park
- Aqua-Vital, Aqua-Fit
- Workshop "Gesund und fit im Alter!"
- Workshop "Richtige Ernährung ab 60!"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Termine 2027

07.03.-13.03.27

18.04.-24.04.27

06.06.-12.06.27

18.07.-24.07.27

08.08.-14.08.27

29.08.-04.09.27

26.09.-02.10.27

24.10.-30.10.27

Jetzt anmelden:



* siehe Seite 5

7 Tage: statt 433 €
nur

153 € p.P.

bei einer 2 Personen-
Belegung bei 280 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz



RÜCKEN/ENTSPANNUNG.SPEZIAL

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe) inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Rücken-Funktionsdiagnostik
- Frühsport "Rücken-Fit in den Tag" im Sole-Aktiv-Park
- Wirbelsäulengymnastik
- Rücken-Zirkel
- Faszien-Relax: Faszientraining mit Entspannungselementen
- Achtsamkeitstraining und Atem-Entspannung im Sole-Aktiv-Park
- Klangschalen-Entspannung
- Nordic Walking Technikschiulung
- Aqua-Vital, Aqua-Rücken-Fit
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Workshop "Frisch & gesund - genussvoll essen!"
- Workshop "Gesunder Rücken?! - Möglichkeiten der Prävention"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Termine 2027

14.03.-20.03.27
13.06.-19.06.27
25.07.-31.07.27
19.09.-25.09.27
17.10.-23.10.27

Jetzt anmelden:



* siehe Seite 5

7 Tage: statt 433 €
nur
153 € p.P.
bei einer 2 Personen-
Belegung bei 280 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz



LONGEVITY.SPEZIAL

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe)
inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Muskelfunktions- & Krafttest
- Natural Movement - natürlich stark
- Power-Gym • Indoor-Cycling
- Toega - Zehen-Yoga • Yin-Yoga
- "Barfuß im Park" mit Kneippanwendungen
- Body-Balance - ganzheitlich ins Gleichgewicht
- Achtsamkeitstraining und Atem-Entspannung im Sole-Aktiv-Park
- Klangschaalen-Entspannung • Aqua-Vital
- Workshop "Gesund alt werden - gewusst wie?!"
- Workshop "Smarte Ernährung und Nährstoffbalance"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Termine 2027

11.04.-17.04.27
09.05.-15.05.27
15.08.-21.08.27
12.09.-18.09.27
03.10.-09.10.27

*Bei allen AKTIVWOCHEN in Bad Schönborn genießen Sie inklusive Zusatzleistungen

- Bioimpedanz-Analyse
- 4x Relaxen im Thermarium
- 1x Entspannen in der original „Totes-Meer-Salzgrotte“
- Nordic-Walking Leihstöcke plus Steckenplan
- Bad Schönborner Gästekarte
- Ortsführung mit kulinarischem Kennenlernabend
- Eintrittskarte ins Bruchsaler Barockschloss und Deutsche Musikautomaten-Museum

Jetzt anmelden:





NATURAL-FITNESS & BALANCETRaining

Leistungen

- 3 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe) inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung
- Natürlich Laufen
- Beweglichkeitstraining
- Klangschalen-Entspannung
- Funktionelles Ganzkörpertraining
- Workshop „Natürlich fit“
- Natural Movement und Balanceparcours
- Atemgymnastik
- Achtsamkeitstraining
- Balancetraining mit Geräten
- Faszientraining und Atementspannung

Termine 2027

11.03.-14.03.27	12.08.-15.08.27
08.04.-11.04.27	09.09.-12.09.27
22.04.-25.04.27	23.09.-26.09.27
13.05.-16.05.27	14.10.-17.10.27
10.06.-13.06.27	28.10.-31.10.27
29.07.-01.08.27	

Jetzt anmelden:



* siehe Seite 7

4 Tage: statt 297 €
nur
17 € p.P.
bei einer 2 Personen-
Belegung bei 280 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz



RÜCKEN-FIT & PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

Leistungen

- 3 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe) inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung
- Nordic Walking Techniks Schulung und Training
- Beweglichkeitstraining
- Progressive Muskelentspannung
- Rücken-Fit in den Tag
- Workshop „Gesunder Rücken“
- Krafttraining mit Kleingeräten
- Faszientraining
- Achtsamkeitstraining
- Aktives Rückentraining
- Wirbelsäulengymnastik

Termine 2027

04.03.-07.03.27	05.08.-08.08.27
18.03.-21.03.27	26.08.-29.08.27
15.04.-18.04.27	16.09.-19.09.27
29.04.-02.05.27	07.10.-10.10.27
03.06.-06.06.27	21.10.-24.10.27
22.07.-25.07.27	

Jetzt anmelden:



***Bei allen WELL-AKTIV-Tagen in Bad Schönborn genießen Sie inklusive Zusatzleistungen**

- 3x Relaxen im Thermarium
- 1x Entspannen in der original „Totes-Meer-Salzgrotte“
- Nordic-Walking Leihstöcke plus Streckenplan
- Bad Schönborner Gästekarte

Infos & Tipps für die Buchung

Aktiv & erholt in Bad Schönborn – mit Krankenkassenzuschuss

Körper und Geist in gesunde Balance bringen, damit Sie fit für die Anforderungen im Beruf und Alltag bleiben. Dabei helfen die bewährten, von Krankenkassen geförderten Gesundheitsprogramme in Bad Schönborn: **AKTIVWOCHE** und **WELL-AKTIV**.

WellMobilPark in Bad Schönborn – der Platz für Ihr mobiles Zuhause

Direkt neben dem Thermanium Wellness- & Gesundheitspark und nur wenige Schritte vom grünen Sole-Aktiv-Park entfernt, bietet der **WellMobilPark** großzügige Stellplätze für Reisemobile mit persönlicher Betreuung und vielen Serviceleistungen.

Mehr Infos: www.wellmobilpark.de

Tipps für die Buchung der AKTIVWOCHE und WELL-AKTIV

1. Wählen Sie Ihr Wunschangebot in Bad Schönborn mit der Unterkunft „WellMobilPark“ über die QR-Codes in diesem Flyer, unter www.aktivwoche.info bzw. www.wellaktiv.info (Anmeldung & Kosten) oder fordern Sie den Katalog beim Gesundheitsservice unter www.gsm-gesund.de an.
2. Tragen Sie Ihre Daten in das Anmeldeformular ein (online oder in das ausgedruckte Anmeldeformular).
3. Senden Sie die Anmeldung an den Gesundheitsservice.
4. Der genehmigte Antrag mit dem Zuschuss Ihrer Krankenkasse gelangt automatisch über die zentrale Buchungsstelle des Gesundheitsservice zum Team der Tourist Information Bad Schönborn, welches Ihnen die Reservierung bestätigt.

Haben Sie Fragen zu den Programmen der AKTIVWOCHE oder zu WELL-AKTIV in Bad Schönborn? Das Team der Tourist Information berät Sie gerne!



Tourist Information Bad Schönborn

Haus des Gastes

Kraichgaustraße 10

Tel. 07253 94310

hallo@meine-natur.de

www.meine-natur.de

Geöffnet:

Mo/Di/Do/Fr 9 – 12 Uhr, 14 – 17 Uhr

Mi 9 – 12 Uhr

Sa 10 – 12 Uhr (April-Oktober)