



MEDICAL SPA & WELLNESS

Kraft der Erde



BY FALKENSTEINER
SPA RESORT MARIENBAD



FALKENSTEINER

SPA RESORT MARIENBAD

Premium Collection

Marienbad ist die Wiege des modernen Gesundheitstourismus im Herzen Europas. Kurstadt seit 1818, gegründet aufgrund einer Vielzahl natürlicher Heilmittel, mit einem einzigartigen Stadtbild, weitläufigen Parkanlagen nach englischem Vorbild, und der vollständig erhaltenen imperialen Jugendstil-Architektur der K&K Zeit.

Das Falkensteiner Spa Resort Marienbad reflektiert eine ungewöhnliche Verbindung von Tradition und Moderne. Ein denkmalgeschütztes historisches Hauptgebäude aus dem Jahr 1890 mit zeitgenössischem Innendekor, welches bei der Ankunft direkt zum Wohlfühlen einlädt. Dazu unser komplettes medizinisches Angebot, wiederum eine Kombination von klassischen Heilmethoden, ergänzt mit Therapien für die Herausforderungen unserer schnelllebigen Zeit.

Welcome Home!

UNSER ZUGANG

Kraft der Erde

4 Elemente, Wald, Erde, Wasser und Luft sind die Grundlage der Heilmethoden, die bereits Jahrzehnte vor der offiziellen Ernennung zur Kurstadt von der lokalen Bevölkerung genutzt wurden.

Im Falkensteiner Spa Resort Marienbad verstehen wir unsere Stärke darin, die „Kraft der Erde“ unseren Gästen zugänglich zu machen. Ihr kommt in unserem Wellnesshotel hier in Marienbad gleich mehrfach Bedeutung zu. Zum einen bietet die Natur Produkte wie Heilwässer und Moor, die wir in unsere Anwendungen einfließen lassen, zum anderen wirken sich Wald und Natur der Umgebung heilsam auf Geist und Körper aus.

Die Natur unterstützt dabei, zu innerer Stärke, Frieden und Ausgeglichenheit zurück zu finden. Deshalb sind abwechslungsreiche Outdoor-Aktivitäten Teil unseres ganzheitlichen Programmes.



Luft

Marienbad ist im Prozess der Zertifizierung als Heilklimatischer Luftkurort. Ohne Industrie, Durchzugsverkehr und Feinstaubbelastung bieten Stadt und Umgebung viele Möglichkeiten für unbelastete Outdoor-Aktivitäten



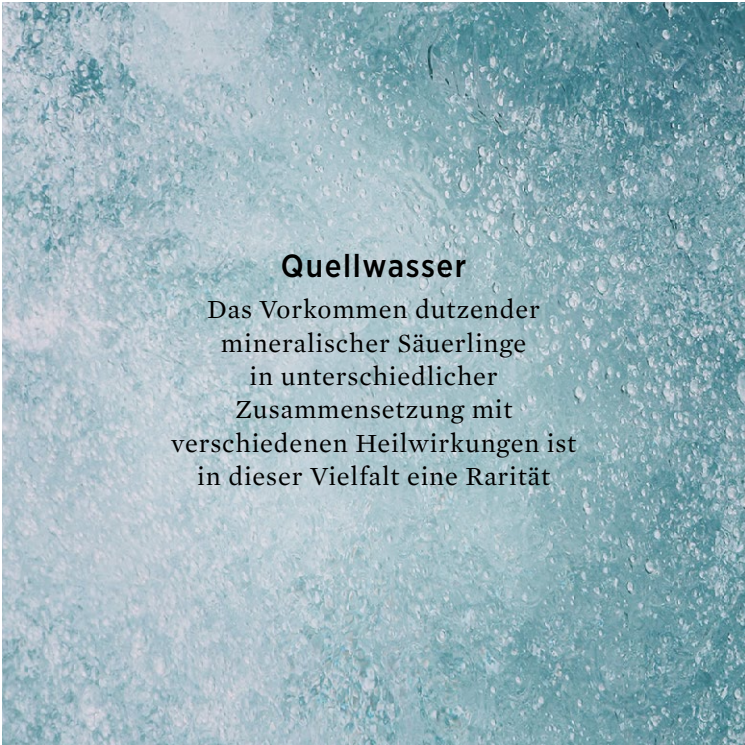
Wald

Neben den Ozeanen sind die Wälder die wertvollsten Ökosysteme mit unschätzbare Artenvielfalt, die im Wechsel der Jahreszeiten den unendlichen Kreislauf des Lebens spürbar machen



Erde

Freies und in den Quellen gebundenes CO₂ wird für spezifische Behandlungen genutzt. Das Torfmoor erschließt wertvolle, in Jahrtausenden komprimierte Nährstoffe für medizinische Anwendungen



Quellwasser

Das Vorkommen dutzender mineralischer Säuerlinge in unterschiedlicher Zusammensetzung mit verschiedenen Heilwirkungen ist in dieser Vielfalt eine Rarität

UNSER VERSPRECHEN

Das Falkensteiner Spa Resort Marienbad ist ein privat geführtes Gesundheitsresort. Dank langjähriges Kur und Heilpraxis bietet unser Medical Centre nachhaltige traditionelle und alternative Therapien und Heilverfahren auf höchstem Niveau an.

UNSER KOMPETENZ-TEAM

Das Falkensteiner Medical Team besteht aus Fachkräften, die sich unter Leitung des Chefarztes Dr. Roman Vokatý jeden Tag um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlergehen kümmern werden. Unsere Krankenschwestern, Physiotherapeuten und Hydrotherapeuten sind als fachmedizinisches Personal ausgebildet. Alle haben die langjährige Erfahrungen auf Ihrem Gebiet und wir unterstützen sie regelmäßig bei ihrer Weiterbildung.



HEILBÄDER

K | G | I | A | S | DE LUXE

MINERALBAD ALEXANDRA

Hauseigene Quelle

Durchblutet | Entspannt Geist und Körper |
Senkt den Blutdruck

B | I | DE LUXE

MOORBAD

Wärmend | Entspannend | Hilfreich bei chronischen Entzündungen des Bewegungsapparates |
Lindert rheumatische Beschwerden

Optional mit kolloidalem Silber: antibakterielle Wirkung

K | B

HYDROXEUR

Feinstrom-Massage

Entspannend | Entlastet die Gelenke |
Regt den Kreislauf an

K | B | DE LUXE

UNTERWASSERMASSAGE

Druckstrahlmassage

Fördert Durchblutung der Gefäße und Muskeln |
Löst Verspannungen | Vitalisiert

K | I | S

„ENERGY BOOST“ - SCHOTTISCHE DUSCHE

Wasserstrahl mit abwechselnd kaltem und warmem Wasser | Immunsystem fördernd |
Stärkt den Blutkreislauf | Verbessert den Metabolismus | Vitalisiert

K Kreislauf-Herz **A** Atmung **N** Nieren & Harnwege **S** Stoffwechsel

B Bewegung **G** Geist & Seele **V** Verdauung **I** Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin- und Therapeutenwahl.

KÖRPERPACKUNGEN

B | S | DE LUXE

TEIL- ODER GANZKÖRPER- PACKUNG MIT NATÜRLICHEM MOOR

Fördert die Durchblutung | Beschleunigt den Regenerationsprozess | Wärme wirkt tief bis ins Innere | Regt den Stoffwechsel an | Entspannt die Muskulatur | Pflegt angestrenzte und trockene Haut | Wirkt entgiftend und verjüngend

Ideale Vorbereitung für eine Massage

Optional mit kolloidalem Silber: Antimikrobieller und antiviraler Effekt | Fördert die Zellregeneration und Wundheilung | Hilfreich bei Hauterkrankungen

B | DE LUXE

FANGOPACKUNG

Lokale Erwärmung mit den natürlichen Wirkstoffen des Fango-Peloids | Wärmt in die Tiefe – entspannt Gelenke | Lockert Muskeln | Fördert die Durchblutung

Ideale Vorbereitung für eine tiefgehende Massage

B | N

PARAFFINPACKUNG

Spezifische Wärmetherapie

Lindert je nach Applikation, Gelenks- oder Unterleibsbeschwerden

K Kreislauf-Herz **A** Atmung **N** Nieren & Harnwege **S** Stoffwechsel

B Bewegung **G** Geist & Seele **V** Verdauung **I** Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin- und Therapeutenwahl.



MARIENBADER KURANWENDUNGEN

CO₂ BEHANDLUNGEN

B | S

CO₂ INJEKTION

Subkutane Injektion

Erhöht lokale Durchblutung | Lindert Schmerzen | Verbessert die Stoffwechselprozesse

B | N | S | K | DE LUXE

TROCKENES CO₂ BAD

Trockenes Kohlensäurebad

Erweitert Gefäße | Verbessert Durchblutung | Wirkt Entzündungshemmend | Beschleunigt Wundheilung | Beeinflusst positiv die Nierenfunktion | Stimuliert Produktion der Sexualhormone | Vertiefende Wirkung in Verbindung mit Sauerstoffinhalation

K Kreislauf-Herz

A Atmung

N Nieren & Harnwege

S Stoffwechsel

B Bewegung

G Geist & Seele

V Verdauung

I Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin- und Therapeutenwahl.

MARIENBADER KURANWENDUNGEN

INHALATIONEN

A | I | DE LUXE

WALDQUELLE-INHALATION

Befreit die Atemwege | Erweitert die Bronchien |
Auch bei allergischem Schnupfen geeignet

Bei Bedarf und nach ärztlicher Verordnung
auch mit zusätzlicher Medikation.

Um eine optimale Wirkung zu erzielen werden
zwei Anwendungen pro Tag empfohlen.

A | G | I | K

SAUERSTOFFTHERAPIE

Inhalation von mit Sauerstoff angereicherter
Luft | Führt zur Erhöhung der Sauerstoffkon-
zentration im Blut | Steigert die Energie |
Kräftigt das Immunsystem | Verbessert die
neurale Leistungsfähigkeit | Erhöht die Kon-
zentrationenfähigkeit

*Kann zusammen mit dem Trockenen CO₂ Bad
durchgeführt werden*

ÄRZTLICHE INDIVIDUALLEISTUNGEN

ARZTKONSULTATION

Unser Arzt steht sehr gerne zu Verfügung –
15 oder 30 Minuten

B

PNEUMOPUNKTUR

Kombination subkutaner CO₂ Injektionen und
einer Massage | Schmerzlindernd | Durchblu-
tungsfördernd | Lockert die Muskeln

S | K | I | B | G

KLASSISCHE AKUPUNKTUR UND OHR-AKUPUNKTUR

Wirkt unterstützend bei Gewichtsverlust,
Allergien, Blockaden, Problemen mit dem
Bewegungsapparat und Migräne

K Kreislauf-Herz **A** Atmung **N** Nieren & Harnwege **S** Stoffwechsel

B Bewegung **G** Geist & Seele **V** Verdauung **I** Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin- und Therapeutenwahl.

MARIENBADER KURANWENDUNGEN

V I I I S

COLON-HYDRO-THERAPIE

Regt die Darmaktivität an | Sanierung der Darmflora | Stärkung des Immunsystems | Hilfreich bei Allergie-Therapien

B | DE LUXE

CHIROPRAKTISCHE MOBILISATION

Manuelle Therapie

Verbessert die Gelenkfunktion | Fördert die Bewegungsfähigkeit | Löst Blockaden im Bewegungsapparat

G I I I K

ASLAN KUR

Serie täglicher intramuskulärer Injektionen
Wirkt positiv bei verminderter körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit | Fördert Konzentration und Gedächtnis | Hilft bei Durchblutungsstörungen | Mildert altersbedingte Abnutzungs- und Abbauerscheinungen

S I I I K

BIOSTIMULANZKUR - DETOX

Serie täglicher Intramuskuläre Injektionen
Regulierung der Stoffwechselfunktionen | Verstärkt die Immunität | Erhöht die Vitalität | Verbessert die Schlafqualität

G I I

VITAL-MONITOR® MESSUNG UND BERATUNG

Messung der Herzratenvariabilität, des biologischen Alters und des Ruhezustandes des Körpers
Die Wirkungen von Stresstherapien und Achtsamkeitsübungen sind bereits während des Aufenthaltes messbar.

A I K I I

SPIROMETRIE

Messung und Aufzeichnung des Lungen und der Luftflussgeschwindigkeiten zur Beurteilung der Lungenfunktion.

K Kreislauf-Herz **A** Atmung **N** Nieren & Harnwege **S** Stoffwechsel
B Bewegung **G** Geist & Seele **V** Verdauung **I** Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin- und Therapeutenwahl.

HEILMASSAGEN

B | G | A | DE LUXE

PHYSIKALISCHE HEILMASSAGE

Ganz- oder Teilkörpermassage
Physiotherapeutischer Schwerpunkt | Lockert
Blockaden und Verspannungen | Fördert Durch-
blutung der Muskulatur

B | V | K | I | N | DE LUXE

FUSSREFLEXZONEN HEILMASSAGE

Individuell abgestimmt | Fördert lokal die
Durchblutung | Stimuliert Organ- und Gewebs-
funktionen

B | G | DE LUXE

KOPF HEILMASSAGE

Sanfte Behandlung von Stirn, Schläfen und
Ohren | Lindert Kopfschmerzen, Stress,
Müdigkeit | Entspannend

S | B | DE LUXE

SCHRÖPFMASSAGE

Aktiviert Lymphfluss und Stoffwechsel | Durch-
blutend | Lockert intensiv die Muskulatur |
Entspannend

B | DE LUXE

DORN-BREUSS MASSAGE

Sanfte, energetische Massage | Wirbel und
Gelenke werden vorsichtig und mit wenig
Druck ideal platziert

B | DE LUXE

MYOFASZIALE MASSAGE

Löst Verspannungen im Bindegewebe | Lockert
verhärtete Faszien | Lindert Beschwerden |
Regeneriert die Bandscheiben

K Kreislauf-Herz **A** Atmung **N** Nieren & Harnwege **S** Stoffwechsel
B Bewegung **G** Geist & Seele **V** Verdauung **I** Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin- und Therapeutenwahl.

PHYSIOTHERAPEUTISCHE UND PHYSIKALISCHE BEHANDLUNGEN

N | S | I | DE LUXE

LYMPHDRAINAGE

Ganz- oder Teilkörperbehandlung
Regt das Lymphsystem an | Fördert den Stoffwechsel | Wirkt entschlackend | Hilfreich bei der Reduzierung von Schwellungen

B | A | S | DE LUXE

PHYSIOTHERAPIE

Individuelle Krankengymnastik
Hilft die Gelenke, Bänder, Muskeln, Knochen und Nerven gesund zu erhalten | Lindert chronische und akute Beschwerden

B | DE LUXE

BINDEGEWEBSMASSAGE

Über Nervenreize und Reflexe werden Fernwirkungen auf innere Organe erzielt | Löst tiefliegende Verspannungen schmerzlindernd

B

TAPING

Muskel- und Faszien-Unterstützung | Entspannung | Schmerzlinderung

B | S

ULTRASCHALL

Entzündungshemmend | Schmerzlindernd | Hilft bei muskulösen Verspannungen, Arthrosen, Neuralgien, „Tennisarm“ und Hämatomen | Narben werden geschmeidiger | Regt die Lymph-tätigkeit an

B

STOSSWELLENTHERAPIE - ESWT

Löst Verkalkungen | Hilft bei Sehnenentzündungen | Fördert Knochenbruchheilungen | Beschleunigt Heilungsprozesse im Gewebe

K Kreislauf-Herz **A** Atmung **N** Nieren & Harnwege **S** Stoffwechsel
B Bewegung **G** Geist & Seele **V** Verdauung **I** Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin-und Therapeutenwahl.

PHYSIOTHERAPEUTISCHE UND PHYSIKALISCHE BEHANDLUNGEN

S | K | I | I | D E LUXE

LYMPHOVEN

Mechanische Überdrucksmassage
Aktiviert den Lymphfluss | Fördert Abfuhr der
angesammelten Abfallprodukte des Stoffwech-
sels | Regt die Durchblutung an | Erhöht die
Sauerstoffversorgung des Gewebes | Beschleu-
nigt Heilungsprozesse

B

LASERTHERAPIE

Lindert Schmerzen | Verringert Schwellungen |
Hilft bei degenerativen Gelenks- und Wirbel-
säulenerkrankungen

B

LOKALE KRYOTHERAPIE

Art der Kältetherapie, bei der ein Körperteil
kurzfristig sehr niedrigen Temperaturen aus-
gesetzt wird
Entzündungshemmend | schmerzlindernd |
Änderung des Muskeltonus

B | I | I | K | I | S

MAGNETOTHERAPIE

Regt die Durchblutung an | Erhöht die Sauer-
stoffversorgung des Gewebes | Beschleunigt
Heilungsprozesse | Antirheumatische Wirkun-
gen | Anwendbar zur Verbesserung bei Cellulite

B | I | I | K | I | S

PULSIERENDE THERAPIE

Therapie, die auf der Wirkung von Magnet-
feldern beruht
Stimulation von Beckenboden Muskel und
Blase | Bei Sportverletzungen | Verzögerte
Wundheilung

B | I | S

ELEKTROTHERAPIE

Linderung von Schmerzen | Lockerung der
Muskulatur | Förderung der Durchblutung |
Anregung der Muskelaktivität und des
Stoffwechsels

K Kreislauf-Herz **A** Atmung **N** Nieren & Harnwege **S** Stoffwechsel

B Bewegung **G** Geist & Seele **V** Verdauung **I** Immunität

DE LUXE Die de Luxe Version der Anwendung unterscheidet sich in der Dauer, Zusatzprodukt-Termin- und Therapeutenwahl.



GESUNDHEITS-
PROGRAMME

Um die bestmöglichen Ergebnisse bei der Heilung der Beschwerden zu erzielen, empfehlen wir ein komplexes Gesundheitsprogramm zu absolvieren. Grundlage bildet bei allen Programmen eine erste ärztliche Untersuchung, eine umfassende Diagnostik und die Erstellung eines individuellen Behandlungsplans unter Berücksichtigung aller Indikationen. Die Zusammenstellung entspricht den Bedürfnissen jeden Gastes. Großen Wert legen wir auf die Nutzung natürlicher Ressourcen, wenn möglich ohne zusätzliche Medikation und Nebenwirkungen.

MARIENBADER KUR

Tradition. Well-Aging. Rundum gesund.

Der unausweichliche Prozess des Alterns bringt natürlicherweise unterschiedliche Beschwerden mit. Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung, viel Stress und zu wenig Schlaf sind aber bereits im jüngeren Alter für die Gesundheit belastend und führen zu Gesundheitsproblemen, die oft unnötig mit Medikamenten behandelt werden. Nach Unfällen oder Operationen braucht der Körper die richtige Unterstützung bei der Rekonvalensz. In all diesen Fällen fördert die Marienbader Kur auf natürliche Weise die Erhaltung der Gesundheit. Die Heilkräfte der Natur und kompetente manuelle Therapien können in vielen Fällen medikamentöse Behandlungen ersetzen.

Wahl zwischen klassischer und intensiver Variante

KLASSISCHE MARIENBADER KUR

PRIMÄRDIAGNOSTIK UND MEDIZINISCHE KOORDINATION

- Ärztliches Eingangsgespräch und Analyse der Anamnese
- Ärztliche Konsultation während des Aufenthaltes
- Ärztliches Abschlussgespräch, Auswertung und Empfehlungen
- Dokumentation für die Krankenkasse

SPA RESORT RITUALE UND MEDIZINISCHE THERAPIEN

- 12 Medical Anwendungen pro Woche
- Aus folgenden Bereichen werden Anwendungen je nach Indikationen verordnet:
 - Therapeutische Massagen, Physiotherapie
 - Heilbäder, Wassertherapie
 - Moorpackungen
 - Kohlendioxid-Anwendungen
 - Inhalationstherapie
 - Physikalische Behandlungen

INTENSIVE MARIENBADER KUR

PRIMÄRDIAGNOSTIK UND MEDIZINISCHE KOORDINATION

- Ärztliches Eingangsgespräch und Analyse der Anamnese
- Blutlabor
- EKG
- Ärztliche Untersuchung mit Auswertung der Befunde
- Ärztliche Konsultation während des Aufenthaltes
- Ärztliches Abschlussgespräch, Auswertung und Empfehlungen
- Dokumentation für die Krankenkasse

SPA RESORT RITUALE UND MEDIZINISCHE THERAPIEN

- 22 Medical Anwendungen pro Woche
- Der Anwendungsplan wird individuell nach Anamnese und Befunden erstellt. Aus folgenden Bereichen werden Anwendungen je nach Indikationen verordnet:
 - Therapeutische Massagen, Physiotherapie
 - Heilbäder, Wassertherapie
 - Moorpackungen
 - Kohlendioxid-Anwendungen
 - Inhalationstherapie
 - Physikalische Behandlungen

METABOLIC BALANCE®

Detox. Ernährung. Gewichtsmanagement.

AB 9 NÄCHTE - 14 ANWENDUNGEN

Der Beweggrund

Ein ausgewogener Stoffwechsel ist der Schlüssel zu langanhaltender Gesundheit. Das Programm enthält einen individuell festgelegten Speiseplan nach ausführlicher Diagnostik, mit dem Ziel einer nachhaltigen Anpassung der Ernährungsgewohnheiten. Speziell zubereitete Gerichte in Verbindung mit spezifischen unterstützenden Anwendungen fördern das allgemeine Wohlbefinden und verbessern spürbar und messbar die Vitalenergie. Es handelt sich um ein ganzheitliches Programm für den Energiehaushalt, das auch zu Hause fortgesetzt werden kann.

Die Diagnostik

Eine detaillierte Blutanalyse (35 Messwerte) ist die Grundlage für die Erstellung des individuellen Ernährungsplans. Zusätzlich messen wir die Herzratenvariabilität (HRV) zur Erkennung des körperlichen Belastungszustandes.

Die Therapie

Die Überprüfung und falls nötig, Korrektur der Essgewohnheiten durch einen detaillierten Speiseplan, kombiniert mit unterstützenden Anwendungen, ermöglichen eine verbesserte Gewichtskontrolle und eine schrittweise Optimierung aller ernährungsbedingten medizinischen Indikatoren. Erholsamer Schlaf und allgemeines Wohlbefinden führen zu erhöhter Vitalität und Leistungskraft. Die gesteigerte körperliche und seelische Widerstandsfähigkeit wirkt anhaltend in allen Lebensbereichen.

METABOLIC BALANCE®

ENTHALTENE LEISTUNGEN IM DETAIL

PRIMÄRDIAGNOSTIK UND ÄRZTLICHE KOORDINATION

- Ärztliches Eingangsgespräch und Analyse der Anamnese
- Komplexes Blutlabor
- Begleitendes Monitoring des allgemeinen Wohlbefindens
- Messung des vegetativen Nervensystems (HRV)
- Konsultation mit Auswertung der Untersuchungen
- Koordinationsgespräch mit dem Therapeutenteam, Erklärung und Ernährungsplanerstellung
- Ärztliches Abschlussgespräch, Auswertung und Empfehlungen
- Dokumentation für die Krankenkasse

SPA RESORT RITUALE UND MEDIZINISCHE THERAPIEN

- Hydrocolon – Darmspülung und Sanierung
- Probiotische Revitalisation des Verdauungstraktes
- Gewebereinigung mit Pharmos® Detox Ganzkörper-Packung
- Ganzkörper-Entschlackungsmassagen mit Schröpfgläsern
- Stimulation spezifischer Fußreflexzonen
- Entspannungsbad mit der hauseigenen Alexandraquelle
- Anregung der Durchblutung mit Trockenes CO₂ Bad mit Sauerstoffinhalation
- Gezielte Aktivierung des Lymphflusses mit einer Lymphdrainage

EMPFEHLUNGEN UND GEEIGNETE KOMBINATIONEN MIT DEM PROGRAMM

- Energy boost Schottische Wechseldusche
- Wirkung von Sole und Salz im Solepool
- Entspannung im Dampfbad
- Phytomer® Pflanzliches Peeling mit natürlichen Enzymen
- Aktivierung des Energieflusses mit Bioenergetischen Übungen

DURCHATMEN UND AUFTANKEN

Achtsamkeit. Stressbewältigung. Entspannung.

AB 3 NÄCHTE - 9 ANWENDUNGEN

Der Beweggrund

Das ständig beschleunigte Lebenstempo führt zunächst unbemerkt zu permanent erhöhten Stressindikatoren und einem Gefühl nicht nachlassen wollender Belastung. Ein Innehalten und bewusstes Wahrnehmen des Hier und Jetzt ist unerlässlich um wirkliche Erholung wieder zu ermöglichen und neue innere Kraft zu schöpfen für die täglichen Belastungen.

Die Diagnostik

Die mehrmalige Messung und Analyse der Herzratenvariabilität (HRV) ermöglicht die Feststellung des Belastungszustandes des vegetativen Nervensystems (Sympatikus und Parasympatikus). Die verbesserte Entspannung während des Programmes ist nicht nur sofort spürbar sondern auch objektiv messbar. Statistische Vergleichsdaten machen die Resultate verständlich.

Die Therapie

Eine Reihe von Übungen ohne körperliche Anstrengung bewirkt inneren Frieden und Regeneration. Der Druck fällt ab und weicht einem Gefühl der Befreiung und Heiterkeit. Durch das Erlernen der Übungen in Verbindung zur Natur können diese Praktiken auch ohne weiteres zu Hause im Alltag wiederholt und fortgesetzt werden.

DURCHATMEN UND AUFTANKEN

ENTHALTENE LEISTUNGEN IM DETAIL

PRIMÄRDIAGNOSTIK UND MEDIZINISCHE KOORDINATION

- Eingangsgespräch, Erklärung des Programmes
- Begleitendes Monitoring des allgemeinen Wohlbefindens
- Messung des vegetativen Nervensystems (HRV)
- Koordinationsgespräch mit dem Kompetenzteam
- Abschlussgespräch zum Check Out, Auswertung und Empfehlungen
- Dokumentation für die Krankenkasse

SPA RESORT RITUALE UND MEDIZINISCHE THERAPIEN

- Grüntonerde-Packung mit Kaolin-Maske
- Shinrin Yoku – Heilsames Waldbaden
- Holistische Ganzkörpermassage mit Aromaöl
- Moorbad mit kolloidalem Silber
- Entspannungsbad mit der hauseigenen Alexandraquelle und beruhigenden Aromen
- Durchblutungsförderndes Trockenes CO₂ Bad mit Vliesgesichtsmaske
- Kopf-Nackenmassage mit Aromaöl
- Wasser Relaxation Ai Chi
- Aktivierung des Energieflusses mit Bioenergetischen Übungen

EMPFEHLUNGEN UND GEEIGNETE KOMBINATIONEN MIT DEM PROGRAMM

- Stimulation der Fußreflexzonen
- Energy Boost – Schottische Wechseldusche
- Wirkung von Sole und Salz im Solepool
- Gewebereinigung mit Pharmos® Detox Ganzkörper-Packung
- Entspannung im Dampfbad

POST COVID-19

Atemwege. Rekonvaleszenz. Prävention.

AB 7 NÄCHTE - 24 ANWENDUNGEN

Der Beweggrund

Die möglichen Auswirkungen einer Covid-19 Infektion werden nach und nach bekannt. Sowohl die körperlichen und neurologischen Funktionen können anhaltend beeinträchtigt sein, wie auch der Gemütszustand. Nicht nur direkt betroffene Menschen leiden unter den Konsequenzen dieser aggressiven Krankheit. Lang anhaltende Isolation, Höchstbelastung der Familien zu Hause und Ängste um die Zukunft werden unsere Gesellschaft lange beschäftigen.

Die Diagnostik

Eine Spirometrie ermittelt die Vitalkapazität der Lunge, ein Blutbild zeigt weitere Messwerte und Entzündungsparameter. Das EKG ermittelt die Funktionalität des Kreislaufs. HRV Messung zur Bestimmung des Ruhe- bzw Entspannungszustandes.

Die Therapie

Der Fokus des Programmes liegt auf der Atmung. Spezifische Atemtherapie kräftigt die Muskulatur und verbessert die Aufnahme von Sauerstoff. Aktive und passive Entspannungstherapie erzielt eine weitere Vertiefung der Wirkung. In relativ kurzer Zeit wird das Gefühl der Erschöpfung gelindert, das Immunsystem gekräftigt, und die Rückkehr zur vollen Leistungsfähigkeit beschleunigt.

POST COVID-19

ENTHALTENE LEISTUNGEN IM DETAIL

PRIMÄRDIAGNOSTIK UND MEDIZINISCHE KOORDINATION

- Eingangsgespräch, Erklärung des Programmes
- Spirometrie
- Bestimmung des Blut-Sauerstoffgehaltes
- Blutlaboranalyse
- Messung des vegetativen Nervensystems (HRV)
- EKG
- Konsultation, Auswertung von Untersuchungen
- Ärztliches Abschlussgespräch zum Check Out, Auswertung und Empfehlungen
- Dokumentation für die Krankenkasse

SPA RESORT RITUALE UND MEDIZINISCHE THERAPIEN

- Inhalation mit der Waldquelle (nach ärztlicher Indikation mit zusätzlicher Medikation)
- Diathermie – Anwendung von trockener Wärme im Brustbereich
- Applikation von Moorpackung
- Sauerstofftherapie für neurologische Stimulation
- Entspannende Rückenmassage
- Individuelle Krankengymnastik
- Atemübungen bei Aquagymnastik
- Spezielle Atemtechniken in der Atemschule
- Achtsamkeitsübungen beim Waldspaziergang
- Aromatherapie – Geruchstraining

EMPFEHLUNGEN UND GEEIGNETE KOMBINATIONEN MIT DEM PROGRAMM

- Entspannungsbad der hauseigenen Alexandraquelle mit Aromaduft
- Stimulation spezifischer Fußreflexzonen
- Energy Boost – Schottische Wechseldusche
- Wirkung von Sole und Salz im Solepool
- Entspannung im Dampfbad

RESILIENZ

Immunität. Lifestyle. Bio-Hacking.

AB 7 NÄCHTE - 20 ANWENDUNGEN

Der Beweggrund

Das Immunsystem hat eine große Bedeutung für die körperliche Unversehrtheit. Ein komplexes Netzwerk aus verschiedenen Organen, Zelltypen und Molekülen schützt vor potentiell schädlichen Einflüssen und Krankheitserregern der belebten Umwelt und sorgt für rechtzeitigen Abbau beschädigter Körperzellen.

Die Diagnostik

Die Bestimmung der Herzratenvariabilität (HRV) dient zur Analyse des Belastungszustandes des Körpers. Erhöhter Stress führt zu erhöhten Cholesterinwerten und Verringerung der Abwehrkräfte. Weitere spezifische Laborergebnisse zeigen uns den Zustand des Organismus. Eine einfache Schlafanamnese zeigt eventuelle Störungen auf. Ein UKK Belastungstest misst den Fitnessindex, und ermöglicht die Erstellung eines aufbauenden Trainingsplanes.

Die Therapie

Das Ziel ist der kontinuierliche Aufbau und die Erhaltung des relativ fragilen Regulationssystems des Körpers. Mit Hilfe von drei S, Sport (tägliche angemessene körperliche Aktivität), gesundem Schlaf und Stressbewältigung sowie einer unterstützenden richtigen Ernährung wird die Widerstandsfähigkeit nachweislich verbessert.

RESILIENZ

ENTHALTENE LEISTUNGEN IM DETAIL

PRIMÄRDIAGNOSTIK UND MEDIZINISCHE KOORDINATION

- Ärztliches Eingangsgespräch, Analyse von Anamnese
- Blutlabor
- Begleitendes Monitoring des allgemeinen Wohlbefindens
- Messung des vegetativen Nervensystems
- Konsultation, Auswertung von Untersuchungen
- Ärztliches Abschlussgespräch zum Check Out, Auswertung und Empfehlungen
- Dokumentation für die Krankenkasse

SPA RESORT RITUALE UND MEDIZINISCHE THERAPIEN

- Hydrocolon – Darmspülung und Sanierung der Darmflora
- Probiotische Revitalisation der Darmflora
- Biostimulanzkur mit 7 intramuskulären Injektionen
- Entspannungsbad der hauseigenen Alexandraquelle mit Kräuterextrakt und Packung
- Aktivierte subkutane CO₂ Injektionen – Kreislaufstärkung und Entzündungshemmung
- Anregung der Durchblutung mit Trockenes CO₂ Bad mit Sauerstoffinhalation
- Traditionelle Chinesische Ohrakupunktur
- Stimulation spezifischer Fußreflexzonen
- Energy Boost – Schottische Wechseldusche
- Aktivierung des Energieflusses mit Bioenergetischen Übungen
- Traditionelles Chinesisches Chi Gong
- Spezialtechniken in der Atemschule
- Aktive Bewegung bei Nordic Walking
- Kraftaufbau mit Zirkeltraining

EMPFEHLUNGEN UND GEEIGNETE KOMBINATIONEN MIT DEM PROGRAMM

- Infrarot Kabine
- Wirkung von Sole und Salz im Solepool
- Aufgussritual in der Finnischen Sauna
- Gezielte Aktivierung des Lymphflusses mit einer Lymphdrainage
- Holistische Ganzkörpermassage mit Aromaöl

50 PLUS - GESUNDHEIT FÜR IHN

Neue Kraft. Selbstbewusstsein. Well-Aging.

AB 7 NÄCHTE - 22 ANWENDUNGEN

Der Beweggrund

Müdigkeit, Bluthochdruck, Schlafstörungen, häufiges Aufstehen in der Nacht, sowie damit verbundene Probleme, über die Männer nur ungern sprechen. Wir bieten ein exklusives Paket für Männer, die sich ein Leben ohne Einschränkungen wünschen.

Die Diagnostik

Die Laboruntersuchung des Blutbildes, des Urins und eines prostata-spezifischen Antigens zeigen uns unerwünschte Veränderungen und mit der richtigen Anamnese und einer spezifischen urologischen Untersuchung können wir das Programm auf individuelle Bedürfnisse abstimmen.

Die Therapie

Stimulierende Anwendungen für den Beckenbereich bewirken eine bessere Durchblutung und Gewebeelastizität, und können die Kondition von Männern erheblich verbessern. Ziel ist es, so schnell wie möglich wieder ein uneingeschränktes Leben zu genießen und den Komfort und das Selbstvertrauen wiederzugewinnen.

50 PLUS - GESUNDHEIT FÜR IHN

ENTHALTENE LEISTUNGEN IM DETAIL

PRIMÄRDIAGNOSTIK UND MEDIZINISCHE KOORDINATION

- Eingangsgespräch, Erklärung des Programmes
- Blutlabor, PSA
- Urin Untersuchung
- Konsultation, Auswertung von Untersuchungen
- Ärztliches Abschlussgespräch zum Check Out, Auswertung und Empfehlungen
- Dokumentation für die Krankenkasse

SPA RESORT RITUALE UND MEDIZINISCHE THERAPIEN

- Entzündungshemmendes Trockenes CO₂ Bad zur Verbesserung der Nierenaktivität
- Pulsierende Magnettherapie
- Paraffin Packung
- Individuelle gezielte Beckengymnastik
- Diathermie - Anwendung von trockener Wärme

EMPFEHLUNGEN UND GEEIGNETE KOMBINATIONEN MIT DEM PROGRAMM

- Entspannungsbad der hauseigenes Alexandraquelle mit Aromadüften
- Stimulation von spezifischen Fußreflexzonen
- Bioenergetische Übungen
- Infrarot Kabine

AKTIV UND GESUND

Ihr Wohlbefinden liegt uns am Herzen.

Im Falkensteiner Spa Resort Marienbad helfen wir Ihnen Kraft zu tanken, die Leistungsfähigkeit zu fördern oder Körper und Seele zu entspannen.

Jede Woche bereiten wir für Sie ein neues Sportprogramm vor. Im Pool, Gymnastikraum oder Outdoor – halten Sie sich fit unter der Leitung geschulter Trainer und machen Sie mit!

Bauch-Beine-Po, Aquafit, Theraband, Faszientraining, Rückengymnastik, Stretching, Gymnastikball-Training, Yoga, Progressive Muskelrelaxation, Bioenergetische Übungen, Zirkeltraining oder Qi Gong.

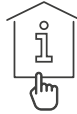
Sie fühlen sich wohler, wenn Sie alleine trainieren oder Ihnen passt der Kurstermin nicht? Wir werden uns Ihnen gerne individuell widmen und den Termin Ihren Wünschen anpassen. Bitte informieren Sie sich an der Spa Rezeption.

PERSONAL TRAINING

Individuell | Maßgeschneiderte Übungen | Persönlicher Trainingsplan

UKK TEST

Einfacher Test um die Leistungsfähigkeit des Herzkreislaufsystems festzustellen



KURPROGRAMME BUCHEN

Preise der Gesundheitsprogramme auf Anfrage

Buchung der Programme als Paket mit Unterkunft –
Info und Buchung über Reservierungsabteilung oder direkt
auf unserer Webseite www.falckensteiner.com

Buchung der Programme vor Ort – Spa Rezeption

+420 352 2003 50
reservations.marienbad@falckensteiner.com

www.falckensteiner.com/marienbad