



KNEIPP-KUR UND WELLNESSCENTER MÖNCHGUT

IM KNEIPP-KURORT
OSTSEEBAD GÖHREN AUF RÜGEN





Ostseebad Göhren – traumhafte Lage

Kneippkurort Ostseebad Göhren

Fünf Säulen für Ihr ganzheitliches Wohlbefinden

Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen – das ist das Ziel des einzigen ganzheitlichen Naturheilverfahrens, das aus Mitteleuropa stammt: das Gesundheitskonzept nach Kneipp.

Im Ostseebad Göhren, dem einzigen Kneippkurort an der deutschen Küste, finden Sie ideale Bedingungen für eine ausgewogene Entspannung und Gesundheitsprävention nach Kneipp, mit Hilfe der fünf Kneipp-schen Säulen, die erst zusammen ihre volle Wirkung entfalten:

Bringen Sie Ihr Innerstes in Gleichgewicht!
Seine innere Balance finden, neue Kraft tanken, mehr Lebensfreude genießen – das sind die Grundpfeiler der Kneipp-schen Gesundheitsphilosophie. Kommen Sie zur Ruhe in der traumhaften Umgebung Göhrens. Wasser von allen Seiten und tiefgrüner Küstenwald.

Weite Wiesen auf lieblichen Hügeln und gesunde Meeresluft. Hier können Sie durchatmen. In den verschiedenen Hotels und Gesundheitseinrichtungen Göhrens können Sie sich richtig verwöhnen lassen, mit entspannenden Massagen, Ayurveda-Behandlungen und anderen asiatischen Therapien, Anwendungen mit der wohltuenden Rügener Heilkreide und vielem mehr.

Im Kneipp-Kur & Gesundheitszentrum Göhren erwarten Sie Kneipp-sche Kräutertherapien wie Heusäcke oder Wickel.

Bringen Sie Ihr Leben in Bewegung!
Nordic Walking, Radfahren, Wandern oder Schwimmen in der Ostsee!



KNEIPP-Guss



Größtes Kneippbecken: die Ostsee



KNEIPP-Fußbad



KNEIPP-Tretbecken im Park

Urlaub & Gesundheit

Der KNEIPP-KURORT Ostseebad Göhren bietet Ihnen mit dem neuen Kur- und Wellnesscenter die neueste und wohl modernste Wellnessanlage in Göhren.

Im Zentrum des ganzheitlichen Wellnesskonzeptes steht die Physiotherapie mit vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten.

Verbinden Sie Ihren Aufenthalt im Ostseebad mit Gesundheit: Buchen Sie einfach das Quartier Ihrer Wahl und lassen sich von Ihrem Hausarzt, bzw. vom Kurarzt vor Ort die gewünschten Anwendungen verschreiben.

Selbstverständlich ist die Einrichtung krankenkassenzugelassen, sodass Ihre Rezepte anerkannt und über die Kassen abgerechnet werden können. Privatpatienten sind uns natürlich ebenfalls jederzeit herzlich willkommen.

Ansprechpartner:

Kneipp-Kur & Wellnesscenter

Waldstraße 7 · 18586 Ostseebad Göhren Insel Rügen

Tel. 038308 - 25 25 2, Fax 038308 - 25 25 8

www.ruegen-kur.de



Jagdschloss Granitz



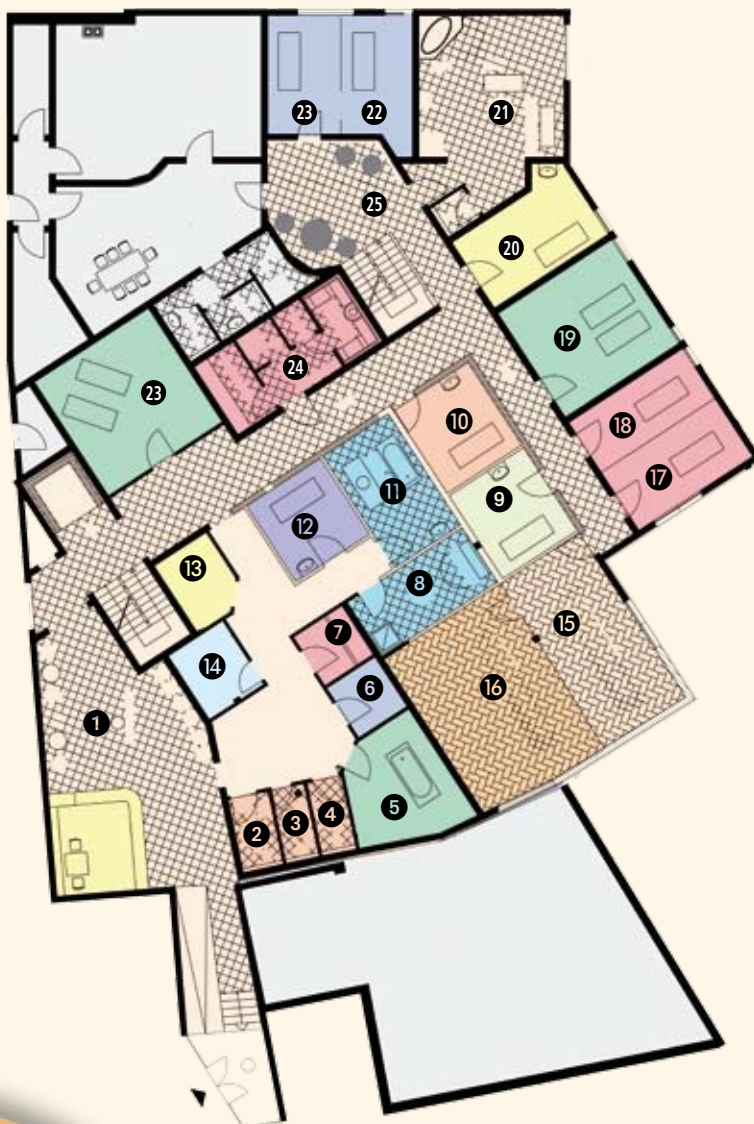
Rasender Roland



Seebücke Sellin



Empfang / Rezeption vom Kneipp-Kur & Wellnesscenter



Untergeschoss

- 1 Rezeption/Empfang
- 2 WC
- 3 WC Damen
- 4 WC Herren
- 5 Medizinisches Bad/Massage
- 6 KNEIPP-Armbäder/Inhalation
- 7 KNEIPP-Sitzbad
- 8 KNEIPP-Blitzguss
- 9 Massage
- 10 Massage/Schlingentisch
- 11 Unterwassermassage
- 12 Massage/Schlingentisch
- 13 Wickelraum
- 14 Vorbereitungsraum
- 15 Gymnastikraum
- 16 Turnraum
- 17 Softpack
- 18 Massage
- 19 Softpack/Massage
- 20 Kosmetik
- 21 Marmorzimmer/Massage/Klangwanne
- 22 Medizinische Fußpflege
- 23 Behandlungsraum Kosmetik
- 24 Rasulbad
- 25 Sitzecke



Fitness-Park mit Meerblick

Ernährung & Bewegung

„Bewegung an der frischen Luft ist die Basis für Lebensfreude und Leistungsfähigkeit ...“

Der weitläufige Kneipp- und Wellnesspark des Kneipp-Kur & Gesundheitscenter ist mit Rückenmassagegerät, Beintrainer, Sprungkrafttrainer, Schultertrainer, Beweglichkeitstrainer, Ganzkörpertrainer und weiteren Outdoor-Fitnessgeräten bestückt, an denen Sie sich körperlich betätigen können.

Die Geräte greifen die Aspekte Massage und Bewegung auf. Sie dienen verblüffend einfach und spielerisch der Stärkung von Kreislauf, Beweglichkeit und Koordination. Die Lockerung von Muskeln und die Massage von Akupunkturpunkten an Handflächen, Beinen und Rücken wirken entspannend, schenken Ruhe und Kraft. So tun Sie etwas für Ihr körperliches Wohlbefinden und nebenbei genießen Sie den gepflegten Park mit den herrlichen Ausblicken über das

Meer bis hin zur Kreideküste...

Genießen Sie eine ausgewogene Ernährung! Gesundheit und Genuss können eine köstliche Mischung sein. Dies können Sie in den zahlreichen Restaurants des Ortes testen. Die gesunde Spezialität natürlich: frischer Fisch in allen Variationen. Oder wie wär's einmal mit einer Kochschule oder einer Fastenwoche?

Freuen Sie sich auf die Kraft des Wassers!

Die Reizwirkungen des Wassers sind der bekannteste Teil der Kneipp-Therapie. Was eignet sich besser für die Stärkung Ihrer Gesundheit als die Kraft des Wassers für sich zu nutzen? Und das im Ostseebad Göhren, einem Ort, der von drei Seiten vom Meer umgeben ist.



verschiedene Outdoor-Fitnessgeräte



Ganzkörpertrainer



Park



„Marmorzimmer“ mit beheizbarer Marmorliege und Massagetisch

Leichtigkeit und Lebensfreude

Der Wunsch nach körperlicher Fitness wächst bei Alt und Jung.
Doch nur mit Muskeltraining ist es nicht getan.
Auch der Geist sucht Entspannung, Erholung und Energie. Der Mensch schöpft Lebensfreude aus einem Wohlbefinden, das sich erst einstellt, wenn alle Sinne zu Ihrem Recht kommen.
Ihre Gesundheit zu erhalten oder zur Gesundheit beizutragen, ist unser großes Anliegen!
Legen Sie Ihr Wohlbefinden in die geschulten Hände unserer Physiotherapeuten, die wahrlich Fingerspitzengefühl beweisen.

Zusätzliche Qualifikationen machen sie zu Experten ihres Fachs, von manueller Therapie über die Lymphdrainage bis zu gymnastischen Übungen.

- **Massagevielfalt:** Ob ayurvedische Massagen, Klangschalenmassage oder Lomi Lomi – tanken Sie Energie durch das Gefühl der absoluten Entspannung!



Massage



Lymphdrainage



La Stone - Kraft heißer Steine



Wellness-Klangwanne mit Farblichttherapie

In der Wellness-Klangwanne entspannen

- **Klangwanne:** eintauchen in wohltuende Schwerelosigkeit, die zur einzigartigen Entspannungsquelle für den Alltag wird. Wir verwöhnen Sie mit edelsten Düften. Die Badezusätze veranlassen so eine wirkungsvolle Inhalations- und Aromatherapie. Entspannende Hintergrundmusik in exzellenter Klangqualität sorgt für eine ausgewogene, angenehme Stimmung. Ein traumhaftes Farblichtspiel, welches die Regenbogenfarben im Badewasser widerspiegelt, unterstützt das physische Erleben.

Dieses Erholungsbad können Sie auch mit Ihrem Partner gemeinsam genießen. Genussvoll ist auch ein romantisches Rosenbad, ob allein oder zu zweit, mit anschließender Rosenölmassage. Unser Marmorzimmer stellt auch den noch so anspruchsvollen Gast zufrieden.



Klangtherapie



Rasulbad / Kreideschlammbad



Anwendung Rügener Heilcreide



Rügener Heilkreide – ein Naturprodukt

Lassen Sie sich einfach mal verwöhnen...

Eine wunderbare Art der Entspannung ist die Teilkörperpackung mit „Original Rügener Heilkreide“. Hierbei handelt es sich um ein Naturprodukt, welches sich besonders auszeichnet durch seine ästhetische, schneeweiße Farbe, die feinkörnige Struktur und die gute Speicherfähigkeit von Wärme oder Kälte.

Die Rügener Heilkreide entschlackt, wärmt den Körper und reinigt die Haut. Man nennt es auch „Das weiße Gold Rügens“. Mit Wasser vermischt, hat es eine erhöhte Fähigkeit, Wärme beizubehalten. Es regt den Stoffwechsel- und Durchblutungsprozess im gesamten Körper an und verbessert und stabilisiert das Immunsystem und die Atmungsfunktion der Haut. Diese wird sich spürbar sanfter anfühlen.

Schmerzlindernd, abschwellend, vitalisierend, hautverbessernd, zellerneuernd, entzündungshemmend und entkrampfend auf Ihrem Körper wirkt sich die Rügener Heilkreide aus.

Die Rügener Heilkreidepackung genießen Sie in unserer Softpack-Liege (Wasserbett) mit sanften Klangschwingungen und auf Wunsch mit einer wohltuenden Unterwassermassage.

Dem Körper etwas Gutes tun, damit die Seele wieder Lust hat, darin zu wohnen.



Softpack-System



Ölguss



einfach nur entspannen



„Rosenzimmer“ mit Softpack-Wasserbett und Massageliege

...und das von Kopf bis Fuß

Hier entfliehen Sie dem Alltagsstress, genießen Sie Erholung für Körper und Seele, Entspannung pur – fernab von Stress und Hektik

Ein liebevoll eingerichteter Raum, gedämpftes Licht mit einem mittig gestalteten wohltemperierten Soft-pack-System (Wasserbett). Pflegende Öle, duftende Kräuter und hochwertige Cremes stehen zur Behandlung bereit.

Ab hier heißt es für unsere Gäste entspannen und einfach nur genießen. Die aufbereiteten Medien werden nun aufgetragen und mit sanften streichenden Bewegungen verteilt.

Geschmeidig und weich umhüllt die Folie den Körper. Es senkt sich die Liegefläche völlig geräuschlos. So erleben Sie eine einzigartige Entspannung der Muskulatur sowie des Stützapparates und verstärken dadurch die therapeutische Wirkung der Anwendung. Die Rügener Heilkreide ist ein Naturprodukt...



Medizinische Fußpflege



moderne Behandlungsräume



Gesichtspackung



Kuren im Ostseebad Göhren

Die Heilbäder und Kurorte bieten mit ihren ortsgebundenen Kurmitteln des Bodens, des Klimas und der Landschaft schon traditionell eine breite Palette von Mitteln, die sich in der Kurtypischen Reiz- und Reaktionsbehandlung als Mittel für ein Funktions- und Regulationstraining seit Jahrhunderten bewährt haben. Sie sind besonders geeignet zur Erreichung von Prävention, Rehabilitation und der Kurierung chronischer Krankheiten, der Sicherung der Autonomie im Alter und der Gesundheitsförderung.

Das Ostseebad Göhren wirkt sich mit seinem Seeklima unter anderem besonders günstig aus auf:

- Erkrankungen der Bewegungsorgane
- Herz- und Gefäßkrankheiten
- Erkrankungen im Bereich der Atemwege
- Hauterkrankungen

Hier finden Sie als ortsspezifische Form der Therapie die Talassotherapie durch mildes Reizklima, Meerwasser und Küstenwäldungen. Ergänzende Therapieformen der Kurortmedizin sind:

- Bewegungstherapie
- Krankengymnastik
- Verschiedene Massagen (siehe Wellnessangebote)
- Elektrotherapie inkl. Stanger-Bäder
- Ultraschall
- Heilkreide, Fango und Pelose
- Klassische Homöopathie, Reiki, Autogenes Training
- Akupunktur, Kreidebäder, Lymphdrainage

Leistungsangebot des Kneipp-Kur und Wellnesszentrum Göhren

Massagen

- Ganzkörpermassage
- Teilmassage (z.B. Rückenmassage) Entspannungsmassage (mit ätherischen Ölen)
- Migränemassage (bei Kopfschmerzen und Migräne)
- UWM (Unterwasserdruckstrahlmassage)

- Lymphdrainage (Behandlung einer Extremität, Ganzkörper, Kompressionsbandagierung)

Packungen

- Rügener Heilkreide (Teilkörper und Ganzkörper)
- Algen
- Nachtkerzencremeölpackung
- Peloseheilschlamm
- Eiskompressen und Heißluft
- Infrarot-Bestrahlung

Krankengymnastik

- Manuelle Therapie (Untersuchung und Behandlung von wiederherstellbaren Funktionsstörungen an Gelenken und Wirbelsäule)
- Krankengymnastik (z.B. Atemtherapie, orthopädisches Turnen, Osteoporosegymnastik)
- Krankengymnastik im Bewegungsbad
- Cranio + sakrale Extensionsbehandlung
- gerätegestützte Krankengymnastik
- Schlingentischbehandlung

Bäder

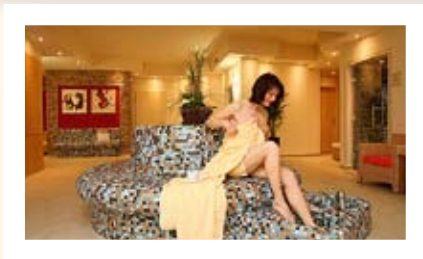
- Medizinisches Bad
- Stangerbad
- (Hydroelektrisches Vollbad)

Wärme-/Kältebehandlung

- Rotlicht
- Heiße Rolle (Rückenbehandlung)
- Kryotherapie (Eisbehandlung)

Elektrotherapie

- Ultraschall
- Phonophorese
- Niederfrequente Ströme (z.B. Reizstrom, Diadynamisch, Galvanisation)
- Elektrobildung



Sonstige Anwendungen

- Inhalationstherapie, Solarium, Klassische Homöopathie
- KNEIPP-Anwendungen: Güsse an Armen und Füßen, Sitzbäder, Wickel & Bürstenmassage
- Reiki, Yoga als Therapie
- Wirbelsäulengymnastik
- Entspannungsverfahren, Autogenes Training,
- Fünf Tibeter
- Medizinische Fußpflege
- Entspannung nach Jakobsen
- Entspannungstherapie
- Ernährungsberatung
- Nordic Walking
- Aquafitness

Die Offene Badekur

Natürlich können Sie jederzeit auf eigene Kosten zur Kur fahren. Aber fast jeder von uns hat einen Anspruch darauf, dass innerhalb des gegliederten Systems unserer Sozialversicherung einer der Träger die Kosten für eine Kur übernimmt oder zumindest bezuschusst, wenn eine Krankheit droht oder bereits vorliegt, die im Kurort erfolgversprechend behandelt werden kann.

Für weitere Fragen steht Ihnen Ihr Hausarzt oder Ihre Krankenkasse zur Verfügung.

Wie komme ich also zu einer „offenen Badekur“ ?

Zuerst sollten Sie sich die Dringlichkeit einer „Offenen Badekur“ von der behandelnden Ärztin / dem behandelnden Arzt bescheinigen bzw. verordnen lassen und vor Kurantritt bei Ihrer Krankenkasse eine Kostenübernahme beantragen. Also: Bitten Sie Ihre Hausärztin / Ihren Hausarzt, bei Ihrer Krankenkasse einen Antrag auf ambulante Heilbehandlung zu stellen.

Die meisten Krankenkassen halten Antragsformulare dafür bereit. Aufgrund unserer Heilanzeigen kann Ihre Ärztin / Ihr Arzt leicht erkennen, ob eine solche Behandlung in Ihrem speziellen Fall sinnvoll ist. Ihre Krankenkasse benötigt für die Bearbeitung ca. 3-4 Wochen. Die besten Erfolge werden erreicht, wenn die Kur an der See möglichst frühzeitig und lange genug durchgeführt wird (wenigstens aber 3 Wochen).

Eine Wiederholung ist oft sinnvoll, normalerweise wird sie von der Krankenkasse aber erst nach vier Jahren erneut genehmigt.

Was kostet mich so eine „Offene Badekur“ ?

Die Kosten für Ihre Heilbehandlung werden üblicherweise größtenteils übernommen, für die Aufenthaltskosten wird von einigen Krankenkassen zur Zeit ein Zuschuss gewährt. Dieser Zuschuss variiert allerdings von Krankenkasse zu Krankenkasse.

Sobald Ihre Krankenkasse die Kostenübernahme bestätigt hat, steht Ihren Reisevorbereitungen nichts mehr im Wege. Selbstverständlich sind Sie uns auch als Privatpatient herzlich willkommen.

Kontakte:

Kneipp-Kur & Gesundheitszentrum Mönchgut

Waldstraße 7 · 18586 Ostseebad Göhren Insel Rügen
Tel. 038308 - 25 25 2, Fax 038308 - 25 25 8

www.ruegen-kur.de

Ihr Gastgeber/Vermieter

Preisliste

Physiotherapeutische Maßnahmen

Krankengymnastik	20 Min.	23 EUR
Manuelle Therapie	20 Min.	28 EUR
Schlingentischbehandlung	20 Min.	18 EUR
Lymphdrainage	40 Min.	33 EUR
	20 Min.	20 EUR

Massagen

Klassische Ganzkörpermassage	50 Min.	55 EUR
	40 Min.	40 EUR
Klassische Rückenmassage	30 Min.	35 EUR
Boli Schulter-Nackentherapie	20 Min.	25 EUR
Wasserstrahlmassage im Thermo Spa	15 Min.	15 EUR

Massagen aus aller Welt

Abhyanga – Ganzkörpermassage	70 Min.	89 EUR
Padabhyanga – Beine & Füße	45 Min.	54 EUR
Stirnölguß mit Kopf-Gesichts-Massage	60 Min.	65 EUR
La Stone – Ganzkörpermassage	90 Min.	95 EUR
La Stone – Rückenmassage	45 Min.	50 EUR
La Stone – Schulter & Nacken	15 Min.	20 EUR
Lomi Lomi – Hawaiianische Massage	85 Min.	93 EUR
Klangschalenmassage	60 Min.	59 EUR

Physiotherapeutische Massagen

Teilmassage	20 Min.	20 EUR
Teilpackung mit Rügener Heilkreide	20 Min.	15 EUR
Unterwassermassage	20 Min.	27 EUR
Med. Bäder	25 Min.	22 EUR
Inhalation	10 Min.	8 EUR
Elektrotherapie/Ultraschall	5-10 Min.	7 EUR
Heiße Rolle	20 Min.	15 EUR

Kneippanwendungen

Ernährungsberatung – einzeln	45 Min.	39 EUR
Ernährungsberatung – zu zweit	60 Min.	49 EUR
Sitz- Arm- und Fußbäder	15 Min.	15 EUR
Blitzguss und andere Güsse	15 Min.	8 EUR

Wickel	40 – 60 Min.	15 EUR
Bürstenmassagen	20 Min.	20 EUR
Heusäcke	20 Min.	15 EUR

Körperpackungen im Wasserschwebbett oder Thermo Spa & Anwendungen

Packung mit Original Rügener Heilkreide	25 Min.	28 EUR
Algenpackung mit der Kraft des Meeres	25 Min.	30 EUR
Packung mit Nachtkerzenöl	25 Min.	38 EUR
Packung mit Mandelöl	25 Min.	29 EUR
Königsöl von Pharmos Natur	25 Min.	38 EUR
Creme – Packung von Pharmos Natur	25 Min.	38 EUR

Körperpeelings

Ostseepeeling mit Meersalz und Kreide	30 Min.	28 EUR
Ganzkörperpeeling mit Pharmos de luxe	30 Min.	34 EUR

Rasulbäder

Rasul mit Rügener Heilkreide für 1 Person	35 Min.	29 EUR
Rasul mit Rügener Heilkreide für 2 Personen	35 Min.	45 EUR
Rasul mit Heilschlämmen für 1 Person	35 Min.	29 EUR
Rasul mit Heilschlämmen für 2 Personen	35 Min.	45 EUR
Rasul mit Marokkanischer Heilerde für 1 Person	35 Min.	32 EUR
Rasul mit Marokkanischer Heilerde für 2 Personen	35 Min.	49 EUR
Rasul für 2 Personen mit anschliessender Paarmassage		93 EUR

Gesichtsbehandlungen für Sie

Pharmos 100% Natur Kosmetik Gesichtsbehandlung „Harmony“	60 Min.	59 EUR
Gesichtsmassage	30 Min.	34 EUR

„Strahlende Augen“ Deluxe Gesichtsbehandlung	30 Min.	32 EUR
„Lebensfreude“ SESAM MÉ – Straffungs- behandlung	90 Min.	92 EUR
MAYA MÉ – Regeneration After Sun	75 Min.	78 EUR
	90 Min.	109 EUR

Gesichtsbehandlungen für Ihn mit Dr. Spiller Kosmetik

Rügen Express – inkl. Handmassage	45 Min.	39 EUR
Rügen Relax – inkl. Schulter- Nackentherapie	75 Min.	59 EUR
Rügen Intensiv – inkl. Schulter- Armmassage	90 Min.	79 EUR

„Aus dem Garten der Natur“ Klassische Kosmetik inkl. Brauen zupfen und 10 Min. Massage	60 Min.	42 EUR
--	---------	--------

„Sanrita Balance“ Spezialgesichtskosmetik grüner Tee, Ginseng u. Olivenöl pflegen Ihre Haut, inkl. Wirkstoffkonzentrat, Brauen zupfen und 15 Min. Massage	75 Min.	54 EUR
--	---------	--------

Körperbehandlungen nach Pharmos Natur

JOY Ganzkörpermassage Aromatherapy	60 Min.	69 EUR
VEDA MÉ – der Sprung zur Leichtigkeit	90 Min.	98 EUR
ALAYA MÉ – Jungbrunnen für Haut und Stoffwechsel	90 Min.	112 EUR

GREEN LUXURY DETOX BEHANDLUNG EUROPEA	90 Min.	98 EUR
--	---------	--------

Besonderheiten erleben

Pantai Permanent Contour – Stempelmassagen	60 Min.	68 EUR
Bier für die Schönheit – Stempelmassage	50 Min.	59 EUR
Schönheitsbäder mit Pharmos Badesalzen für 1 Person	25 Min.	27 EUR

Schönheitsbäder mit Pharmos Badesalzen für 2 Personen	25 Min.	35 EUR
Rosenblütenbad für 2 Personen und je 1 Glas Sekt	40 Min.	50 EUR
Badetraum für 2 Personen: private Spa, Rosenblütenbad, Sekt und je 1 Verwöhnbehandlung Ihrer Wahl	3 Stunden	125 EUR p.P.

Ganzkörperbehandlung mit Dr. Spiller für „Sie und Ihn“
„Frühlingserwachen“ vitalreiche Sauerstoff-Cremepackung.
DIE Wohlfühlkur für Ihren Körper inkl. Ostseepeeling mit
Rügener Heilcreme 45 Min. 49 EUR

Kleine Extras für Sie – solo oder zur Anwendung buchbar

Augenbrauen färben mit Korrektur	20 Min.	12 EUR
Augenbrauen färben ohne Korrektur	10 Min.	8 EUR
Wimpern und Augenbrauen färben – mit Korrektur	30 Min.	18 EUR
Wimpern und Augenbrauen färben – ohne Korrektur	20 Min.	14 EUR
Tages Make Up	20 Min.	24 EUR

Maniküre mit Handbad, Nägel feilen, Nagelhaut entfernen,
Peeling und pflegender Handmassage
mit Lack 55 Min. 49 EUR
ohne Lack 45 Min. 45 EUR

Joy for feet – samtweiches Verwöhnprogramm für
Füße und Beine 40 Min. 49 EUR
Naturnagelverstärkung mit Geltechnik für die Füße
60 Min. 39 EUR

Medizinische Fußpflege inkl. Fußbad oder warmer
Heilkompressen 30 Min. 32 EUR
plus Pflegecreme und Lack 60 Min. 59 EUR

Haarentfernung „Sugaring“ ab 15 EUR

Rügener Heilkreidewoche

- Ganzkörperpackung in der Soft-Pack-Schwebeliege mit dem „Rügener Gold“
- Bürstenmassage zum durchbluten und peelen der Haut mit abschließendem Kreidebad
- Kreide-Meersalzpeeling und Ganzkörperpackung im Wasserbett
- entspannende Kopf-Gesichtsmassage kombiniert mit einer Teilkreidepackung für den Rücken
- pflegende und reinigende Kreidegesichtskosmetik

5 Tage **217** EUR pro Person

Entschlackungswoche

- entschlackende Algenpackung für den Körper im Wasserschwebbett
 - Lymphdrainage
 - Stoffwechsellregende Bürstenmassage und Stoffwechselbad mit Kräuterzusätzen, auf Ihren Typ abgestimmt
- inklusive 5 x Leibwickel
5 x Wechselgüsse
3 x Aquafitness

195 EUR pro Person

„Rülarx“ Pflegewoche

- aktivierendes Ganzkörperpeeling mit reichhaltigen Mineralstoffen - bringt die Haut zurück zum Ursprung
- Sauerstoff - Vitalpackung im Softpack mit straffenden Substanzen und pflegenden Ölen - damit kann Ihre Haut wieder aufatmen
- Ganzkörpermassage „Bio-Release“ - stärkt, repariert und stabilisiert
- Gesichts-, Hals- und Dekolleté Behandlung für die anspruchsvolle Haut inklusive Brauen und Wimpern färben
- belebende Fußmassage und Fußpeeling

189 EUR pro Person

Wirbelsäulenkur - 1 Woche

- 3 x Aquafitness
- 2 x Wirbelsäulengymnastik
- 3 x Lumbalguß
- 2 x Vitalmassagen für Ihren Rücken mit Teilpackungen mit Original Rügener Heilkreide
- 1 x klassische Rückenmassage und Ganzkörperkreidepackung im Softpack

178 EUR pro Person

Kneipp-Entdeckungswoche

- 3 x Wechselgüsse
- 2 x Vitalmassagen für Ihren Rücken mit Heusackauflage
- 2 x Leibwickel
- 1 x entspannende Kopf-Gesichtsmassage und Heilkreideteilpackung
- 1 x Kneippsche Bürstenmassage mit Duftölbäd

189 EUR pro Person

Beauty-Rügen-Woche

- 1 x Kosmetikbehandlung „Harmony“ mit Pharmos® Natur-Kosmetikprodukten
- 1 x Wohlfühl-Rückenmassage 30 Minuten
- 1 x Joy-Ganzkörpermassage mit Aromalöltherapie 60 Minuten
- 1 x Ganzkörperpeeling Deluxe nach Pharmos® Natur mit wertvollem Salz aus Palästina und Schwarzem Sesam
- 1 x SESAM MÉ - natürliches Bio-lifting für Gesicht, Hals und Dekolleté

298 EUR pro Person

Natürlich können Sie sich auch individuell Ihre Rügenkur zusammenstellen.
Bitte beachten Sie, dass die genannten Preise keine Übernachtungs- und Verpflegungskosten enthalten.
Diese buchen Sie direkt bei Ihrem Gastgeber.

Sind Sie neugierig?

... dann besuchen Sie uns.
Wir garantieren Ihnen zu jeder Jahreszeit
einen außergewöhnlichen Wellnessurlaub
an der Ostsee ...

Wir erwarten Sie!

Für die Beantwortung Ihrer Fragen steht Ihnen gern
Ihr Vermieter zur Verfügung:



KNEIPP-KUR UND WELLNESSCENTER
MÖNCHGUT

Mitglied im  
aktiv & gesund

Waldstraße 7 · 18586 Göhren Insel Rügen
Tel. 038308 - 25 25 2 Fax 038308 - 25 25 8
eMail: info@hotel-wellness-ruegen.de
www.ruegen-kur.de