



curhaus

BAD KREUZEN · BAD MÜHLLACKEN

ANGEBOTSFOLDER 2024



THERAPIE &
ERHOLUNG
BEI DEN
BESTEN!

Wir verwöhnen Sie in
zauberhafter Natur mit
Traditioneller Medizin
in Top-Qualität.

Mit neuer Energie in die Zukunft!

Curhaus Bad Kreuzen

AUSZEIT VOM ALLTAG ZUM REGENERIEREN - G'SUND WERDEN UND BLEIBEN

Im 1. Zentrum für Traditionelle Europäische Medizin (TEM), erleben Sie einen Wohlfühlurlaub der besonderen Art: Vom Essen über Kräuterwickel bis zum Massageöl ist alles auf Ihre Bedürfnisse und Konstitution individuell abgestimmt.

Wer Herzlichkeit ohne Aufdringlichkeit liebt, wird die Atmosphäre in unserem Haus lieben! Genießen Sie Ihren Urlaub am Sonnenhang mit Kräutergarten, Bio-Schwimmteich und Gradieranlage. Wandern Sie auf den Spuren einer der ältesten Kaltwasserheilanstalten Europas, erkunden Sie mit dem Rad die Reize des Strudengaus. Holen Sie sich bei den TEM-Ärzten Tipps zur persönlichen Vorsorge und lassen Sie sich von unserem versierten Therapeutenteam verwöhnen.

Curhaus Bad Mühlacken

AUSZEIT VOM „ZUVIEL“ IM LEBEN, WOHLFÜHLTAGE ZUM FASTEN UND FÜR INNENSCHAU

Fein und beseelt – so präsentiert sich das neue Zentrum für Gesundheit und Spiritualität am Eingang zum Naturschutzgebiet Pesenbachtal. Das Haus ist für seine Qualität im Bereich Fasten und individuelle Kurwochen bekannt, neu sind Angebote zur inneren Einkehr im Kloster.

Kloster und Gesundheitszentrum unter einem Dach, wenn auch klar abgetrennt. Diese Kombination, gepaart mit der Schönheit und Naturkraft des Pesenbachtals, verleiht dem Haus eine einmalige Atmosphäre. Ein idealer Ort für Ihre ganz persönliche Auszeit um seelischen Ballast abzuwerfen, zu entgiften und regenerieren. „Zeit, nur für mich“, Zeit für ein leichteres Lebensgefühl!

Bad Kreuzen

Sie finden uns ab Seite 4.

Bad Mühlacken

Sie finden uns ab Seite 32.

Dipl.-BW Friedrich Kaindlstorfer, MBA
Geschäftsführer

Elisabeth Rabeder
Betriebsleiterin

Curhaus Bad Kreuzen



Einbettzimmer „Komfort“ (Dusche / WC / TV / Balkon)	€ 145,-
Zweibettzimmer „Komfort“ (Dusche / WC / TV / Balkon)	€ 145,-
Einbettzimmer „Studio“ (Dusche / WC / TV / Balkon)	€ 153,-
Zweibettzimmer „Studio“ (Dusche / WC / TV / Balkon)	€ 153,-
Einbettzimmer „Klösterlich“ (Etagendusche / WC / TV)	€ 103,-

WICHTIGE INFOS

Preise pro Person/Nacht inkl. „Gesunde Auszeit“ (Vollpension) exkl. Ortstaxe. Kein Halbpensions-Abzug bei Paketen sowie bei nicht konsumierten Mahlzeiten.
Info: ab 2 Nächte buchbar

Aufpreis für Doppelzimmer zur Einzelbelegung € 25,- pro Nacht.

Hunde erlaubt – Aufpreis € 15,- pro Nacht.
(bei Reservierung unbedingt bekannt geben!)

Bitte erkundigen Sie sich vorab direkt bei Ihrer Krankenkasse um mögliche Zuschüsse zu Ihrem Kuraufenthalt in unserem Haus. Wir sind Partner der KFL OÖ, BVAEB, LKUF, KFG, KUF Tirol, des Österr. Kneippbundes, Gsund leben in Bad Kreuzen und der BioRegion Mühlviertel.

Im 1. Zentrum für Traditionelle Europäische Medizin, einem Ort der Ruhe und Regeneration, sind Gäste ab 16 Jahren herzlich willkommen.

Für Stornierungen bzw. bei vorzeitiger Abreise gelten die Bestimmungen des Österreichischen Hotelreglements.

Anreise: 14.00–16.00 Uhr

Abreise: bis 10.00 Uhr

Pauschalangebote enden mit dem Frühstück.

Abholung vom Bahnhof Amstetten, Grein oder Bad Kreuzen bei Bedarf möglich (Preis auf Anfrage).
Info ca. 3 Tage vor Anreise unter 072 66 / 6281 erbeten!



DONAU.Erlebnis Card mit vielen Vorteilen unter www.donaucard.info

„Gesunde Auszeit“ – Traditionelle Europäische Medizin in reizvoller Natur

Wie ein purpurner Faden zieht sich die TEM-Philosophie durch das Haus und ist in der Therapie, im archetypischen Speiseangebot, im Gästeprogramm und in vielen anderen liebevollen Details spürbar.

- **Reichhaltiges Frühstücksbuffet / mittags und abends archetypisches Wahlmenü mit Salatbuffet.**
Jedes Package beginnt mit dem Abendessen und endet nach dem Frühstück. (Anreise 14.00-16.00 Uhr, Abreise bis 10.00 Uhr)
Auch Allergiker und Urlauber, welche an unterschiedlichen Unverträglichkeiten leiden, dürfen bei uns einen kulinarischen Genuss mit Lebensmitteln aus der BioRegion Mühlviertel erleben.
- **Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen**
- **Naturbadeteich, großes Hallenbad, Bio-Sauna, Finnische Sauna und Infrarot-Kabine**
- **Größter Kneipp-Garten Österreichs mit Heilkräutern, Kneipp-Anlage, Barfußparcours und Gradierwerk mit frischem Tannenreisig**
- **125 km herrliche Wander-, Nordic Walking, und Laufwege in der BioRegion Mühlviertel – Fahrräder und Schneeschuhe während des Aufenthalts gratis**
- **E-Bikeverleih und E-Ladestation kostenpflichtig**
- **Kuscheliger Bademantel, Badetücher und Badetasche für die Zeit Ihres Aufenthalts gratis**
- **Möglichkeit am gemeinsamen Gebet der Schwestern, sowie an der Eucharistiefeier**
- **Attraktives 5-Säulen-Gästeprogramm**
Meditation, Sing-Runde, Vorträge über Traditionelle Europäische Medizin. Themenworkshops (Räucher-, Kräutervorträge oder Tee-Ritual) gegen Aufpreis.





TEM – TRADITIONELLE EUROPÄISCHE MEDIZIN

Wir brauchen nicht in die Ferne nach China oder Indien zu schweifen, denn alte, wirkungsvolle Heilkunst liegt so nah! Unser Curhaus ist auf die Traditionelle Europäische Medizin (TEM) spezialisiert. Wir kombinieren die Erfahrungsmedizin mit moderner Schulmedizin mit dem Ziel, den Gast typgerecht bei der Gesundheitsvorsorge zu unterstützen bzw. Beschwerden zu lindern. Er bekommt Anregungen, wie er auch in fordernden Zeiten gesund bleibt.

Jahrtausendelange Erfahrung

Die TEM ist beinahe 3000 Jahre lang erprobt, erweitert und gelebt worden und kann uns bedeutende Impulse für Prävention und Heilung liefern. Hildegard von Bingen, Paracelsus, Rudolf Steiner und Sebastian Kneipp sind nur einige der bekannten Namen in der TEM. Experten graben immer mehr Puzzleteile zur Heiltradition aus und interpretieren sie nach modernen Kriterien. In diesem weiten Feld haben Methoden und Anwendungen wie zum Beispiel

Aderlass, Schröpfen, Klostermedizin, Heilpflanzen, Wickel, Güsse, Bäder und Bewegungsübungen der Kelten ihren Platz. Die TEM kann begleitend und unterstützend zur Schulmedizin eingesetzt werden.

Weites Feld der Wirkung

Die TEM nimmt den Menschen mit seinen Anlagen im Wechselspiel mit seiner Lebensumwelt wahr. Ihr Wirkfeld ist ein umfassendes, mit Schwerpunkt auf Vorbeugung, funktionellen Störungen und chronischen Erkrankungen. Erfolgreich eingesetzt wird die TEM zum Beispiel bei Folgen von Stress und Erschöpfung, bei Erkrankungen des Bewegungsapparates und des Herz-Kreislauf-Systems, bei Migräne, Schlafstörungen, Bronchitis, Verdauungsproblemen, Wechselbeschwerden, Allergien, in der Rehabilitation sowie in der Rekonvaleszenz nach Operationen. Die TEM behandelt kein Symptom, sondern bezieht sich auf den Archetyp des Menschen, was ein weiteres Spektrum der konstitutionsbezogenen Anwendungen eröffnet.

Lehre von vier Säften und vier Temperamenten

Den Menschen in seiner Körper-Geist-Seele Einheit mit seinen Stärken, Schwächen und Einflüssen wahrzunehmen, ist die Stärke der TEM. Basis sind die Vier-Elemente-Lehre und die Vier-Säfte-Lehre nach Hippokrates mit den dazugehörigen vier Temperamenten/Archetypen: Sanguiniker, Choliker, Phlegmatiker und Melancholiker. Krank oder geschwächt ist ein Mensch, wenn ein Ungleichgewicht der Säfte (= Lebensenergien) vorhanden ist. Der Arzt kann die Voraussetzung für Heilung schaffen. Selbstheilung, Bewusstsein und Verantwortung der eigenen Gesundheit gegenüber spielen bei Prävention und Genesung ebenso eine wichtige Rolle.

Die Selbstheilungskraft stärken

Die Wahrnehmung mit allen Sinnen unterstützt dem TEM-Arzt neben dem Gespräch bei der Diagnose. Iris-, Zungen- und Pulsbefundung helfen Medizinern und Therapeuten, eventuelle Schwachpunkte zu erkennen, die noch symptomlos sind, aber sich irgendwann als Krankheit manifestieren können. Mit dem Gast wird in unserem Curhaus ein Konzept erstellt, die Selbstregulation und die Selbstheilung anzuregen.



WELCHER ARCHETYP SIND SIE?

Jeder Mensch hat gemäß seinen Anlagen eine Grundkonstitution. In ihrer Reinform kommen Sanguiniker, Choliker, Melancholiker oder Phlegmatiker kaum vor. Mit Fragebogen, Gespräch und Untersuchung beim TEM-Arzt kann, über die momentane Ausprägung des Temperaments hinaus, der Grundtypus bestimmt werden. Der Archetyp zeigt Stärken, Schwächen und Anfälligkeiten für bestimmte Beschwerden, aber auch Ansätze zur Heilung.



Bestimmen Sie Ihren Archetyp schnell und kostenlos unter:
www.curhaus.at/archetypen.html

ALTE TRADITION – NEUE METHODEN

Um die Qualitäten der Säfte auszugleichen, wenden wir im 1. Zentrum für TEM traditionelle, überlieferte und neu entwickelte Methoden an:

- Spezielle Untersuchung durch den TEM-Arzt
- Reflexologie/Reflexpunkt-Behandlung oder ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“
- Individuelle Wickel und Wasseranwendungen
- Aderlass nach Hildegard von Bingen
- Ausleitverfahren nach TEM, Detox
- Typgerechte Ernährung
- Heilpflanzen und Kräuter haben in der TEM ihren Fixplatz
- Lebensordnung und Spiritualität
- Wandern, Bogenschießen und Wyda



Spezial Auszeit

ZEIT FÜR MICH

Diese Woche weckt neue Lebensfreude und Energie! Verbringen Sie glückliche Tage, ob entspannt im Haus oder aktiv in der Natur bei schönen Wanderungen.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)

Tipp

Zusätzliche Behandlungen buchbar
+43 (0) 7266 / 6281-151

STUDIO
7 Nächte DI-DI € 918,-

KOMFORT
7 Nächte DI-DI € 870,-

KLÖSTERLICH
7 Nächte DI-DI € 618,-

Begrenzte Personenanzahl pro Woche!

Aktion

7 Nächte genießen -
nur 6 bezahlen!

NUR BUCHBAR
VON DIENSTAG
BIS DIENSTAG!

Goldene Genussstage

AUSZEIT MIT MEHRWERT IM ANTON BRUCKNER JAHR

Lassen Sie, wie einst der weltberühmte Komponist, den Alltag hinter sich, entspannen Sie in der Natur und genießen Sie die Wohlfühlwendungen im Haus.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- 1 Kräuter-Auflage und 1 TEM Guss
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm
- Wyda – Mental- und Körpertraining (MO–FR inkl. Wyda-Broschüre)

Tipp

Heilmassage zubuchbar: +43 (0) 7266 / 6281-151

STUDIO
3 Nächte DO-SO € 444,-
4 Nächte SO-DO € 599,-
6 Nächte SO-SA € 895,-

KOMFORT
3 Nächte DO-SO € 423,-
4 Nächte SO-DO € 571,-
6 Nächte SO-SA € 853,-

KLÖSTERLICH
3 Nächte DO-SO € 309,-
4 Nächte SO-DO € 419,-
6 Nächte SO-SA € 625,-

Ein Wohlfühltag für mich

Ein Tag in besonderem Ambiente ganz nach Ihrem Geschmack.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Tagesaufenthalt im Ruheraum
- Wählen Sie aus einem unserer Wohlfühlpakete:
 - Gesunder Rücken: 1 Wechsel-Arm-Nackenguss
1 Kräuterauflage
1 Heilmassage, 20 Min.
 - Detox-Paket: 1 Heusack Leber
1 TEM-Peeling
 - Entspannung pur: 1 TEM-Balance Behandlung, 25 Min.
1 Heusack klein
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm

Tipp

Zusätzliche Behandlungen
buchbar +43 (0) 7266 / 6281-151

1 Tag € 150,-
Montag bis Samstag buchbar



Das Vor und Danach bestimmen den dauerhaften Erfolg

Unsere Begleitung geht über den Fasten- oder Detox-Aufenthalt hinaus. Tipps zur Entlastungswoche stimmen Sie mild auf die folgende Reinigung ein. Für die Aufbau- und Entlastungstage daheim bekommen Sie Rezepte und Infos mit, um die Ernährungsveränderung, den Fastenerfolg und das leichtere Lebensgefühl zu erhalten.

Info

EINZIGARTIG: Für jeden Fasten- und Detox-Gast EXTRA



DER „LEICHTER LEBEN COACH“- Ihre Online-Betreuung zu Hause

Eine Woche vor und zwei Wochen nach Ihrer Fasten- oder Detox-Woche erhalten Sie auf Wunsch tägliche Anregungen, Übungen, Informationen und Rezepte online nach Hause. Diese sind abgestimmt auf die 5 Säulen der Gesundheit: Ernährung, Lebensordnung, Heilpflanzen, Bewegung und Wasser & Wickel.

Im Juni 2019 wurde unsere App „Leichter Leben Coach“ als Gewinner der **European Health & Spa Awards 2019** in der Kategorie „Beste technische Produktinnovation“ ausgezeichnet. Weitere Informationen finden Sie unter www.leichter-leben-coach.at

„FASTEN UND LOS GEHT'S“

Lust auf Wohlfühlgefühl und mehr Leichtigkeit? Dann fasten Sie doch! Welche Art des Fastens zu Ihnen passt und deshalb auch am besten gelingen kann zeigt Ihnen ein einfacher Test. Eine Woche Basenfasten, ein Detox-Weekend, Entlastungstage oder doch lieber Intervallfasten? Die fix und fertigen Sorglos-Pakete, von der Einkaufsliste bis zum schmackhaften Rezept, bieten alles was Sie brauchen, damit Sie sofort loslegen können. Noch nie war Fasten so einfach!

128 Seiten Informationen, Tipps und Rezepte. ISBN 978-3-7088-0809-3



Detox auf Europäisch – intensiv

EXKLUSIV BEI DEN MARIENSCHWESTERN!

Möchten Sie körperlich wie mental Ballast abwerfen? Dann ist diese auf Ihren Typ und Ihre Bedürfnisse abgestimmte Reinigung und Entgiftung das Richtige. Die Selbstheilung wird angekurbelt, und Beschwerden werden gelindert. Sie kehren erholt und energiegeladener in den Alltag zurück.

- Vollpension mit typgerechter, ausgewogener und leicht bekömmlicher Detox- bzw. Fastenernährung
- Ausleitung mit individuellen Kräutern
- 1 Anfangsuntersuchung 45 Min. durch einen TEM-Arzt
- Individuelle vertiefende, typgerechte Ernährungsberatung, 20 Min.
- Ärztlich verordnete Behandlungen wie Wickel, Güsse, Bäder
- 1 ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.
- Anleitung zur Selbstanwendung Darmreinigung
- 2x Ausleitungs-Ölmassage, 30 Min.
- Archetypisches Saunaritual
- TEM Bewegungsimpuls nach ärztl. Empfehlung (MO–FR)
- Ernährungsvorträge und Gespräche
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm
- TEM-Abschlussuntersuchung

- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)



STUDIO		
13 Nächte	SO-SA	€ 2.914,-
6 Nächte	SO-SA	€ 1.457,-

KOMFORT		
13 Nächte	SO-SA	€ 2.830,-
6 Nächte	SO-SA	€ 1.415,-

KLÖSTERLICH		
13 Nächte	SO-SA	€ 2.374,-
6 Nächte	SO-SA	€ 1.187,-

Tipp

Für eine intensive Reinigung empfehlen wir eine 2-3 Wochen Detox-Cur. Infos bei Buchung.

Info

DETOX auf Europäisch
In der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) mit ihrem Schatz an Heilkräutern, individueller Ernährung, Wasseranwendungen, speziellen Impulsen zu Bewegung und Lebensstil kann für jeden Gast ein typgerechtes Konzept erstellt werden. Ziel ist, angesammelte Stoffwechselprodukte auszuleiten, gestaute Emotionen wieder in Fluss zu bringen und zu viele Kilos loszuwerden. Die Atmosphäre zum Wohlfühlen hilft beim Entrümpeln und Entspannen! Anti-Aging und Prävention vom Feinsten!

Fasten in der Traditionellen Europäischen Medizin

Befreien Sie Körper, Geist und Seele von unnötigen Altlasten. „Erleichtern“ Sie Ihr Leben und starten Sie energievoll neu durch.

Basisinhalte der Fastenwochen:

- 1 Anfangsuntersuchung 30 Min. durch einen TEM-Arzt
- 1 ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.
- Anwendungen aus der Traditionellen Europäischen Medizin (3 Wickel und 3 Güsse/Bäder)
- Bewegungseinheiten aus der TEM (MO–FR)
- Tägliche Fastenbegleitung mit Austauschgesprächen
- Vorträge und Impulse zum Fasten
- Gemeinschaftliche Aktivitäten – speziell auf Ihre Fastenwoche abgestimmt, wie geführte Wanderungen, Vorträge und Meditationen
- TEM-entsprechender individueller Einsatz von Kräutern (Tees, Pastillen usw.)
- Individueller Einsatz von Ausleitungsverfahren

- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)

STUDIO
6 Nächte SO-SA € 1.285,-

KOMFORT
6 Nächte SO-SA € 1.243,-

KLÖSTERLICH
6 Nächte SO-SA € 1.015,-

Teilnehmerzahl:
mind. 9 Personen



Info

Fasten nach der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

Sanguiniker, Choliker, Phlegmatiker und Melancholiker – so heißen die vier Archetypen in der TEM. Die meisten Menschen sind Mischtypen mit einem vorherrschenden Prinzip, das durch Anlagen und Konstitution bestimmt wird. In dieser Fastenwoche gehen wir auf Ihre ganz persönlichen archetypischen Bedürfnisse ein. Die Therapien werden gezielt auf Ihre individuellen Persönlichkeitsmerkmale abgestimmt.

Basenfasten

Begleitung: Sabine Gruber
(med. Masseurin, spir. Fastenbegleiterin)

Termine:
17.03. bis 23.03.2024
24.11. bis 30.11.2024

- Fastenvollpension „Gesunde Auszeit“ mit Basenkost (ohne Rohkost): Getreidebrei, Gemüsegerichte und Gemüsesuppen

Fasten nach Buchinger/Lützner

Begleitung: Sigrid Kastner
(Diätologin, spir. Fastenbegleiterin)

Termine:
10.03. bis 16.03.2024
08.12. bis 14.12.2024

- Fastenvollpension „Gesunde Auszeit“ mit frisch zubereiteten Obst- und Gemüsesäften, basischen Gemüsebrühen und -püreesuppen

Gemüse-Kräuterfasten

Begleitung: Monika Lechner-Kronsteiner
(Kräuterpädagogin, TEH-Praktikerin, spirituelle Fastenbegleiterin)

Termine:
03.03. bis 09.03.2024
06.10. bis 12.10.2024

- Fastenvollpension „Gesunde Auszeit“ mit Gemüse- und Kräuter Suppen, Gemüse- und Kräuter Gerichte und Gemüse- und Kräuter Säfte



Heilfasten nach Hildegard von Bingen

„Die Seele liebt in allen Dingen das diskrete Maß.“ (Hildegard von Bingen) Eine einfache und effektive Methode, um den Körper von seinen Gift- und Schlackenstoffen zu reinigen und die Seele von ihren Belastungen zu befreien.

- Fasten-Vollpension „Gesunde Auszeit“ – Hildegardfasten
- Bärwurz-Birnhonig-Ausleitungskur während der Fastenwoche
- 1 ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung
- Anwendungen aus der Traditionellen Europäischen Medizin (5 entgiftende Leberheusäcke und 2 Güsse)
- 1 Ausleitungs-Ölmassage aus der TEM, 30 Min.
- Täglich Morgengymnastik, leichte Wanderung
- Themenbezogene Vorträge und Informationen
- Tägliche „Fasten-Sprechstunde“ mit persönlicher Hildegardberatung
- „Fasten-Tagebuch“ mit Rezepten und Informationen
- Angebot der Herzmeditation (spirituelle Übung aus der TEM)
- Ihre Fastenbegleiterin ist täglich 24 Stunden für Sie da!
- Gemeinschaftliche Aktivitäten
- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)

STUDIO
6 Nächte SO-SA € 1.247,-

KOMFORT
6 Nächte SO-SA € 1.205,-

KLÖSTERLICH
6 Nächte SO-SA € 977,-

Begleitung:
Maria Hafellner,
ärztlich geprüfte Fasten-
und Gesundheitstrainerin

Termine:
04.02. bis 10.02.2024
03.11. bis 09.11.2024

Teilnehmerzahl:
mind. 9 Personen

Hinweis

Wichtig: Es ist eine sehr schonende Fastenform mit fester Nahrung und ohne Einlauf, Bittersalz oder Glaubersalz

Info

Fasten nach Hildegard von Bingen bedeutet, Lebensmittel und Heilmittel zu sich zu nehmen, die dem ganzen Menschen guttun und das in einer kalorienreduzierten Form, um den Organismus zu entlasten und ihm die Möglichkeit zur Regeneration zu geben. Dieses Fasten ist eine Wachstumschance für Seele und Geist, um wieder das Wesentliche im Leben zu erkennen.

Zum Frühstück gibt es Fencheltee, Dinkelkaffee und Dinkelbrot. Dinkelsuppen mit Gemüse zu Mittag und am Abend. Gewürzt in der Tradition der Hildegardküche mit heilsamen, entgiftenden Gewürzen.



KneippCur

BELEBENDES WASSER AUF UNSERER HAUT

Unser ausgezeichnetes Ärzteteam gestaltet mit Ihnen gemeinsam einen Kurplan, der ganz genau auf Ihre gesundheitlichen Beschwerden eingeht. Stärken Sie mit Güssen, Bädern und Wickel Ihr Immun- und Gefäßsystem.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- 1 ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung
- Vom Arzt verordnete Kneipp-Anwendungen (Wickel, Güsse, Bäder, Inhalationen)
- 5x Gruppengymnastik pro Woche
- 1 Heilmassage, 20 Min.
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm

Aktion

13 Nächte zum Preis von 12!
20 Nächte zum Preis von 18!

STUDIO
6 Nächte SO-SA € 1.226,-
13 Nächte SO-SA € 2.452,-
20 Nächte SO-SA € 3.678,-

KOMFORT
6 Nächte SO-SA € 1.184,-
13 Nächte SO-SA € 2.368,-
20 Nächte SO-SA € 3.552,-

KLÖSTERLICH
6 Nächte SO-SA € 956,-
13 Nächte SO-SA € 1.912,-
20 Nächte SO-SA € 2.868,-

Verwöhntage für die Frau

ZEIT FÜR MICH

Nach diesem Motto wollen wir Frauen in jeder Lebensphase genüssliche und entspannende Wohlfühltage beschreiben. Bei der innovativen ganzheitlichen Frauenheilmassage werden Lymph- und Hormonsystem, sowie die Organfunktionen aktiviert.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- 1 Frauenheilmassage, 60 Min.
- 1 TEM Guss, 1 Heusack
- Entspannung nach Jacobson
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm

STUDIO

3 Nächte	DO-SO	€ 587,-
4 Nächte	SO-DO	€ 735,-
6 Nächte	SO-SA	€ 1.030,-

KOMFORT

3 Nächte	DO-SO	€ 566,-
4 Nächte	SO-DO	€ 707,-
6 Nächte	SO-SA	€ 988,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte	DO-SO	€ 452,-
4 Nächte	SO-DO	€ 555,-
6 Nächte	SO-SA	€ 760,-

Spezialwissen für die Frau

ERHOLEN UND GENUSSVOLL NEUES LERNEN

Kräftigen Sie Ihr Immunsystem und stärken Sie Ihren Darm und die Organe mit unserem Power-Programm. Wählen Sie zwischen den zwei Schwerpunkten „Ausgleichen und harmonisieren mit Sommerkräutern“ und „Immunsystem stärken“. Ein Powerprogramm mit Mehrwert!

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Frauenheilmassage, 60 Min.
- Workshops mit je 3h

Tipp

Mehr Spezialworkshops finden Sie auf Seite 31.

STUDIO

3 Nächte	DO-SO	€ 550,-
----------	-------	---------

KOMFORT

3 Nächte	DO-SO	€ 529,-
----------	-------	---------

KLÖSTERLICH

3 Nächte	DO-SO	€ 415,-
----------	-------	---------

Termine:

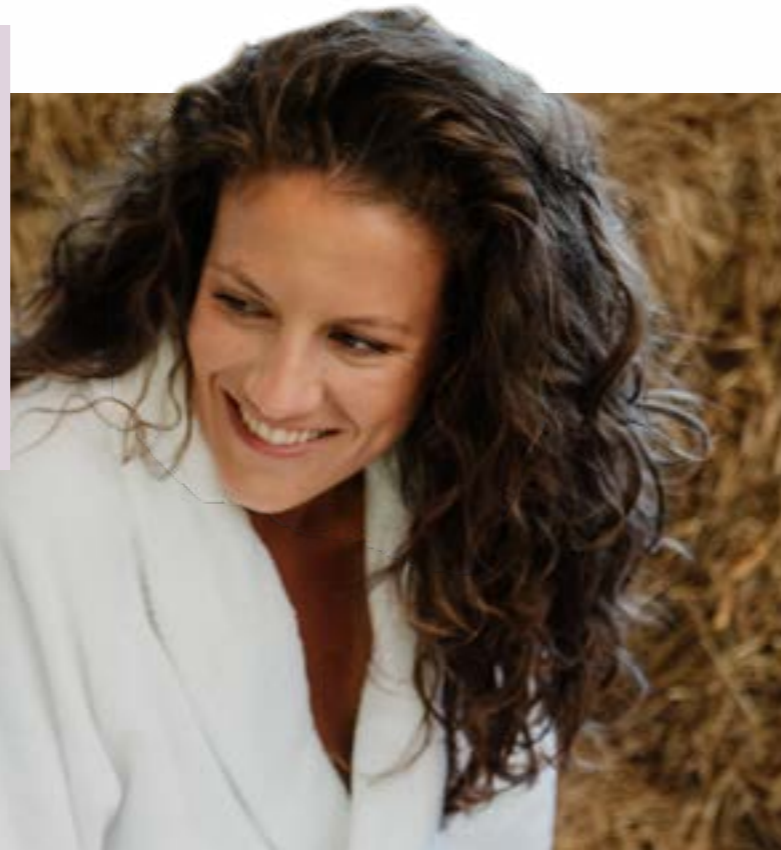
„Ausgleichen und harmonisieren mit Sommerkräutern“
27.06. bis 30.06.2024

„Immunsystem stärken“
03.10. bis 06.10.2024

Info

Frauenheilmassage

Egal zu welcher Lebensphase, diese Ganzkörper-Spezialmassage ist effektiv: Sie entfaltet von der Pubertät bis zu den Wechseljahren, bei Kinderwunsch, in der Schwangerschaft und nach der Geburt, bei Endometriose, Migräne, Schlafstörungen, zum Stressabbau, Schilddrüsenfehlfunktionen, bei Atemwegserkrankungen, Allergien, Verdauungsbeschwerden bis hin zu Blasenproblemen ihre heilsame Wirkung.



Kräuterkurs mit Monika Lechner- Kronsteiner

Kräuterwanderung, Verarbeitungsmöglichkeiten und Zubereitung von Heilpflanzenprodukten zum Thema.

Ernährungs- seminar mit Sigrid Kastner

Spezielle Tipps für die Frau im Frühjahr bzw. Herbst mit praktischer Umsetzung sowie Fragemöglichkeit.

Räucher Workshop mit Ulrike Hausleithner

Wie wird geräuchert/ welche Pflanzen und Harze kann man verräuchern. Herstellen einer Räuchermischung zum Thema Wohlfühlen & Frauengesundheit.

Jeder
Gast erhält bei den
einzelnen Workshops
ein kleines Mitbringsel
für zuhause.



Info

Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“

Schließen Sie Ihre Augen und genießen Sie individuell abgestimmte Massagetechniken und -griffe, Reflexpunktbehandlungen sowie Kräuter und Öle nach Ihrem Archetyp.

Ganzheitliche Gesundheit für mich

MIT TRADITIONELLER EUROPÄISCHER MEDIZIN

Körper, Geist und Seele in Balance bringen.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- 1 Anfangsuntersuchung 45 Min. durch einen TEM-Arzt inkl. Iridologie, Zungen- und Pulsbefundung
- TEM-Gesundheitsanwendungen, abgestimmt auf Ihr persönliches Temperament (3 Wickel, 3 Güsse/Bäder)
- 1 ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.
- TEM-Ernährungsberatung & TEM-Abschlussuntersuchung
- Wyda – Mental- und Körpertraining (MO–FR inkl. Wyda-Broschüre)

FÜR
ERST-
BUCHER

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.325,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.283,-

KLÖSTERLICH

6 Nächte SO-SA € 1.055,-

Tipp

Kombinieren Sie beide Pakete für Ihr zweiwöchiges TEM-Erlebnis.

Ganzheitliche Gesundheit für mich - intensiv

Sammeln Sie weitere Erfahrungen mit der TEM.

Kann nur aufbauend auf das Angebot „Ganzheitliche Gesundheit für mich“ gebucht werden!

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- 1 ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung
- TEM-Gesundheitsanwendungen, abgestimmt auf Ihr persönliches Temperament (3 Wickel, 4 Güsse/Bäder)
- 1 ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.
- Wyda – Mental- und Körpertraining (MO–FR inkl. Wyda-Broschüre)
- 2x Einzel-Wyda oder meditatives Bogenschießen
- TEM-Abschlussuntersuchung

FÜR
KENNER

Aktion

13 Nächte zum Preis von 12!

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.325,-

13 Nächte SO-SA € 2.650,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.283,-

13 Nächte SO-SA € 2.566,-

KLÖSTERLICH

6 Nächte SO-SA € 1.055,-

13 Nächte SO-SA € 2.110,-

Bewegung für die Seele

IHR PLATZ IN DER NATUR

In die Pedale treten oder die Wanderstöcke zur Hand nehmen. Erkunden Sie die Umgebung des sanft-hügeligen Mühlviertels. Die schönsten Wander- und Radtouren warten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Genießen Sie bewegende und bewegte Tage für Leib und Seele im Haus und in der Natur draußen.

- Halbpension (Frühstück und Abendessen)
- 1 Sportler-Guss und 1 Heilmassage, 30 Min.
- Kostengünstiger E-Bike Verleih im Haus
- Rad- oder Wanderkarte der Region
- Lunchpaket und Mittagessen zubuchbar

STUDIO

3 Nächte	DO-SO	€ 445,-
4 Nächte	SO-DO	€ 566,-
6 Nächte	SO-SA	€ 810,-

KOMFORT

3 Nächte	DO-SO	€ 424,-
4 Nächte	SO-DO	€ 538,-
6 Nächte	SO-SA	€ 768,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte	DO-SO	€ 310,-
4 Nächte	SO-DO	€ 386,-
6 Nächte	SO-SA	€ 540,-

Radl-Tipp

R1. 14 Mondstein-Runde

Genießen Sie eine traumhafte Gipfelradtour! Beginnend aus der Strudengau-Schlucht – einst einer der gefährlichsten Donauabschnitte – zum mystischen Mondstein (600 m). Über zwei Panorama-Bergrücken radeln Sie zum höchsten Punkt. Grandiose Fernblicke, kurze Anstiege, erholsame Terrassen, ein purer Genuss!

🕒 2h 09 min

↔️ 27 km

↑ 558 m

gute Kondition & mittelschwere Route



E-Bike

1/2 Tag	€ 20,-
1 Tag	€ 30,-

Wir bitten um rechtzeitige Reservierung der E-Bikes. Wander- bzw. Walkingstöcke können Sie sich kostenlos ausleihen.

Wander-Tipp

Kreuzner Herzklopfen Runde

Nehmen Sie sich Zeit, am besten einen ganzen Tag - Wandern Sie durch den Wald, zu Quellen und Kapellen. Genießen Sie die traumhafte Aussicht ins Donautal!

🕒 3h 5m

↔️ 10,3 km

↑ 334 m

Traumtour & mittelschwere Route



Kneippweg Runde

Für Körper und Geist. Neben der wunderschönen Natur am Kempbach gibt es auch 8 Motorik Stationen, welche zum Auspowern einladen.

🕒 1h 19m

↔️ 4,2 km

↑ 158 m

Traumtour & mittelschwere Route





Info

Gönnen Sie sich einen TEM Balance Behandlung!

In Rückenlage werden Kopf, Nacken, Schulter und Arme mit Öl und Wärmekompressen sanft behandelt. Diese Behandlung sorgt für eine lockere Muskulatur und Entspannung. Ebenso werden Glückshormone freigesetzt.

Tanz- und Bewegungstage für Frauen

TANZ DER ELEMENTE

Feuer, Wasser, Erde, Luft. Die Naturelemente bieten uns uralte und wunderbar kraftvolle Bilder für Tanz und Entspannung. Wir laden Frauen ein, die heilsame Kraft intuitiver Bewegung in einer kleinen Gruppe gemeinsam zu entdecken. Werfen Sie Ballast ab, spüren und stärken Sie Ihre Lebenskraft, finden Sie in genussvolle Bewegungen: Tänzerisch, kreativ, wohltuend, bestärkend.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Täglich Tanz-, Bewegungs- und Entspannungseinheiten

Tipp

THERAPIE-PAKET ZUBUCHBAR

(nur in Kombination mit diesem Angebot möglich):

- TEM Balance Behandlung, 25 Min.
- 1 Heusack klein



STUDIO

3 Nächte DO-SO € 618,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO € 597,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO € 483,-

Preise exkl. Therapie-Paket.

Begleitung: Miriam Kubierna, Coach für Sozial-, Tanz- und Bewegungspädagogik

Termine:

01.02. bis 04.02.2024
11.07. bis 14.07.2024
05.12. bis 08.12.2024

Teilnehmerzahl: 5-10 Personen

Herz-Meditation

„JUGUM“ DAS EUROPÄISCHE KLOSTER-YOGA

Die Herz-Meditation der Klostermedizin beinhaltet ganzheitliche Übungen und stärkt die Stress- und Immunkompetenz.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Einführung und Anleitung zur täglichen Herz-Meditation
- Broschüre mit genauen Anleitungen zur Herz-Meditation und zu deren Hintergrund
- Tägliches Angebot von TEM-Leibübungen
- Optionale Abendangebote (Vorträge, Tanztherapie, Heilkräuter)
- 1 ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 30 Min.
- 1 TEM-Heusack, 2 Güsse

STUDIO

4 Nächte SO-DO € 775,-

KOMFORT

4 Nächte SO-DO € 747,-

KLÖSTERLICH

4 Nächte SO-DO € 595,-

Begleitung: Privatdozent Dr. Karl-Heinz Steinmetz

Termine:

11.02. bis 15.02.2024
04.08. bis 08.08.2024

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.



Eins sein mit Pfeil und Bogen

AKTIVTAGE BOGENSCHIESSEN

Tauchen Sie ein in eine jahrtausende alte Kunst und schenken Sie sich und Ihrem Körper wieder mehr Achtsamkeit. Entdecken Sie die Kraft des Loslassens und finden Sie zurück zu Ihrer inneren Balance.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- 2x Bogenschießen in der Gruppe, 60 Min.
- 1x Therapeutisches Bogenschießen einzeln, 50 Min.
- geführte Meditation und Entspannung
- Einführung in das Bogenschießen & Zielformulierung, sowie gemeinsamer Abschluss mit Feedback & Reflexionen

ANREISE
BIS
15.00 UHR!

STUDIO

3 Nächte DO-SO € 665,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO € 644,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO € 530,-

Begleitung: Dagmar Illibauer

Termine:

02.05. bis 05.05.2024

13.06. bis 16.06.2024

03.10. bis 06.10.2024

Teilnehmerzahl: 4-8 Personen

Info

Therapeutisches Bogenschießen beeinflusst Erkrankungen und Beschwerden auf körperlicher und seelischer Ebene positiv und beschleunigt deren Heilung. Durch das Wiedergewinnen von innerer Ruhe, Gelassenheit und Stärke können die Hürden des alltäglichen Lebens somit leichter angegangen und bewältigt werden.

Mit innerer Stärke zu mehr Lebensfreude

RESILIENZ ALS SCHLÜSSELKOMPETENZ

Trainieren Sie Ihre innere Stärke, vertrauen Sie Ihrer Kraft und nutzen Sie Ihre mentalen Ressourcen!

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Täglich Entspannungs- und Resilienzeinheiten



STUDIO

3 Nächte DO-SO € 570,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO € 549,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO € 435,-

Preise exkl. Therapie-Paket.

Begleitung: Dagmar Mernone
Margarete Drexel

Termine:

15.02. bis 18.02.2024

21.11. bis 24.11.2024

Teilnehmerzahl: 6-15 Personen

Tipp

THERAPIE-PAKET ZUBUCHBAR (nur in Kombination mit diesem Angebot möglich):

- TEM Balance Behandlung, 25 Min. (Details Seite 22)
- 1 Heusack klein

€ 75,-
AUFPREIS
statt € 83,50



Aderlass nach Hildegard von Bingen

KRÄFTIGT, ENTGIFTET UND STÄRKT DAS ABWEHRSYSTEM.

Beim Aderlass nach Hildegard von Bingen werden maximal 150 ml Blut entnommen, das ist nur ein Drittel jener Menge, die beim Blutspenden „abgezapft“ wird. Schlackenreiches Blut mit krankmachenden Stoffen wird aus dem Körper eliminiert, die Blutneubildung angeregt und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Zur Durchführung des Aderlasses eignen sich nur die ersten sechs Tage nach Vollmond. Nach der Befundung erhalten Sie weitere Gesundheitsimpulse für zuhause! Bitte planen Sie auf jeden Fall einige Tage der Ruhe und Schonung nach dem Aderlass ein.

Aderlass-Termine:

Fr 26.01./Di 30.01.
 Di 27.02./Mi 28.02.
 Mi 27.03.
 Do 25.04./Fr 26.04.
 Fr 24.05./Di 28.05.
 Di 25.06./Mi 26.06.
 Di 23.07.
 Di 20.08.
 Do 19.09./Fr 20.09.
 Fr 18.10./Di 22.10.
 Di 19.11./Mi 20.11.
 Di 17.12./Mi 18.12.

ADERLASS-TAG

- 1 Aderlass inkl. Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Frühstück und Mittagessen nach Hildegard von Bingen
- Ganztags Teebar
- Themenbezogener Vortrag und Therapieimpulse

1 Tag € 152,-

ADERLASS-AUSZEIT

- 3, 4 oder 6 Nächte zu den Aderlass-Terminen mit Ihrer hildegardschen Ernährung
- Aderlass, Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Themenbezogener Vortrag
- Therapieimpulse
- 5-Säulen-Gästeprogramm

STUDIO

3 Nächte € 520,-
 4 Nächte € 668,-
 6 Nächte € 964,-

KOMFORT

3 Nächte € 499,-
 4 Nächte € 640,-
 6 Nächte € 922,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte € 385,-
 4 Nächte € 488,-
 6 Nächte € 694,-

Info

Unser Ärzte-Team steht Ihnen kompetent zur Seite!

Bei unseren Ärztinnen und Ärzten erwartet Sie eine konstitutionsgerechte medizinische und therapeutische Begleitung. Die Kombination von traditionellen und von uns erweiterten bzw. entwickelten TEM-Anwendungen und Methoden ist einzigartig in Europa.



Kneippen und Meditieren

MIT SR. HUBERTA

Eintauchen in die Stille und aus den Quellen des Lebens Heil erfahren. Sich für das Leben und seine Herausforderungen stärken.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- 2 Kräuterauflagen, 2 TEM-Güsse, 2 Teilmassagen (20 Min.)
- 5 Morgengymnastikeinheiten
- Meditation zu biblischen Impulsen, einfache meditative Tänze
- Zeit der Stille

STUDIO
5 Nächte SO-FR € 907,-

KOMFORT
5 Nächte SO-FR € 872,-

KLÖSTERLICH
5 Nächte SO-FR € 682,-

Termine:
02.06. bis 07.06.2024

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

Besinnliche Tage

MIT PATER ANTONIO

Auch unsere Seele braucht Nahrung. Finden Sie inneren Halt.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Tägliche Impulse aus dem Schatz der Karmelspiritualität & aus dem Wort Gottes

2 Nächte
STUDIO € 327,-
KOMFORT € 311,-
KLÖSTERLICH € 227,-

„Ein alternativer Glaube“
01.03. bis 03.03.2024
„Kontemplativ oder heilig?“
25.10. bis 27.10.2024

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

Exerziten im Advent

MIT BISCHOFSVIKAR DR. ADOLF TRAWÖGER

Den Advent still beginnen – sich hinbereiten auf Weihnachten. Herzensweit werden für das Licht, das uns geboren ist.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Tägliche Impulse:
 - Die Kraft der Stille entdecken, Schweigendes Gehen
 - Adventliches Singen und Beten

4 Nächte
STUDIO € 585,-
KOMFORT € 557,-
KLÖSTERLICH € 405,-

„Von Gott geführt und getragen“
01.12. bis 05.12.2024

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

Karmel-Besinnungstage

MIT SR. EMMANUELA

Finden Sie den Weg nach innen zur Quelle lebendigen Wassers.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)
- Tägliche Impulsvorträge und Abendimpulse

4 Nächte
STUDIO € 615,-
KOMFORT € 587,-
KLÖSTERLICH € 435,-

„Auf ihr Durstigen, kommt zum Wasser des Lebens“ (Jes 55,1)
07.07. bis 11.07.2024
„Mut zum „Kindsein“ vor Gott“
29.09. bis 03.10.2024

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

Unsere Workshop- Expertinnen im Überblick



Monika Lechner-Kronsteiner
Kräuterpädagogin und TEH-Praktikerin

Eintauchen in die Natur, die Kraft der Heilpflanzen erkennen und spüren, Teerituale erlernen, altbewährte und immunstärkende Hausmittel kennenlernen, sich die Zubereitung von Hydrolaten, Heilsalben und Kosmetik aneignen, Gesundes aus der TEM-Lebensmittel Apotheke erleben u.v.m., all dies erwartet Sie in den Kräuterworkshops von Monika Lechner-Kronsteiner.



Sigrid Kastner
Diätologin und TEH-Praktikerin

Bei Sigrid Kastner erwarten Sie Workshops mit den Schwerpunkten Ernährung, Kräuter und Gewürze. Es werden Themen wie Superfood für die Darmgesundheit und das Immunsystem besprochen und wie man mit saisonalen und traditionellen Produkten gut durch das Jahr kommt. Ganz nach dem Motto von Hippokrates: „Eure Nahrung sei Euer Heilmittel.“



Ulrike Hausleithner
Räucherexpertin und Masseurin

Ulrike Hausleithner wird Ihnen als unsere Räucherexpertin Interessantes und Wissenswertes über das Räuchern in ihren Workshops vermitteln. Passend zur Jahreszeit, den Jahreskreisfesten, zur Wohnraumreinigung- und harmonisierung und um seinem Heim einen wohltuenden Duft zu verleihen.



Workshop-Termine:

31.01.2024

**Sprossen, Mikrogrün
und Co**

Monika Lechner-Kronsteiner
14.00-17.00 Uhr
€ 59,-

01.03.2024

Die Kraft der Knospen

Sigrid Kastner
14.30-17.30 Uhr
€ 59,-

12.07.2024

Waldapotheke

Ulrike Hausleithner
14.00-17.00 Uhr
€ 59,-

23.10.2024

**Sprossen, Mikrogrün
und Co**

Monika Lechner-
Kronsteiner
14.00-17.00 Uhr
€ 59,-

16.02.2024

**Räuchern ist viel mehr
als nur Rauch**

Ulrike Hausleithner
14.00-17.00 Uhr
€ 59,-

10.04.2024

Essbare Wildkräuter

Monika Lechner-Kronsteiner
14.00-17.00 Uhr
€ 59,-

27.09.2024

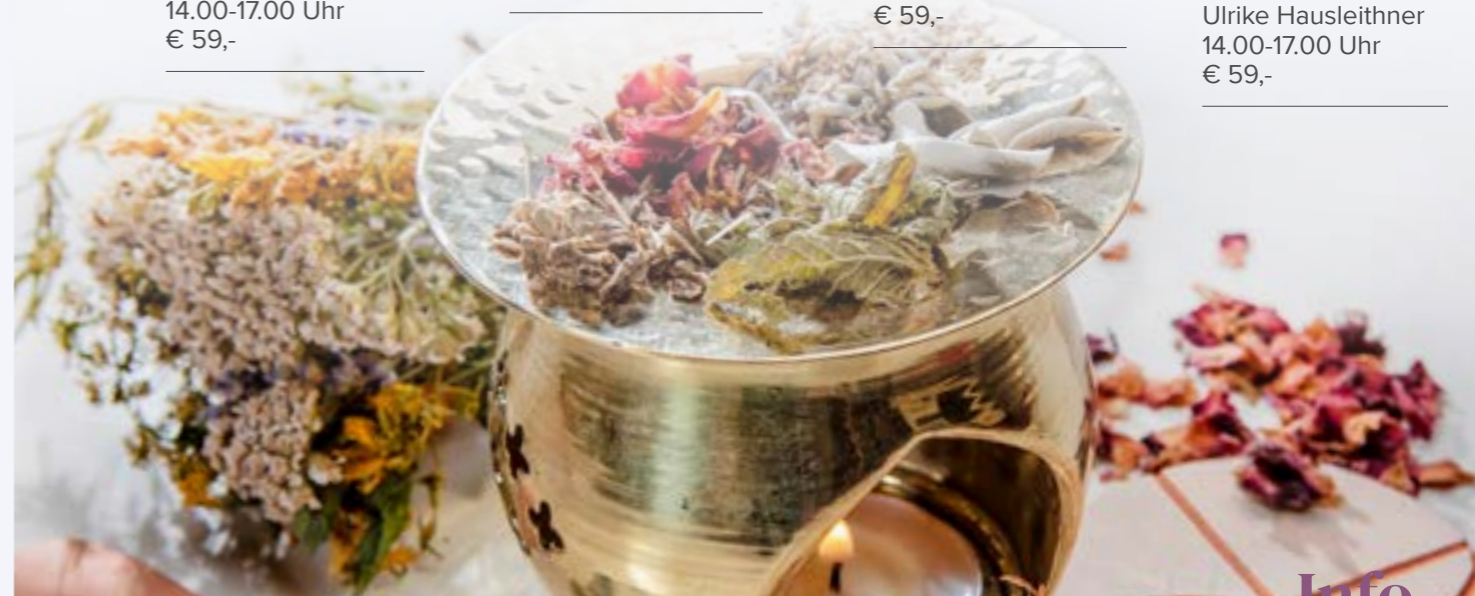
**Immunsystem stärken -
kraftvoll in den Winter**

Sigrid Kastner
14.00-17.00 Uhr
€ 59,-

22.11.2024

**Räuchern ist viel mehr
als nur Rauch**

Ulrike Hausleithner
14.00-17.00 Uhr
€ 59,-



Info



Alle Details zu den Workshops und den Wochenendpaketen finden Sie auf unserer Homepage unter www.curhaus.at/veranstaltungen/bad-kreuzen.html



Alle Infos zu TEM- und Wyda-Ausbildungen finden Sie auf unserer Homepage unter www.curhaus.at/buchbare-ausbildungsprogramme/alle-ausbildungsangebote.html

Spirituelles Gesundheitszentrum & Kloster



Info

Einbettzimmer „Komfort“ (Dusche / WC / TV / Balkon)	€ 145,-
Zweibettzimmer „Komfort“ (Dusche / WC / TV / Balkon)	€ 145,-
Zweibettzimmer „Studio“ (Dusche / WC / TV / Balkon)	€ 153,-

WICHTIGE INFOS

Bitte erkundigen Sie sich vorab direkt bei Ihrer Krankenkasse um mögliche Zuschüsse zu Ihrem Kuraufenthalt in unserem Haus. Wir sind Partner des Österr. Kneippbundes und der Generali Versicherung „Rundum Gsund“.

Preise pro Person/Nacht inkl. „Gesunde Auszeit“ (Vollpension) exkl. Ortstaxe. Kein Halbpensions-Abzug bei Paketen sowie bei nicht konsumierten Mahlzeiten.

Aufpreis für Doppelzimmer zur Einzelbelegung € 25,- pro Nacht.

Jedes Package beginnt mit dem Abendessen und endet nach dem Frühstück. Wir verwenden hochwertige Lebensmittel und keinerlei Fertigprodukte, bei uns werden die Mahlzeiten frisch gekocht und darauf sind wir stolz. Allergien und Unverträglichkeiten bitte vor der Anreise bekannt geben.

Für Stornierungen bzw. bei vorzeitiger Abreise gelten die Bestimmungen des Österreichischen Hotelreglements.

Anreise: 14.00–16.00 Uhr

Abreise: bis 10.00 Uhr



DONAU.Erlebnis Card mit vielen zahlreichen Vorteilen unter www.donaucard.info

„Gesunde Auszeit“ – rundum wohlfühlen und die Natur genießen!

Schöpfen Sie aus dem Vollen unserer umfangreichen Angebote und Aktivitäten zum aktiven wie passiven Genießen. Ob Sie an der Teebar entspannen, den Pesenbach entlang wandern und an Kraftorten verweilen, eine Runde im Kräutergarten drehen, mit dem E-Bike die Reize des Mühlviertels erkunden oder bei Wyda, innere Balance finden, wir bieten für jede Vorliebe etwas.

- Reichhaltiges Frühstücksbuffet / mittags und abends Wahlmenü mit Salatbuffet
- Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen
- Naturbadeplatz am Pesenbach, Cur- und Klosterpark, Hallenbad mit Dampfbad, Bio-Sauna und Finnischer Sauna
- herrliche Wander-, Nordic Walking, und Laufwege in der BioRegion Mühlviertel – Fahrräder, E-Bikes und Schneeschuhe während des Aufenthalts gratis (wir bitten um Anmeldung bzw. Reservierung für die E-Bikes)
- E-Ladestation im Hof (kostenpflichtig)
- Kuscheleger Bademantel, Badetücher und Badetasche für die Zeit Ihres Aufenthalts gratis
- Möglichkeit am gemeinsamen Gebet der Schwestern, sowie an der Eucharistiefeier
- Attraktives 5-Säulen-Gästeprogramm - Wyda, aktives Erwachen, Entspannungseinheiten, geführte Wanderungen, Schweigewanderungen, Kirchenführungen, Klosteryoga, Vorträge und vieles mehr.
- Kräutergarten der Traditionellen Europäischen Medizin - täglich von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang geöffnet



Heilkraft im Kloster

MIT ALLEN SINNEN IM AUGENBLICK AUFMERKSAM DA SEIN

In unserem kleinen und feinen spirituellen Gesundheitszentrum erfahren Sie familiäre Atmosphäre, aufmerksame Zuwendung und heilsame Geborgenheit. Die Verbindung mit uns Schwestern des Mutterhauses und der Klosterkirche gibt Ihnen Raum, zur Ruhe zu kommen und einen gesunden Lebensrhythmus zu finden. Freude und Hoffnung, aber auch Trauer und Angst bringen wir in unserem Beten – sozusagen von unserer Herzmitte aus – zu Gott, von dem Heil und Heilung kommt. Ein entsprechendes Bild dazu finden Sie im Tabernakel unserer Klosterkirche, der durchlässig ist für das, was von außen kommt, aber auch Licht von innen nach außen lässt.



Sr. M. Michaela Pfeiffer-Vogl
Generaloberin Marienschwestern vom Karmel

Kongregation der Marienschwestern Mutterhaus

Bad Mühlacken 55
4101 Feldkirchen a. d. Donau, Austria
Tel. +43 (0) 676 632 1962
mutterhaus@marienschwestern.at



BEGEGNUNG VON MENSCH ZU MENSCH

Es gibt immer wieder Anlässe, Situationen und Umstände im Leben, in denen Menschen sich für ihre Nöte und Bedrängnisse verschiedenster Art, nach einer heilsamen Auszeit für ihre verwundete und erschöpfte Seele sehnen, in der die Gedanken wieder Halt und Orientierung, die Gefühle ihre Klarheit und der Geist seine Lebensquelle findet. Bei uns haben Sie die Möglichkeit, uns Schwestern auf verschiedene Art zu begegnen:

- bei heilsamen Singrunden und bei Meditationsabenden
- bei Exerzitien und Besinnungstagen aus den Quellen der Karmel-spiritualität schöpfen
- in vertraulichen Einzelgesprächen

Im Pesenbachtal, einem der schönsten Plätze Österreichs, finden Sie in der Natur wandernd zu innerer Ruhe, Stille, Kraft und Klarheit.

GELEBTE SPIRITUALITÄT

Gemeinsame und persönliche Gebetszeiten sowie die Feier der Eucharistie prägen unsere klösterliche Tagesstruktur. Aus dem Gebet beziehen wir Ruhe und Kraft für unseren Dienst an den Menschen. „Gott ist wie ein Quell, aus dem jeder schöpft, was sein Gefäß fasst“, so der hl. Johannes vom Kreuz. Wir schöpfen täglich aus dieser Quelle und schenken weiter, was wir empfangen. Auch Sie sind herzlich eingeladen, an unseren Gebetszeiten teilzunehmen und durch deren heilsamen Rhythmus zur Mitte zu finden. Unsere spirituellen Angebote wie Meditation und geistliche Begleitung können helfen, diese Erfahrung zu vertiefen.



Info

GEBETSZEITEN DER SCHWESTERN

Montag bis Freitag

7.00 Uhr	Laudes (Morgengebet)
12.00 Uhr	Mittagsgebet
16.30 Uhr	Rosenkranz
17.00 Uhr	Vesper
18.45 Uhr	Heilige Messe

Samstag

7.30 Uhr	Heilige Messe
11.30 Uhr	Mittagsgebet
16.30 Uhr	Rosenkranz
17.00 Uhr	Vesper, Salve Regina

Sonntag und Feiertag

09.00 Uhr	Heilige Messe
11.30 Uhr	Mittagsgebet
17.00 Uhr	Vesper

Verwöhntage für die Frau

NEUE KRAFT UND ENERGIE

Gönnen Sie sich eine Auszeit! Frauen in jeder Lebensphase werden bei uns genüssliche, erholsame und entspannende Wohlfühltag nach Ihrem Geschmack erleben.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
- **1 Frauenheilmassage, 60 Min.**
- **1 TEM-Guss, 1 Heusack**
- **Entspannung nach Jacobson**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 33)

3 ODER 4 NÄCHTE AUF ANFRAGE BUCHBAR!

STUDIO
6 Nächte SO-SA € 1.030,-

KOMFORT
6 Nächte SO-SA € 988,-

Tipp

Die sanfte Behandlungstechnik der Frauenheilmassage arbeitet über Reflexpunkte und segmentale Hautzonen und aktiviert Lymph- und Hormonsystem, sowie Organfunktionen.

Radeln für die Seele

GENÜSSLICH DIE GEGEND ERKUNDEN

Von der traumhaften hügeligen Landschaft des Granitlandes bis hin zur Donau bietet unsere Region zahlreiche abwechslungsreiche Touren.

- **Halbpension** (Frühstück und Abendessen)
- **1 Sportler-Guss und 1 Heilmassage, 30 Min.**
- **gratis Fahrrad und kostengünstiger E-Bike Verleih im Haus** (wir bitten um rechtzeitige Reservierung)
- **Radkarte der Region**
- **Lunchpaket und Mittagessen zubuchbar**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 33)

3 ODER 4 NÄCHTE AUF ANFRAGE BUCHBAR!

Mit der **Donau.Erlebnis Card** erhalten Sie eine Gratisfahrt mit der Fähre in eine Richtung: „Ottensheim-Linz“ und eine gratis Hin- und Rückfahrt „Ottensheim-Wilhering“

STUDIO
6 Nächte SO-SA € 810,-

KOMFORT
6 Nächte SO-SA € 768,-

Tipp

Wohlfühltag

AUSZEIT VOM ALLTAG

Einfach einmal „offline“ gehen und alle Pflichten hinter sich lassen – das wünscht sich jeder ab und zu. Bei uns dürfen Sie in gemütlicher Atmosphäre Wohlfühlzeit und -anwendungen genießen und ihre Batterien wieder aufladen. Wer mag, kann die Tage für Detox und Reinigung nutzen. Wir servieren dazu leichte Basenkost.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
- **1 TEM-Guss**
- **1 Kräuter-Auflage**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 33)

Tipp

Heilmassage zubuchbar: +43 (0) 7233 / 7215

Wohlfühltag für mich

Frischer Schwung für den Körper und Streicheleinheit für die Seele.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
- **1 Kräuterauflage**
- **1 Wechsel-Knieguss**
- **1 Heilmassage, 20 Min.**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm-** (Details auf Seite 33)

MONTAG BIS FREITAG BUCHBAR!

1 Tag € 150,-
mit persönlicher Ruheoase

STUDIO
3 Nächte auf Anfrage € 444,-
4 Nächte auf Anfrage € 599,-
6 Nächte SO-SA € 895,-

KOMFORT
3 Nächte auf Anfrage € 423,-
4 Nächte auf Anfrage € 571,-
6 Nächte SO-SA € 853,-



KneippCur

BELEBENDES WASSER AUF UNSERER HAUT

Im Jahr 1821 wurde Sebastian Kneipp geboren. Seine nach ihm benannte Wasserkur hält das Immun- und Gefäßsystem auf Trab und uns fit bis ins hohe Alter! Der Kräuterpfarrer oder Wasserdoktor, wie ihn die Leute nannten, hat mit seinen Güssen, Bädern und Wickel für die meisten Beschwerden Hilfe parat. Unsere Kneipp-Ärztin schneidert Ihnen bedürfnisgerechte Anwendungen auf den Leib!

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
- **1 ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung**
- **Vom Arzt verordnete Kneipp-Anwendungen** (Wickel, Güsse, Bäder, Waschungen)
- **1 Heilmassage, 20 Min.**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 33)

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.226,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.184,-

Geführte Fastenwochen mit Themenschwerpunkt

INDIVIDUELLE REINIGUNG UND ENTLASTUNG

- **Fasten-Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
Vegane Fastenverpflegung, z.B. nach Hildegardfasten, nach Buchinger/Lütznern und Suppenfasten
- **Alle Fastenangebote sind auch mit Basenfastenkost bzw. individueller und ableitender Kostform nach Absprache mit der Ärztin möglich**
- **Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen**
- **Ärztliche Untersuchung 20 Min. und individueller Kurplan**
- **6 Anwendungen aus der Traditionellen Europäischen Medizin** (Wickel, Güsse, Bäder, Waschungen)
- **Ausleitungs-Ölmassage, 30 Min.**
- **Fastenbegleitung durch geprüfte Fastenleiter**
Ihre Fastenbetreuung ist täglich 24 Stunden für Sie da
- **Gemeinschaftliche Aktivitäten –**
speziell auf Ihre Fastenwoche abgestimmt, wie geführte Wanderungen, Vorträge, Austauschrunde und Meditationen
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 33)
- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten für ein neues Lebensgefühl“ oder „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.241,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.199,-



Tipp

ASCHERMITTWOCH

Fastensuppe statt Heringsschmaus 14.02.

ALLE FASTENTERMINE >> BITTE UMBLÄTTERN >>

Geführte Fastenwochen mit Themenschwerpunkt

INTENSIVE FASTENMETHODEN

SO 21.01. - SA 27.01.2024

Fasten nach der Kloster- medizin

Sr. Michaela Pfeiffer-Vogl
Elisabeth Rabeder

SO 04.02. - SA 10.02.2024

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

SO 11.02. - SA 17.02.2024

Fasten und heilsame Bewegung

Christine Brookhouse

SO 25.02. - SA 02.03.2024

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

SO 03.03. - SA 09.03.2024

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

SO 24.03. - SA 30.03.2024

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 07.04. - 13.04.2024

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

SO 21.04. - SA 27.04.2024

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 12.05. - SA 18.05.2024

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

SO 09.06. - SA 15.06.2024

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

So 04.08. - SA 10.08.2024

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

SO 18.08. - SA 24.08.2024

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 01.09. - SA 07.09.2024

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 06.10. - SA 12.10.2024

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

SO 20.10. - SA 26.10.2024

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

SO 10.11. - SA 16.11.2024

Hildegardfasten

Beatrix Wondraczek

SO 24.11. - SA 30.11.2024

Fasten und heilsame Bewegung

Christine Brookhouse

SO 08.12. - SA 14.12.2024

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

Basenfasten

ENTLASTENDE ERNÄHRUNG UND SANFTES FASTEN

Für alle, die es sanfter angehen wollen und nicht ganz auf feste Nahrung verzichten möchten oder jene, die eine sanftere Variante bevorzugen – kurzum, für alle, die nicht Vollfasten wollen oder aus gesundheitlichen Gründen können, ist dieses Angebot ideal.

Das **Basenfasten nach Mühlackener Art** entlastet mit basischer, leichter pflanzlicher Kost in Verbindung mit hochwertigen Kräutern, Gewürzen und Ölen die Verdauung. Mit einer Woche Basenfasten können sie dem Stoffwechsel viel Gutes tun und den Säure-Basenhaushalt wieder ausbalancieren. Schon nach wenigen Tagen fühlen Sie sich wieder rundum wohler, Müdigkeit, Verdauungsprobleme oder Kopfweh lassen nach.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
Basenfasten – Vital- oder Basenkost laut Ihrem gewählten Spezialaufenthalt
- **Ganztags Kräutertee-Bar** mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen
- **1 ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung**
- **6 Anwendungen aus der Traditionellen Europäischen Medizin** (Wickel, Güsse, Bäder, Waschungen)
- **Individuelle, vertiefende und typgerechte Ernährungsberatung**
- **Begleitung durch Ernährungsexperten in der Gruppe**
- **Ausleitungs-Ölmassage, 30 Min.**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 33)

- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten für ein neues Lebensgefühl“ oder „Fasten und los geht's“
 - **Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)**

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.241,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.199,-

Detox auf Europäisch

EXKLUSIV BEI DEN MARIENSCHWESTERN

Möchten Sie körperlich wie mental Ballast abwerfen? Dann ist diese auf Ihren Typ und Ihre Bedürfnisse abgestimmte Reinigung und Entgiftung das Richtige. Die Selbstheilung wird angekurbelt, und Beschwerden werden gelindert. Sie kehren erholt und energiegeladener in den Alltag zurück.

- **Vollpension mit typgerechter, ausgewogener und leicht bekömmlicher Detox- bzw. Fasternahrung** (Details auf Seite 33)
- **Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen**
- **1 ärztliche Untersuchung 40 Min. und Kurplanerstellung**
- **Individuelle, vertiefende und typgerechte Ernährungsberatung**
- **Begleitung durch Ernährungsexperten in der Gruppe**
- **1 Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.**
- **2x Ausleitungs-Ölmassagen, 30 Min.**
- **Vortrag zu Ausleitende Anwendungen und Fragerunde**
- **Info zum Archetypischen Saunaritual**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 33)
- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten für ein neues Lebensgefühl“ oder „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)

STUDIO
6 Nächte SO-SA € 1.457,-

KOMFORT
6 Nächte SO-SA € 1.415,-



Info

DETOX auf Europäisch
In der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) mit ihrem Schatz an Heilkräutern, individueller Ernährung, Wasseranwendungen, speziellen Impulsen zu Bewegung und Lebensstil kann für jeden Gast ein typgerechtes Konzept erstellt werden. Ziel ist, angesammelte Stoffwechselprodukte auszuleiten, gestaute Emotionen wieder in Fluss zu bringen und zu viele Kilos loszuwerden. Die Atmosphäre zum Wohlfühlen hilft beim Entrümpeln und Entspannen! Anti-Aging und Prävention vom Feinsten!

Aderlass nach Hildegard von Bingen

KRÄFTIGT, ENTGIFTET UND STÄRKT DAS ABWEHRSYSTEM

Beim Aderlass nach Hildegard von Bingen werden maximal 150 ml Blut entnommen, das ist nur ein Drittel jener Menge, die beim Blutspenden „abgezapft“ wird. Schlackenreiches Blut mit krankmachenden Stoffen wird aus dem Körper eliminiert, die Blutneubildung angeregt und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Zur Durchführung des Aderlasses eignen sich nur die ersten sechs Tage nach Vollmond. Nach der Befundung erhalten Sie weitere Gesundheitsimpulse für zuhause! Bitte planen Sie auf jeden Fall einige Tage der Ruhe und Schonung nach dem Aderlass ein.

Aderlass-Termine:

Di 30.01.
Fr 01.03./Di 26.03.
Di 28.05./Mi 29.05.
Do 27.06.
Do 22.08.
Fr 20.09.
Di 22.10.
Mi 18.12.

Aderlass-Tag

- 1 Aderlass inkl. Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Frühstück und Mittagessen nach Hildegard von Bingen
- Ganztags Teebar
- Themenbezogener Vortrag und Therapieimpulse

1 Tag € 152,-

STUDIO
6 Nächte € 964,-

KOMFORT
6 Nächte € 922,-

3 ODER 4 NÄCHTE AUF ANFRAGE BUCHBAR!

Aderlass Auszeit

- 6 Nächte zu den Aderlass-Terminen mit entlastender Ernährung
- Aderlass, Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Themenbezogener Vortrag
- Therapieimpulse
- 5-Säulen-Gästeprogramm

Aderlass für Kenner

- 1 Aderlass inkl. Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Frühstück nach Hildegard von Bingen & Teebar

Vormittag € 119,-

Exerzitien IM KRÄUTERGARTEN

Der Stille lauschen, seine innere Kraftquelle nähren, Gott näher kommen. Tage der Achtsamkeit, in denen man mit allen Sinnen das Innen und Außen wahrnimmt. Leib, Geist und Seele atmen auf!

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
- **1 Heusack zur Leberaktivierung, 1 Basenfußbad, 1 Wechselknieguss und 1 Aromamassage 20 Min.**
- **Täglich Gelegenheit zur Teilnahme an der Eucharistiefeier**
- **Gemeinsames Meditieren und durchgehend Schweigen**
- **Einführung in die Kontemplation nach F. Jalics SJ;**
- **achtsame Körperübungen am Morgen und 2 einfache meditative Tänze und die Annehmlichkeiten des Hauses genießen** (Sauna, Schwimmbad, Teebar, Wassertretbecken,...)

Kontemplative Exerzitien SEHNSUCHT NACH DER STILLE

Ein einfaches Gebet für Menschen, die Sehnsucht nach Stille haben und einen unmittelbaren Zugang zu Gott suchen.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
- **Einführung in die Kontemplation nach F. Jalics SJ**
- **Meditation in der Stille in Einheiten zu je 25 Min.**
- **Eucharistiefeier mit Ansprache zum Exerzitienweg**
- **Zeit, um in die Natur hinauszugehen**
- **Durchgehend Schweigen, mit Einzelbegleitung**
- **die Annehmlichkeiten des Hauses genießen** (Sauna, Schwimmbad, Teebar, Wassertretbecken,...)

FÜR ANFÄNGER:INNEN UND GEÜBTE!

STUDIO
6 Nächte SO-SA € 1.100,-

KOMFORT
6 Nächte SO-SA € 1.058,-

Begleitung:
Sr. Huberta Rohrmoser

Termine:
26.05. bis 01.06.2024
30.06. bis 06.07.2024

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

Begleitung:
Sr. Huberta Rohrmoser

Termine:
07.01. bis 14.01.2024
Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

STUDIO
7 Nächte SO-SO € 1.118,-

KOMFORT
7 Nächte SO-SO € 1.069,-

Silvester einmal ganz anders

IN STILLE UND VERTRAUEN IN DAS NEUE JAHR

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne - Schöpfen Sie in Ruhe Kraft aus Ihrem Inneren und vertrauen Sie Ihren Impulsen für das neue Jahr. Die Gebete der Schwesterngemeinschaft, ein wohliges Einzelzimmer und das wunderschöne Pesenbachtal sind der ideale Rahmen für Besinnung, Meditation, Achtsamkeit mit allen Sinnen, Stärkung der Energie und Neuorientierung.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 33)
- **Impulse und Bibelmeditation**
- **Einfache meditative Tänze**
- **Gelegenheit zur Teilnahme am Chorgebet und an der Eucharistiefeier der Schwestern**
- **Hinausgehen in die Natur und die Annehmlichkeiten des Hauses genießen** (Sauna, Schwimmbad, Teebar, Wassertretbecken,...)
- **Wichtig: Bereitschaft zum Schweigen**

STUDIO
2 Nächte MO-MI € 356,-

KOMFORT
2 Nächte MO-MI € 340,-

Zusätzlicher Kursbeitrag von € 55,- vor Ort bei Sr. Huberta zu bezahlen.

Begleitung:
Sr. Huberta Rohrmoser

Termine:
30.12.2024 bis 01.01.2025
Beginn Montag 16.30 Uhr
Ende Mittwoch 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.



Therapiepreise BAD KREUZEN & BAD MÜHLLACKEN

Ärztliche Untersuchungen

Erstordination (20 Min.)	€ 66,00
Erstordination (45 Min.)	€ 131,50
Kontrolle (15 Min.)	€ 52,50
Kurzordination (10 Min.)	€ 39,00

Ärztliche Untersuchungen nach der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

TEM-Erstordination (45 Min.)	€ 149,50
TEM-Kontrolle (15 Min.)	€ 52,50
Aderlass inkl. ärztlicher Befundung	€ 152,00
* Blutig Schröpfen (30 Min.)	€ 83,00
* HRV Messung mit ärztl. Auswertung (45 Min.)	€ 156,00

Inhalationen

Inhalation	€ 15,00
Kräuter-Kopfdampf	€ 15,00

Wickel nach der

Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

Moor, Lehm oder Topfen klein	€ 21,00
Moor, Lehm oder Topfen mittel	€ 32,50
Moor, Lehm oder Topfen groß	€ 45,50
Bio-Heusack klein	€ 28,50
Bio-Heusack groß	€ 40,50
Bio-Kräuterauflage	€ 25,00
kalter Wickel/Salzwickel	€ 16,50
Salzhemd/Spanischer Mantel	€ 36,00
Essigaufgabe/Melissenauflage Herz	€ 12,50
Paraffinpackung	€ 22,00

Klassische Massagen

Heilmassage manuell (20 Min.)	€ 41,00
Heilmassage manuell (30 Min.)	€ 55,00
Heilmassage manuell (45 Min.)	€ 74,00
Heilmassage manuell (60 Min.)	€ 96,50

Spezialmassagen

Bindegewebsmassage (25 Min.)	€ 55,00
Breuss-Massage (45 Min.)	€ 93,00
Bürstenmassage (20 Min.)	€ 41,00
Colonmassage (25 Min.)	€ 55,00
Craniosacral-Behandlung (60 Min.)	€ 120,00
Dorn-Massage (45 Min.)	€ 93,00
Faszienbehandlung (30 Min.)	€ 57,00
Frauenheilmassage (60 Min.)	€ 113,00
Fußreflexzonenmassage (25 Min.)	€ 55,00
Kräuter-Stempelmassage (25 Min.)	€ 72,00
Kräuter-Stempelmassage (50 Min.)	€ 112,00
Lymphdrainage manuell (25 Min.)	€ 59,00

Lymphdrainage manuell (50 Min.)	€ 103,00
Lymphdrainage Gesicht (25 Min.)	€ 59,00
** Aroma-Teilmassage (20 Min.)	€ 41,00
** Honig- Entschlackungsmassage (25 Min.)	€ 67,00
** Klangmassage (25 Min.)	€ 55,00
** Klangmassage (45 Min.)	€ 74,00

Spezialmassagen nach der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“ (30 Min.)	€ 76,00
Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“ (60 Min.)	€ 131,00
Archetypisches TEM-Peeling (20 Min.)	€ 55,00
Ausleitungs-Ölmassage (30 Min.)	€ 64,00
*TEM-Balance Behandlung (25 Min.)	€ 55,00
*TEM-Pulsbehandlung (30 Min.)	€ 64,00

Gymnastik

Wassergymnastik einzeln (20 Min.)	€ 56,00
Wassergymnastik einzeln (30 Min.)	€ 67,00
Wassergymnastik in der Gruppe (20 Min.)	€ 7,00
Gruppengymnastik am Morgen (25 Min.)	€ 7,00
Wirbelsäulengymnastik in der Gruppe (25 Min.)	€ 7,00

Gymnastik nach der

Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

Wyda in der Gruppe (45 Min.)	€ 9,50
Wyda einzeln (20 Min.)	€ 56,00
*Leibübungen in der Gruppe (45 Min.)	€ 9,50

Einzelheilgymnastik

Einzelheilgymnastik (20 Min.)	€ 56,00
Einzelheilgymnastik (30 Min.)	€ 67,00
Einzelheilgymnastik (45 Min.)	€ 93,00
Einzelheilgymnastik (60 Min.)	€ 124,00
Beckenbodengymnastik einzeln (20 Min.)	€ 56,00
Rückenschule einzeln (20 Min.)	€ 56,00
Medi Tape klein	€ 26,00
Medi Tape groß	€ 49,00

*Atemtherapie (30 Min.)	€ 67,00
*Elektrotherapie (15 Min.)	€ 21,00
*Ultraschall	€ 21,00

Beratungsgespräche

Ernährungsberatung (30 Min.)	€ 67,00
Ernährungsberatung (45 Min.)	€ 93,00
Ernährungsberatung (60 Min.)	€ 124,00
* TEM Kräuterberatung (30 Min.)	€ 64,00
* TEM Kräuterberatung (60 Min.)	€ 119,00
* Teeberatung (10 Min.)	€ 18,00
* TEM Räucherberatung (30 Min.)	€ 64,00
* TEM Körperäuchern (60 Min.)	€ 132,50

Spezielle Leistungen – Stressabbau und Entspannung

*Einführung Bogenschießen in der Gruppe	€ 49,00
*Therapeutisches Bogenschießen (30 Min.)	€ 93,00
*Therapeutisches Bogenschießen (60 Min.)	€ 140,00
*Meditatives Bogenschießen (30 Min.)	€ 67,00
*Meditatives Bogenschießen (60 Min.)	€ 124,00

Gruppenangebote in Bad Kreuzen ab 3 Personen.

* nur in Bad Kreuzen buchbar

** nur in Bad Mühlacken buchbar

Anwendungen

ÄRZTLICHE VERORDNUNG EMPFOHLEN

Bäder mit Kräuterextrakten

Vollbad mit Kräuterzusatz	€ 25,00
Wechsel-Armbad oder Fußbad	€ 19,50
Kohlensäurebad	€ 25,00

Güsse

Wechselgüsse	€ 19,50
kalte Güsse	€ 13,00
Blitz- und Vollgüsse	€ 23,00
Lumbalguss/ansteigender Rückenguss	€ 23,00
Oberkörperwaschung/Trockenbürstung pro Tag	€ 11,00

Tipp

Reservieren Sie vorab Ihre zusätzlichen Wunschtherapien, dies ermöglicht eine bessere Therapieeinteilung. Termine bei unserer Kosmetikerin und Fußpflegerin reservieren Sie bitte direkt an der Rezeption. Anwendungen und Therapien werden täglich außer an Sonntagen angeboten.

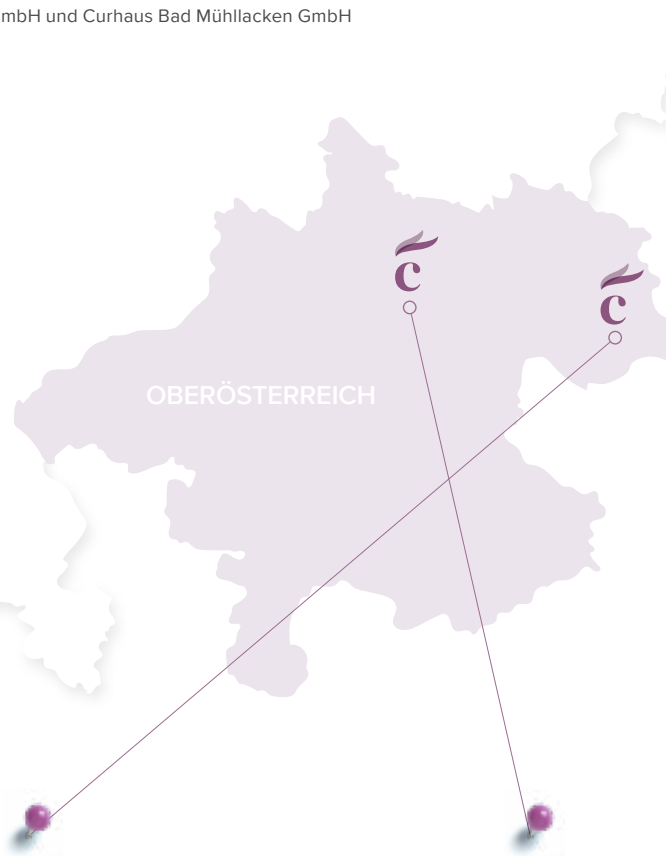
Bad Kreuzen: +43 (0) 7266 / 6281-151
therapie.badkreuzen@marienschwestern.at

Bad Mühlacken: +43 (0) 7233 / 7215
badmuehlacken@marienschwestern.at

Angeführte Preise sind Europreise inkl. Mehrwertsteuer.

Gültig ab 01.01.2024. Preisänderungen, Satz- und Druckfehler sind vorbehalten.

Bilderrechte ©TourismusverbandDonauOberösterreichCMVisuals, Oberösterreich Tourismus GmbH / Martin Fickert, Curhaus Marienschwestern GmbH und Curhaus Bad Mühlacken GmbH



Curhaus Marienschwestern GmbH

1. Zentrum für Traditionelle Europäische Medizin

Bad Kreuzen 106

4362 Bad Kreuzen, Austria

Tel. +43 (0) 72 66/6281

badkreuzen@marienschwestern.at

Curhaus Bad Mühlacken GmbH

Zentrum für Gesundheit und Spiritualität

Bad Mühlacken 55

4101 Feldkirchen a. d. Donau, Austria

Tel. +43 (0) 72 33/7215

badmuehlacken@marienschwestern.at

www.curhaus.at

