

Strandhotel****, Weissenhäuser Strand

Das Fitness-Paradies der Ostsee

Kilometerlange Sandstrände, herrliche Naturlandschaften, malerische wildreiche Wälder und romantische Seen umgeben von bizarren Steilküsten – der Weissenhäuser Strand lässt das Herz der Naturliebhaber höher schlagen. Obendrein verwöhnt das milde Ostseeklima die Atemwege. Auch das bunte Treiben auf den Promenaden und Seebrücken entlang der Küste und das umfangreiche Kulturprogramm sind im Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand ein wahrer Magnet.

IHR HOTEL: Komforthotel, eingegliedert in den weitläufigen Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand, nur ca. 150 m vom 3 km langen, herrlichen Sandstrand entfernt. Restaurant, Wintergarten, Lift.

IHR WELLNESSBEREICH: Dünenbad auf ca. 3.000 qm, 2 Schwimmbäder, Sanarium, Dampfbad, Whirlpool und Ruhebereich inklusive.

IHR ZIMMER: Modern-komfortable Nichtraucherzimmer (ca. 32 qm) mit Dusche/WC, Föhn, Bademantel, Radio, Telefon, Sat.-TV (Flatscreen), Mini-Kühlschrank, Nespresso-Kaffeemaschine, Balkon.

IHRE VERPFLEGUNG: HP = Frühstücksbuffet und abends 3-Gang-Wahlmenü oder Buffet.

IHR SPORT- & FREIZEITPROGRAMM: Fitnessraum mit modernen Geräten, Gymnastikraum inklusive. Gegen Gebühr: subtropisches Badeparadies (ca. 10.000 qm), Abenteuer-Dschungelland

(ca. 6.500 qm) und WAWACO Wakeboard- und Wasserskianlage. **WEITERE INKLUSIVLEISTUNGEN:** Begrüßungsgetränk, 1 Flasche Mineralwasser bei Anreise auf dem Zimmer.

Ihr Präventionspaket

- Kurseinführung
- verschiedene Kursprogramme je nach Termin: Progressive Muskelentspannung und Nordic Walking oder Progressive Muskelentspannung und Aquagymnastik/Aquafitness
- Kursabschluss mit Tipps für das Gesundheitstraining zu Hause

Dr. Holiday-Extra

- täglich freier Eintritt in das Dünenbad

5 ÜN/HP ab
245 €
pro Pers. im DZ*

KKH Reisewelten 2020

Gesund zu sein und gesund zu bleiben, das wünschen wir uns alle. Um dies zu erreichen, können wir jede Menge tun: uns ausgewogen ernähren, regelmäßig bewegen, gezielt entspannen und ausreichend schlafen. Besonders gut gelingt dies im Urlaub. Gemeinsam mit unserem Kooperationspartner haben wir Ihnen eine große Auswahl an Gesundheitsreisen zusammengestellt.

Präventionsreisen mit KKH Zuschuss

Sie haben keine Möglichkeit, einen Präventionskurs in Ihrer Nähe zu besuchen? Wie wäre es dann mit einer Präventionsreise? Die KKH bezuschusst unter bestimmten Bedingungen die qualitätsgeprüfte Prävention im Rahmen der Reisen mit bis zu 160 Euro pro Kalenderjahr. Die Angebote bieten Aktivitäten in den Bereichen Bewegung, Entspannung und Ernährung – von Aquagymnastik und Nordic Walking bis hin zu Progressiver Muskelentspannung, Qigong, Rückenschule und Yoga.

Info- und Buchungs-Hotline



Sie haben Fragen zu einem Angebot oder möchten telefonisch buchen? Das Team von Dr. Holiday ist Montag bis Freitag von 9.00 bis 18.00 Uhr für Sie da.

Tel. 0941 30767170*

* ortsübliche Telefongebühren aus dem deutschen Festnetz, Gebühren bei Anrufen aus Mobilfunknetzen anbieterabhängig



Sie möchten online buchen oder sich im Internet über diese und viele weitere Angebote informieren? Auf der Seite von Dr. Holiday finden Sie nähere Informationen und die Möglichkeit, den aktuellen Katalog kostenlos zu bestellen:

www.kkh-reisewelten.de

Veranstalter der Reisen ist Dr. Holiday AG, Wernerwerkstr. 4, 93049 Regensburg

KKH Reisewelten 2020

Präventionsreisen mit KKH Zuschuss



Dr. Holiday

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

Reisezeit: auf Anfrage und nach Verfügbarkeit | Buchungs-Nr. P-KEL44403-0109
* Endpreis abzgl. des maximal möglichen KKH Zuschusses von 160 €



5 ÜN/HP ab
465 €
pro Pers. im DZ*

The Lakeside-Burghotel zu Strausberg****S Mittelalterliches Flair erleben

Strausberg liegt auf der Hochfläche des Barnims, inmitten einer seen- und waldreichen Landschaft und in einem einzigartigen Naturschutzgebiet. Der ideale Ausgangspunkt, um aktiv die Flora und Fauna des Landschaftsschutzgebietes Strausberger- und Blumenthaler Wald- und Seengebietes zu erkunden. In Ausflugsnähe liegen z. B. die Städte Berlin, Potsdam und Rheinsberg.

IHR HOTEL: Das Hotel ist umgeben von einer gepflegten Parkanlage mit romantischem Pavillon d'amour, Burginnenhof mit Amphitheater, Standesamt, Rittersaal und Restaurant Royal mit kreativer, internationaler, leichter Küche unter Verwendung regionaler Produkte, Gartenterrasse, Bibliothek, 4 Residenzen mit 12 Zimmern, Lift, WLAN.

IHR WELLNESSBEREICH: Körperliches Wohlbefinden und Entspannung erfahren Sie in der 700 qm großen Fitness- und Wellnesslandschaft mit griechisch-römischem Schwimmbad, finnischer Sauna, Aromatherapie, Laconium, Dampfsauna und Erlebnisduschen inklusive.

IHR ZIMMER: Alle Zimmer sind im englischen Stil eingerichtet und verfügen über Bad oder Dusche/WC, Föhn, Telefon, Sat.-TV und Schreibtisch.

IHRE VERPFLEGUNG: HP = umfangreiches Frühstücksbuffet und abends Tellergericht.

IHR SPORT- & FREIZEITPROGRAMM:

In der Umgebung zahlreiche Wander- und Radwege, Möglichkeit zum Golf spielen, Rudern, Tennis, Bowling, Reiten, Tauchen etc.

WEITERE INKLUSIVLEISTUNGEN: Täglich 1 Flasche Wasser und Obst auf dem Zimmer.

Ihr Präventionspaket

- Kurseinführung
- 1 Kurs Aquagymnastik/Aquafitness
- Kursabschluss mit Tipps für das Gesundheitstraining zu Hause

Dr. Holiday-Extras

- 1 x Rückenmassage (ca. 25 Min.)
- 3 wechselnde Gesundheitstrainings, z. B.: Nordic Walking, Gymnastik, Gerätetraining (jeweils ca. 45 Min.)



5 ÜN/HP ab
425 €
pro Pers. im DZ*

Vital- & Wellnesshotel Albblick****, Waldachtal Kräftig durchatmen im Wellnesswald

Waldachtal bei Freudenstadt ist ein weites, luftiges Siedlungsgebiet inmitten einer Bilderbuchlandschaft im Nordschwarzwald. Im umliegenden „WellnessWald“, auch „Seelenpark“ genannt, werden Körper, Geist und Seele gleichermaßen angesprochen. Das gesunde Klima und die fast staub- und schadstofffreie Luft locken zahlreiche Urlauber und Gäste an.

IHR HOTEL: Kürzlich renoviertes, umgebautes und familiär geführtes Hotel mit gemütlichem Ambiente, direkt am Waldrand, ca. 500 m zur Ortsmitte.

IHR WELLNESSBEREICH: Wellnesslandschaft auf ca. 2.000 qm, mit großem Hallenbad, Whirlpool, Außenschwimmbaden mit Liegewiese, Saunalandschaft mit finnischer Sauna, Biosauna, Dampfbad, Salzgrotte, Blütengrotte, Infrarotkabine, Soleinhalationskabine, Kneipp-Anlage, Meditations-Relaxraum, Tee-Ecke im Vitalcenter inklusive.

IHR ZIMMER: Im Stammhaus, komfortabel mit Dusche/WC, Föhn, Radio, Telefon, Sat.-TV, Safe, Minibar, Balkon.

IHRE VERPFLEGUNG: HP = Frühstücksbuffet mit Vitalecke und Bioprodukten, abends 5-Gang-Menü oder reichhaltiges Buffet mit regionalem vegetarischem Diät-/Metabolisch-, Thalasso- oder Wellness-Gericht.

IHR SPORT- & FREIZEITPROGRAMM: Umfangreiches Sportangebot be-

treit von Sportlehrern, Fitnessraum mit Cardio-Krafttrainingsgeräten, Nordic Walking-Kurse inklusive.

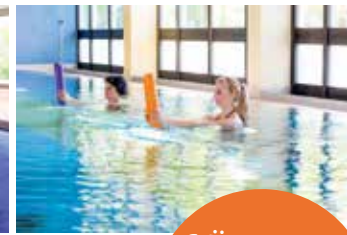
WEITERE INKLUSIVLEISTUNGEN: Begrüßungsgetränk, 1 x Breuss-Massage (ca. 40 Min.).

Ihr Präventionspaket

- Kurseinführung
- 1 Kurs Wirbelsäulengymnastik
- 1 Kurs Progressive Muskelentspannung
- Kursabschluss mit Tipps für das Gesundheitstraining zu Hause

Dr. Holiday-Extras

- 1 x Rückenmassage (ca. 25 Min.)
- 1 x Moor-Packung (ca. 40 Min.)
- 1 x Dr. Wolf Back-Check
- 1 x Trainingsberatung



6 ÜN/HP ab
575 €
pro Pers. im DZ*

Hotel Bayern Vital****, Bad Reichenhall Kräftig durchatmen in der Alpenstadt

Eine Mischung aus Naturschönheit, Wohlbefinden und erlebter Kultur – so lässt sich das Bayerische Staatsbad Bad Reichenhall kurz umschreiben. Umgeben von einem malerischen Bergpanorama der Berchtesgadener Alpen lädt die Stadt zu traumhaften Spaziergängen ein. Die idyllischen Wasserlandschaften und zahlreichen Rad- und Wanderwege in der Region bringen Naturliebhaber und Sonnenanbeter auf Hochtouren.

IHR HOTEL: Ruhige Lage, nur ca. 5 Gehminuten vom Zentrum entfernt. 89 komfortable Nichtraucherzimmer, Restaurant, Sonnenterrasse, Panoramalounge, Internetecke, Lift.

IHR WELLNESSBEREICH: Hallenbad und Sauna inklusive. Gegen Gebühr: Infrarotkabine, Massagen, Energiebehandlungen etc.

IHR ZIMMER: Gemütliches Zimmer mit Bad oder Dusche/WC, Bademantel (an der Rezeption, gegen Gebühr), Föhn, Radio, Telefon, Sat.-TV (Flachbildschirm), WLAN (kostenfrei), Safe, Minibar, überwindend Balkon.

IHRE VERPFLEGUNG: HP = reichhaltiges Frühstücksbuffet, abends Schlemmerbuffet.

IHR SPORT- & FREIZEITPROGRAMM: Fitness- und Tischtennisraum inklusive. Gegen Gebühr: haus eigene Fahrrad- und E-Bike-Vermietung.

WEITERE INKLUSIVLEISTUNGEN: 1 Obstkorb im Zimmer.

Ihr Präventionspaket

- Kurseinführung
- 1 Kurs Rückenschule
- 1 Kurs Qigong
- Kursabschluss mit Tipps für das Gesundheitstraining zu Hause

Dr. Holiday-Extras

- 2 x freier Eintritt in die Rupertustherme (Tageseintritt)
- 2 Anwendungen, wählen Sie aus: Klassische Massage, Fußreflexzonen-, Aromaöl-, Dorn-Breuss-Massage und Manuelle Lymphdrainage
- freie Nutzung von Hallenbad, Sauna und Fitnessraum