



# Hotel Bayern Vital – Bad Reichenhall

mit 150 € Zuschuss der BKK

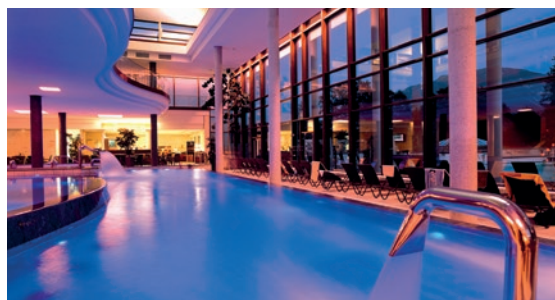
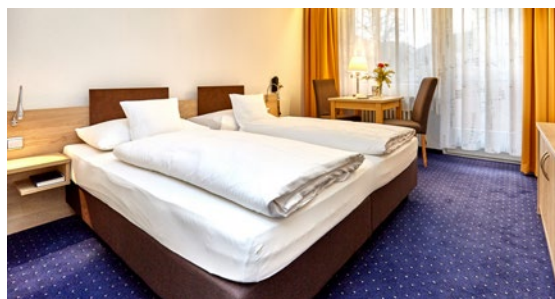
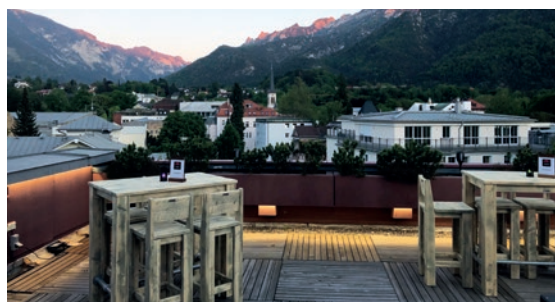
## Herzlich Willkommen im Berchtesgadener Land!

Es gibt nur wenige Orte in Europa, an denen Natur, Kultur, Musik, Vitalität, Wellness und Lebensfreude so eng zusammen liegen. Orte an denen wir uns wohlfühlen, die uns begeistern und an denen wir den hektischen Alltag um uns herum einfach einmal ausblenden können. Das Hotel Bayern Vital in Bad Reichenhall ist ein solcher Ort. Eingebettet in die wunderschöne Kulisse der Berchtesgadener Alpen bietet Ihnen unser Haus den idealen Rahmen für einen vitalen, genussreichen und unbeschwerteren Urlaub. Genießen Sie die Ruhe, lassen Sie sich verwöhnen und verbringen Sie erholsame Tage im Hotel Bayern Vital!

In absolut ruhiger Lage und nur 5 Gehminuten vom Zentrum Bad Reichenhalls entfernt, ist unser Haus der perfekte Ausgangspunkt für herrliche Bergwanderungen, sportliche Ski- und Radtouren sowie für viele interessante Ausflugsziele: der Nationalpark Berchtesgadener Land bietet eindrucksvolle Natur, während die unmittelbare Nähe zur historischen Mozartstadt Salzburg kulturelle Highlights verspricht. Lassen Sie sich kulinarisch von unserer hervorragenden Küche verwöhnen und entspannen Sie fernab der Hektik des Alltags.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Anmeldung für die Gesundheitstage im Berchtesgadener Land nehmen Sie einfach telefonisch über die Nummer **08651/7060** vor.





## Entspannungsprogramm

5 Tage mit Schwerpunkt QiGong (8 Einheiten)

Es erwartet Sie ein Entspannungstraining, wie Sie Ihren Alltag stressfrei gestalten durch das Erlernen verschiedener Entspannungsverfahren. Den Schwerpunkt bilden hier die Übungen zur Gesunderhaltung und für ein langes Leben (QiGong). Erleben Sie, wie so Ihre eigenen Ressourcen aktiviert werden und wie Sie die Ruhe und Kraft finden, durch die praktischen Tipps und Anleitungen die Verfahren auch zu Hause fortzusetzen.

Zusätzlich zum Pflichtprogramm können folgende Kurse belegt werden (freiwillige Teilnahme):

- Progressive Muskelentspannung
- Meridianübungen und Entspannungstechniken
- Stretch & Relax
- Rückenschule „Achtsamkeit auf meine Rückengesundheit“

**Preis pro Person: 219 €\***

### Hotel-Inklusivleistungen der Programme:

- 4 Übernachtungen im DZ
- reichhaltiges VITAL-Frühstücksbuffet (mit Gluten- & laktosefreien Speisen)
- 4x Halbpension mit einem Schlemmerbuffet oder 4 Gang Menü (auf Wunsch auch vegetarische Auswahl)
- 1 Flasche Mineralwasser, täglich aufs Zimmer
- freie Benutzung von Hallenbad, Sauna und Fitnessraum
- Teilnahme an unseren hauseigenen Entspannungs- und Fitnessangeboten
- 1x Thermeneintritt (Tag) in der Rupertus Therme
- Wanderung – mittwochs (auf Anfrage)

\* Der Kassenzuschuss von 150 € bei erfolgreicher Teilnahme wurde bereits verrechnet. Preis pro Zimmer, Preise für Zimmer ab der Kategorien Junior Suite erhalten Sie auf Anfrage.  
KFZ-Stellplatz: 8 € Aufpreis pro Tag. Kurtaxe im Preis nicht inkludiert: 3,30 € pro Person (zusätzlich, Preisbasis 2021).



## Bewegungsprogramm

5 Tage mit Schwerpunkt Rückenfit (8 Einheiten)

Es erwartet Sie ein professionelles Trainingsprogramm speziell für den Rücken mit funktionellen Übungseinheiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Koordination und Kräftigung der Rückenmuskulatur. Mit enthalten sind auch Entspannungs- und Stretcheinheiten. Praxis und Theorie werden miteinander kombiniert, damit Sie ihr individuelles Training zu Hause fortführen können.

Zusätzlich zum Pflichtprogramm können folgende Kurse belegt werden (freiwillige Teilnahme):

- Aqua Fit
- Nordic Walking
- Krafttraining
- Rückenschule „Achtsamkeit auf meine Rückengesundheit“

**Preis pro Person: 219 €\***



Luitpoldstraße 8, 83435 Bad Reichenhall  
Tel. 08651/7060, [www.hotel-bayern-vital.de](http://www.hotel-bayern-vital.de)