

## PRÄVENTIONSWOCHE „KARDIO-CHECK-UP“

### AKTIV BLEIBEN UND KRAFT SCHÖPFEN

Die Präventionswoche in der Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl lädt Sie zu einem Aufenthalt der besonderen Art ein:

Prävention leben mit Aktivität, Entspannung, Ruhe und Freude. Sie können den Alltag hinter sich lassen und in gepflegter Atmosphäre Ihre Gesundheit fördern. Das therapeutische Team steht Ihnen dabei zur Seite.

Durch aktives Training, Entspannung und unseren Kardio-Check-Up verlassen Sie unsere Klinik mit einem Erfahrungsschatz, der Sie nachhaltig begleitet.

Entscheiden Sie sich für die Präventionswoche „Kardio-Check-Up“ und seien Sie für eine „bewegte Woche“ unser Gast – oder auch gerne länger.

- ❖ 7 Übernachtungen mit Vollpension (Frühstück und Abendessen in Buffetform, Mittagsmenü)  
Unterbringung im Einzel- oder Doppelzimmer, Dusche/WC, Balkon, TV, Telefon (gegen Gebühr)
- ❖ 1 ärztliches Beratungsgespräch
- ❖ Risikofaktorenkontrolle (Blutfette, Blutdruck)
- ❖ Belastungs-EKG
- ❖ 2 Einheiten Entspannungstechniken
- ❖ 2 Gymnastikeinheiten im Wasser
- ❖ 5 x Fahrradergometer-Training á 30 min.
- ❖ Nordic Walking bei entsprechenden Witterungsverhältnissen

zusätzlich bieten wir Ihnen als kostenlosen Service

- ❖ Abholung vom Bahnhof
- ❖ Obstteller zur Begrüßung
- ❖ Wasser aus dem Trinkbrunnen
- ❖ Vorträge
- ❖ kostenfreie Abendveranstaltungen im Haus
- ❖ Nutzung des Schwimmbades zu den freien Öffnungszeiten
- ❖ WLAN

Preis Präventionswoche „Kardio-Check-Up“: 7 Ü/VP im EZ/DZ pro Person 750 Euro (inkl. ges. MwSt.)

Preis Verlängerungswoche: 7 Ü/VP im EZ/DZ pro Person 650 Euro (inkl. ges. MwSt.)

Anreise: Montag