

Zimmer und Verpflegung

Bei uns erhält jeder Gast ein Einzelzimmer mit Telefon, Fernseher und Safe. Je nach Gesundheitsbild stehen unterschiedliche Zimmerkategorien zur Verfügung.

Möchten Sie eine Begleitperson mitbringen, können Sie ein Doppelzimmer* beziehen.

Bitte sprechen Sie diese Wünsche vor Aufnahme an.



Genießen Sie Vielfalt am Buffet – morgens und abends! Mittags wählen Sie aus zwei köstlichen Menüs.

Bei ärztlich begründeten Nahrungsmittel-unverträglichkeiten informieren Sie uns bitte vorab für eine individuelle Verpflegung.

Wir planen mit Ihnen Ihr Wohlbefinden!

*je nach Verfügbarkeit

Freizeitaktivitäten

- Schwimmbad / Sauna
- Wassertretbecken
- Gerätetraining / Milon-Circle
- Turnhalle mit Tischtennis
- Sonnenterrasse, Liegewiese
- Kegelbahn, Tischkicker
- Lese- und Spielzimmer
- Hacho Stube mit Darts
- Cafeteria mit Kaffee und Kuchenverkauf
- Spiele- und Bastelabende



Fachkliniken Sonnenhof
Höchenschwand GmbH
Kirchstr. 2, 79862 Höchenschwand



Tel: 07672 489 0

Fax: 07672 489 404



info@sonnenhof-reha.de
www.sonnenhof-reha.de



fachkliniken_sonnenhof



BON VITAL (Sei) Einfach aktiv

Mit dieser 7-tägigen (6
Übernachtungen)
Gesundheitspauschale tanken Sie
neue Lebensfreude.

Sie stärken Ihr Immunsystem und
erhöhen Ihre körperliche
Leistungsfähigkeit und Vitalität.

Willkommen im “Dorf am Himmel”

Klima

In Höchenschwand, Deutschlands höchstgelegenen heilklimatischem Kurort, erkannte man bereits in den 30er Jahren die heilende Wirkung des einzigartigen Klimas.

Eine umfassende Klimaanalyse in den 90er Jahren bestätigte, dass der Körper auf die klimatischen Bedingungen mit einer erhöhten Ausschüttung des körpereigenen Cortisols reagiert. Dies führt zu entzündungshemmenden Prozessen und einem verbesserten Heilungsprozess.

Die Luftreinheit auf dem Hochplateau ist außergewöhnlich und vergleichbar mit Höhenlagen ab 2.500 Metern.

Lage

Höchenschwand liegt im südlichen Hochschwarzwald, etwa 20 km nördlich der Kreisstadt Waldshut-Tiengen. Der Ort befindet sich auf einem leicht nach Süden geneigten Hochplateau im Naturpark Südschwarzwald.

Deutschlands höchstgelegener heilklimatischer Kurort bietet bei günstiger Witterung eine einzigartige Sicht über die Schweizer Alpen.

Die Gegend ist ein Paradies für Naturfreunde und bestens geeignet auch für einen Aufenthalt mit Hund.



Grundleistungen

6 Übernachtungen (7 Tage) inkl. Vollpension

Wahlpakete

BON VITAL RELAX

- 2 x Hydrojet
- 4 x Wassergymnastik
- 4 x Gymnastik
- 2 x Entspannungsgruppe
- 1 x Yoga
- 1 x Vortrag

BON VITAL AKTIV

Aktive Ernährung

- 2 x Nordic Walking
- 2 x Wassergymnastik
- 2 x Bewegungsgruppe
- 2 x Aktiv mit Uwe
- 1 x Einführung in MTT
- 6 x MTT-Eigentraining
- 1 x Wandern
- 1 x (Ernährungs-)beratung
- 1 x Genusstraining
- 1 x Lehrküche

Aktive Entspannung

- 2 x Wassergymnastik
- 2 x Bewegungsgruppe
- 2 x Aktiv mit Uwe
- 1 x Einführung in MTT
- 6 x MTT-Eigentraining
- 1 x Wandern
- 2 x Hydrojet
- 1 x progressive Muskelentspannung
- 1 x Yoga



Information

- Die Wahlpakete sind fixiert, ein Tausch von Anwendungen ist nicht möglich.
- Nicht in Anspruch genommene Leistungen können nicht ausbezahlt werden.
- Bei Bedarf können weitere Leistungen dazu gebucht werden.*
- Rezepte können nicht eingelöst werden.
- Verlängerungswochen sind auf Anfrage möglich.