

DIE AKTIVWOCHE GESUNDHEITSWANDERN.SPEZIAL

für Hund und Halter im Sibyllenbad/Bad Neualbenreuth

Hunde verdienen zweifellos den Titel „Bester Freund des Menschen“: Sie sind loyal, intelligent, anhänglich und herzlich – zudem beeinflussen sie nachweislich direkt und indirekt unsere mentale und physische Gesundheit positiv. Hundebesitzer leben gesünder als ihre Mitmenschen ohne Hund. Sie sollen seltener an Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden und mehr Bewegung haben. Kurzum: Hunde tun uns gut!

... und ganz neu: Sie können nun auch mit Frauchen und Herrchen erstmals zusammen eine AKTIVWOCHE erleben, nicht nur als „Begleithund“ in der Hundepension – sondern „richtig dabei“ – bei den Outdoor-Programmpunkten.



EXKLUSIV-TERMINE

AW-2024/1028: 14.04. – 20.04.2024 (KW 16)

AW-2024/1029: 28.04. – 04.05.2024 (KW 18)

LEISTUNGEN

6 Übernachtungen (inkl. Kurtaxe)/Frühstück (auch bei den Ferienwohnungen) mit Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen

PREISE PRO PERSON UND HUND IM ZIMMER

bei Kassenzuschuss von 200,- Euro für Frauchen und Herrchen für das Gesundheitsprogramm (bereits abgezogen)

	DZ	EZ	Hund zzgl.
Ferienwohnung / -haus			
Ferienwohnung	275,- €	335,- €	185,- €
Hotel			
Appartement-Hotel Sibyllenbad	305,- €	365,- €	215,- €
Landschloss Ernestgrün	345,- €	395,- €	215,- €
Kurhotel Pyramide	375,- €	495,- €	260,- €
Wohnmobilstellplatz			
Reisemobilhafen Sibyllenbad	125,- €	125,- €	135,- €

Die Unterbringung des Hundes erfolgt im Zimmer von Frauchen und/oder Herrchen. Halbpension (Wohlfühlmenü) vor Ort buchbar (117,- € / 6 Tage, in 15 verschiedenen Gaststätten einzulösen).

Weitere Infos bei Jürgen Rath, 09638 933-103, juergen.rath@sibyllenbad.de

30 AKTIVWOCHE Jahre

Erleben Sie gesunde Vielfalt

an 47 Standorten in ganz Deutschland, der Niederlande, Österreich, Polen, der Schweiz und Tschechien.

Unterschiedliche Schwerpunkte für unterschiedliche Interessen und damit so individuell wie Sie: 88 Gesundheitsangebote.

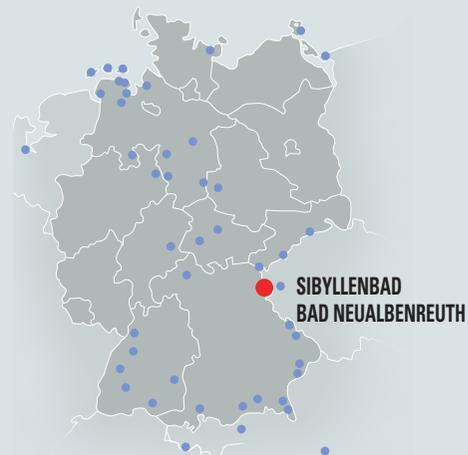
Entfliehen Sie dem Alltag, und nehmen Sie sich

7 Tage Zeit für Bewegung, Entspannung und Ernährung.

Mit Zuschuss zum Gesundheitsprogramm – je nach Satzung Ihrer Krankenkasse entspricht den Vorgaben des aktuellen „Leitfaden Prävention“.

Salus BKK
Mit gutem Gefühl krankensichert

mkk
meine krankenkasse



GESUNDHEITSSERVICE
MANAGEMENT

30
JAHRE



- ▶ Dönhoffstraße 27, 51373 Leverkusen
- ▶ www.aktivwoche.info
- ▶ aktivwoche@gsm-gesund.de
- ▶ Service-Telefon: 0214 35769-0



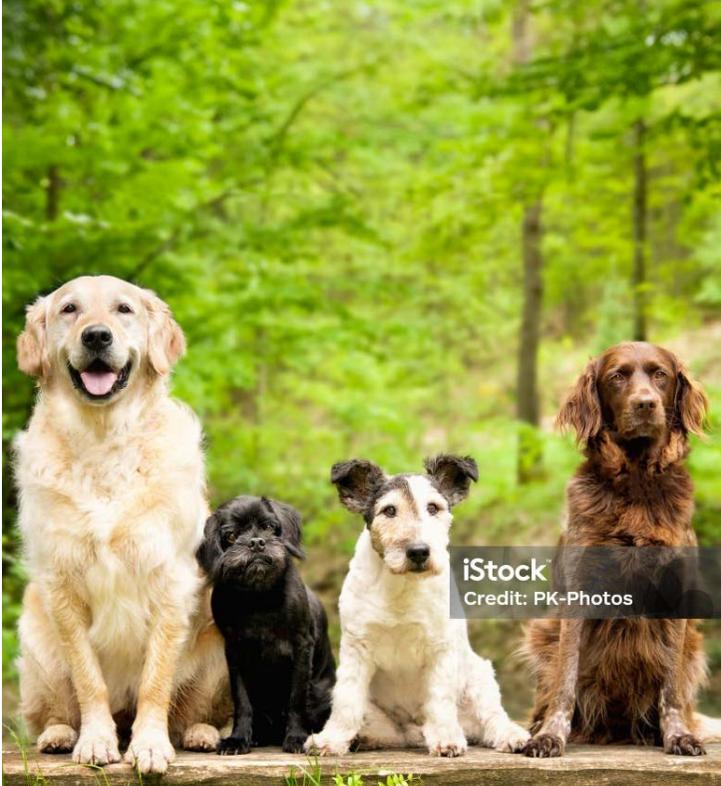
EIN PILOTPROJEKT AUF BESONDERE ANREGUNG
AUS DER SALUS BKK UND DER MKK

DIE AKTIVWOCHE. GESUNDHEITSWANDERN.SPEZIAL FÜR HUND UND HALTER IN SIBYLLENBAD /BAD NEUALBENREUTH



AKTIV, ACHTSAM UND GESUND MIT HUND

AKTIVWOCHE
Das Original. Seit 30 Jahren.



EINE EINZIGARTIGE VERBINDUNG VON NATUR, BEWEGUNG UND WOHLBEFINDEN

Inmitten der malerischen Kulisse des Sibyllenbads bieten wir Ihnen eine einzigartige Gelegenheit, gemeinsam mit Ihrem vierbeinigen Begleiter die heilende Kraft der Natur zu entdecken. Diese Aktivwoche vereint nicht nur körperliche Bewegung, sondern auch die tiefe Verbundenheit zwischen Mensch und Hund.

WAS ERWARTET SIE

- Kleine Gruppe mit 6 bis 12 Personen und ca. 6 Hunden.
- Bewegen Sie sich mit Ihrem Hund aktiv, achtsam und langsam in der Natur.
- Erwarten Sie weniger, dann bekommen Sie mehr.
- Verbinden Sie sich gemeinsam mit der Natur.
- Erlauben Sie sich, zu staunen, über Ihren Hund und über die Natur.
- Schärfen Sie Ihre Sinne, was genau können Sie alles über Hund und Natur wahrnehmen?
- Finden Sie gemeinsam ein stimmiges Tempo mit der passenden Ausdauer
- Erleben Sie den Wald mit den Sinnen Ihres Hundes.
- Nehmen Sie Impulse für sich und Ihren Begleiter mit nach Hause.

DAS GESUNDHEITSPROGRAMM

IST ZERTIFIZIERT UNTER ZPP ID: KU-BE-CQMK5U

- Einführungsgespräch
- Eingewöhnungstour (135 Minuten)
- Auf Augenhöhe mit den Vierbeinern und Achtsamkeitsübungen (90 Minuten)
- Gemeinsam in der Natur unterwegs, Natur- und Selbstwahrnehmungen (90 Minuten)
- Konditionierung und Atemtechniken (225 Minuten)
- Abschlusswanderung: Mit allen Sinnen durch den Wald (180 Minuten)
- Abschlussgespräch
- Betreuung

FÜR DEN HUND

Leistungen für den Hund sind nicht Bestandteil des zertifizierten Gesundheitsprogramms und nicht bezuschungsfähig.

- 3 x 180 Minuten Betreuung in der Hundepension – während dieser Zeit können Sie im Sibyllenbad entspannen

GIB DEM MENSCHEN EINEN HUND UND SEINE SEELE WIRD GESUND.

Hildegard von Bingen, Benediktinerin & Dichterin



GRUNDSÄTZLICH ZU BEACHTENDE VORAUSSETZUNGEN, REGELN UND DETAILS ZUM HUND

- Hunde bis maximal 60 cm Schulterhöhe
- Keine Hunde, die auf der „Ausschlussliste“ stehen (siehe QR-Code)
- Bei der Anmeldung müssen Hunderasse und Schulterhöhe bekannt gegeben werden.
- Sozialverträglich mit anderen Menschen und Hunden
- Hund, läuft entspannt und ruhig in einer Gruppe mit anderen Hunden
- Keine läufigen Hündinnen
- Hunde bleiben während der Einheiten an der Leine, gute Leinenführigkeit
- Hund an Brustgeschirr und oder Halsband
- Hund ist geimpft und haftpflichtversichert, körperlich gesund und fit

Im Reisegepäck/Wanderrucksack für den Hund mit dabei ...

- Langleine (ca. 5 m) und ggf. eine kürzere Führleine (ca. 2 - 2,5 m), eine lange Leine kann nach Absprache ausgeliehen werden. Nicht erlaubt sind Ausziehleinen oder Flexileinen.
- Evtl. Leckerchen oder Spielzeug zum Belohnen
- Futterbeutel, Dummy oder Lieblingsspielzeug (evtl. auch Kauartikel oder Kong für die Wartezeit und zur Beschäftigung)
- Persönlicher Gegenstand vom Menschen (Frauchen und /oder Herrchen) z. B. Halstuch, eine kleine Tasche etc.
- Wasser und evtl. eine Hundedecke für die Ruhephasen
- Kot-Tüten für Hinterlassenschaften

... und für Frauchen und/oder Herrchen:

- Geländetaugliches profiliertes Schuhwerk und der Witterung angepasste Kleidung sind Grundvoraussetzung für die Hundehalter
- Zecken-/Mückenschutz und eine Sitzunterlage
- Eventuell Thermoskanne für heiße Getränke ...
- ... und einen Rucksack, in den alles hineinpasst.