



Genießen Sie Ihren Aufenthalt in unserer schönen Klinik mit modernen Zimmern.

Unsere Köche sorgen nicht nur für ein reichhaltiges Buffet, sondern auch für eine ausgewogene Ernährung.



Unser Haus

Die Celenus Deutsche Klinik für Integrative Medizin und Naturheilverfahren (DEKIMED) befindet sich im Sächsischen Staatsbad Bad Elster im Dreiländereck Sachsen – Böhmen – Bayern. Diese Region, das Vogtland, ist zu jeder Jahreszeit reizvoll. Die Klinik mit ihrer historischen Fassade verbindet optimale medizinisch-therapeutische Möglichkeiten mit stilvollem, wohnlichem Ambiente in bester Lage im Kurort. Die Zimmer sind mit Dusche/WC, Kabel-TV, Notrufanlage und Telefon (gegen Gebühr) komfortabel ausgestattet und verfügen teilweise über Balkon/Terrasse.

Stand: 11.2017

Standorte der Celenus-Gruppe



Wir sind Ihr bundesweiter Partner für die medizinische Rehabilitation

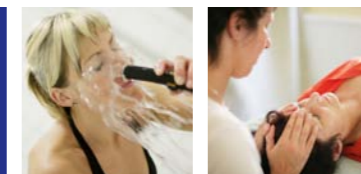
In unseren 17 renommierten stationären Kliniken, einem ambulanten Reha-zentrum sowie einem Gesundheitszentrum bieten wir Ihnen einen effizienten Gesundheitsservice in den Bereichen Orthopädie, Kardiologie, Neurologie, Mutter-/Vater-Kind-Präventionskuren, Onkologie und Psychosomatik an.

Wir beschäftigen derzeit knapp 2150 Mitarbeiter und sind in der Lage, über 2900 Menschen stationär zu betreuen.

Zusammenhalt, Kompetenz und Menschlichkeit – dafür stehen die Celenus-Kliniken.



Unternehmenszentrale
Moltkestr. 27, 77654 Offenburg
Tel. 0781 932036-0
Fax 0781 932036-960
www.celenus-kliniken.de
info@celenus-kliniken.de

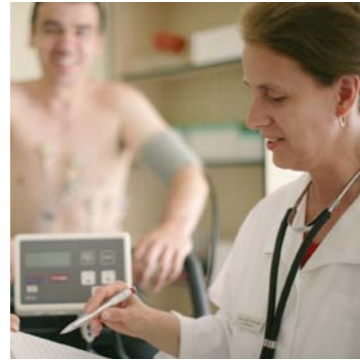


Gesund im Job
mit Ihrer Celenus Klinik



Bewegung und Entspannung





Ein medizinischer Check-Up erfolgt zu Beginn Ihres Aufenthaltes.

Entspannung bei Massagen oder auch bei sportlichen Aktivitäten.

In unserer Lehrküche werden Ihnen wichtige Ernährungstips vermittelt.

Genießen Sie unsere gesunde Küche bei den gemeinsamen Mahlzeiten.



Sie haben die Möglichkeiten, im hauseigenen Schwimmbad Aquafitnesskurse zu besuchen oder sich beim Yoga zu entspannen.

All unsere Angebote vermitteln Ihnen in verständlicher Weise wichtiges Grundlagenwissen zu gesundheitspädagogischen Themen und unterstützen Sie bei einer nachhaltigen Optimierung Ihres persönlichen Gesundheitsverhaltens.

Präventionskurse, um „ins Gleichgewicht“ zu kommen

Hand aufs Herz: Uns allen ist bewusst, dass wir mehr für unsere Gesundheit tun können und sollten. Andererseits sollten wir aber keinen größeren Schaden riskieren, indem wir „bis zum Umfallen“ Sport treiben, Diätkuren mit Rohkost durchleiden und durch den zusätzlichen Stress ungenießbar werden. In dieser Situation kommt Ihnen unser Kurs entgegen, ein Gesundheitsprogramm mit einer ausgewogenen Mischung von Bewegung und Entspannung, das Ihnen mit therapeutischer Begleitung „Starthilfe“ gibt.

Fachleute der Celenus DEKIMED vermitteln Ihnen während Ihres Kurses interessantes und nützliches Wissen. Unser Sportteam testet mit Ihnen Ihre optimale Trainingleistung, damit Bewegung Freude macht. Unterschiedliche Sport- und Bewegungsangebote laden ein, in unserem Schwimmbad, im Park oder in unserer lichtdurchfluteten Sporthalle in Schwung zu kommen und auch im Alltag aktiv zu bleiben. Unsere Gesundheitstrainer zeigen Ihnen, wie Entspannung effektiv und nachhaltig wirkt. So können Sie bei den verschiedenen Entspannungsverfahren jenes finden, welches am besten zu Ihnen passt. Physiotherapeutische Angebote ergänzen Ihr Programm und sorgen für Wohlgefühl und Lockerung von Verspannungen.

- *Kursdauer beträgt 7 Tage (6 Übernachtungen)*
- *Unterkunft im Einzelzimmer (Doppelzimmer auf Anfrage)*

Angebotspalette:

- 6 x Übernachtung (Anreise: Mi und Do)
- Vollpension (Menüwahl)
- Med. Basis-Check/Arztgespräch

Präventionspaket:

- 5 x Morgenbewegung im Park
- 1 x Nordic Walking im Park
- 1 x Aquafitness bzw. Wassergymnastik
- 2 x Wirbelsäulengymnastik
- 1 x Bewegungsgruppe
- Fahrradergometertraining gemäß Belastungstest

- 1 x Yoga
- 1 x Tai Chi bzw. Qi Gong
- 2 x Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- 2 x Entspannungsmethoden
- 2 x Wärmebehandlung
- 2 x Massage

bei Bedarf/Wunsch

- Wickel/Auflagen nach ärztlicher Verordnung
- Trinkkur (örtliche Heilquellen)
- 1 x geführte Wanderung

Preis pro Person zzgl. Kurtaxe

760 €

Unser Angebot ist besonders geeignet für Personen mit:

- *Bluthochdruck*
- *Tendenz zu Übergewicht*
- *Risiken für Diabetes, Arteriosklerose*
- *Bewegungsmangel/überwiegend sitzender Tätigkeit*
- *Stressbelastung*

Bei Fragen oder Informationsbedarf rufen Sie uns gerne an:

Telefon 0781 932036-333

Ziele

- Förderung körperlicher Fähigkeiten wie Ausdauer, Kondition, Beweglichkeit, Koordination
- Verbesserung der Körperwahrnehmung
- Stressabbau und Entspannung
- Sensibilisierung für individuelle Risikofaktoren
- Motivation zu regelmäßiger sportlicher Betätigung

Wir legen besonders Wert darauf, dass die Kurse nach den neuesten medizinischen Erkenntnissen aufgebaut sind und Ihnen dabei vor allem auch Entspannung bieten und Freude bereiten!

Nutzen Sie unsere parkähnliche Gartenanlage für kleine Spaziergänge.

