

Gesunde Lebensfreude



Graether
GESUNDHEITS-
RESORT

...weil ich es mir wert bin.

Warum Gesundheitsresort Graether?



Seit mehr als 60 Jahren bieten wir Gästen jeden Alters in unserem Haus eine Auszeit der besonderen Art. Nach dem Leitmotiv "Heute gesund - morgen gesund" können Sie bei uns ganzheitlich regenerieren und auf die Signale Ihres Körpers hören (lernen).

Suchen Sie Impulse zu mehr Bewegung und gesunder Ernährung? Beeinträchtigen Stoffwechselerkrankungen, Rheuma oder hartnäckige Entzündungen Ihr Wohlbefinden? Wollen

Sie Ihren nächsten Urlaub einfach dem wichtigsten Menschen – Ihnen selbst – widmen?

Bei uns bekommen Sie alles aus einer Hand und an einem Ort: heilende Ernährung mit Spaß, wohltuende Bewegung, entspannende Massagen, umfassende medizinische Beratung. Medical Wellness ist bei uns nicht Mode, sondern Lebenskonzept.

Mit fachlicher Kompetenz aus 60 Jahren Erfahrung kombinieren wir Naturheilverfahren und Schulmedizin; bestens ausgebildete und erfahrene Therapeuten umsorgen Sie in einer modernen physikalischen Praxis.

Unsere Gäste, ob 30, 50 oder 70 Jahre jung, finden bei uns eine Balance aus Bewegen und Entspannen, gesunder Ernährung, kraftvollem Atmen, stärkender Achtsamkeit. Entdecken auch Sie bei uns eine Lebensführung, die Ihrem Wohlbefinden stabile Säulen gibt: die Säulen der Ordnungstherapie.

Genießen Sie bei uns Zeit und Ruhe. Sie und Ihr Wohlergehen, Ihre Genesung sowie der langfristige Erhalt Ihrer Gesundheit stehen für uns im Mittelpunkt.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Udo Graether

Die fünf Säulen der

Ordnungstherapie bilden die Grundlage für gesunde Lebensfreude.



Bewegung



Atmung



Entspannung



Ernährung



Selbsthilfe

...weil ich mich bewegen will.



Raus aus dem Alltagstrott, raus aus dem Bewegungsmangel zwischen Schreibtisch, Auto und Sofa! Im Graether Gesundheits-Resort kann ich ganz nach Bedarf am vielfältigen Bewegungsprogramm teilnehmen. Cardio-Fitness, Wanderungen, Rückenschule – so kommt nicht nur mein Körper in Schwung. Mein Kopf macht Platz für neue Gedanken. Ich lasse bequeme Gewohnheiten hinter mir und bin offen für Neues. Das bewegt mich.



...weil ich Leben atmen will.



Ich hatte es fast vergessen:
Atmen gibt meinem Körper
mehr als nur Sauerstoff. Hier im
ruhigen Schwarzwald, mit dem
leichten Luftzug aus den drei
umliegenden Tälern, komme ich
zur Besinnung. Ich lerne wich-
tige Atemtechniken, lasse Stress
und Ängste hinter mir. Ich fülle
meine Lungen mit Lebenskraft,
kann mich leichter aufrichten
und meinen Rücken strecken.

So finde ich mein Gleich-
gewicht, für Körper und Seele
und Geist.

...weil ich entspannt sein will.



Im Graether Gesundheits-Resort habe ich endlich Zeit für mich. Ich lasse die Anspannung des Alltags hinter mir und genieße Bewegung und Ruhe.

Mein Therapie-Programm ist ganz auf meine Bedürfnisse abgestimmt; ich kann mich dafür in kundige, kompetente Hände begeben. Ich genieße mein behagliches Zimmer und den großen Park ringsum. Die Natur des Schwarzwaldes ist die perfekte Kulisse für meinen Urlaub. Ich kehre wieder ganz entspannt in den Alltag zurück.



...weil ich mich gesund ernähren will.



Eine Vollwert-Vital-Küche mit täglich frischer Kost aus eigenem Bioland-Anbau, hochwertige regionale Produkte, wertvoller Seefisch, eine haus-eigene Bäckerei. Hier fällt es mir leicht, ungesunde Gewohnheiten zu verabschieden. Hier erlebe ich fleischlose Mahlzeiten nicht als Verzicht, sondern als Bereicherung. Entgiften, heilfasten oder 1001-Kalorie-Tage: Viele eindruckliche Ernährungsimpulse nehme ich mit in meinen Alltag.



...weil ich mir selbst Gutes tun will.



Endlich wieder auf meinen Körper hören, meine Bedürfnisse spüren. Ich lasse mich fallen in ein abgestimmtes Therapieprogramm ganz nach meinen Wünschen. Erfahrene Fachleute sorgen für mein Wohlergehen an Körper und Geist. Gezielte medizinische Behandlungen, Essen mit Genuss, Bewegung in frischer, klarer Luft, Entspannen in Sauna oder Dampfbad: Im Graether Gesundheits-Resort finde ich zu meinem neuen Gleichgewicht und fühle mich wohl.

Ich will gesunde Lebensfreude!



Das Graether Gesundheits-Resort ist der ideale Ort, um neue Kräfte zu sammeln und um aktiver, vitaler und widerstandsfähiger zu werden. Seit über 60 Jahren folgen wir dem Beispiel der Natur und bringen Körper, Seele und Geist wieder in Einklang mit sich selbst. Auf dieser Basis haben wir für Sie als Therapieempfehlungen einige Programme zusammengestellt, deren einzelne Bausteine sich in der Wirkung optimal ergänzen.

Eingangs beraten wir Sie gerne bei der Auswahl eines Therapie-Programmes. Ob Pauschalkur oder individuell auf Ihre Indikationen zugeschnitten. Wir finden für Sie das Geeignete.

Oder Sie genießen einen Gesundheitsurlaub ohne Therapie-Programm. Alles für Ihre gesunde Lebensfreude.

Indikationen:

- Cerebrale- und periphere Durchblutungsstörungen
- Erkrankungen der Atmungsorgane, Emphysebronchitis, Bronchitis
- Erschöpfungszustände
- Stoffwechselerkrankungen
- Übergewicht, Untergewicht
- Erkrankungen der Verdauungsorgane
- Leber, Magen, Darm
- Lymphstauungen
- Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises
- Veränderungen des gesamten Bewegungsapparates
- Vorzeitiges Altern, Altersbeschwerden
- Allergien und Hauterkrankungen
- Gicht
- Diabetes
- Chronische Infekte
- Stress-Syndrom
- Immunschwäche
- Neurodermitis, Psoriasis
- Leistungsknick
- Tinnitus
- Burn-Out-Syndrom
- Mund-Magen-Darm-Mykosen
- Osteoporose

In den folgenden Angeboten ist „in Bewegung“ ein freiwilliger Programmpunkt, der beinhaltet:

- Frühgymnastik
- Wirbelsäulengymnastik
- Entspannungsübungen
- Nordic-Walking
- Rückenschulung
- Idoqi Gong
- Geführte Wanderungen
- Fitnessraum/Einzelgymnastik
- Gerätetraining mit Musik
- Sauna, Dampfbad
- Atem-Therapie



Spezialangebot „Detox – Entgiften & Entschlacken“

Schon Sebastian Kneipp sagte „Entgiftung – Entgiftung – Entgiftung.“ Diese Forderung ist heute aktueller denn je.

Die Entgiftung ist gestört, die von der Natur vorgesehenen Organe Leber-Niere-Darm sind überlastet, der Körper greift auf die sekundären Entgiftungsorgane zurück und lagert die Schadstoffe u.a. in Haut, Leber und Schleimhäuten ein bzw. versucht den Abtransport über diese Organe. Der Körper kommt aus dem Gleichgewicht.

Unser Spezialangebot für 7 Tage:

- Eingangs- und Schlußbesprechung
- 2x Leberkompressen mit besonderer Meeresalgeneinreibung (Dauer der Behandlung 30 min)
- 1x manuelle Lymphdrainage, zur Aktivierung des Transportmittels Lymphflüssigkeit
- 2x Detox-Entgiftungsmassagen für das Säure-Basengleichgewicht des Bindegewebes



Speziell erforderliche medikamentöse Unterstützung wird nach Absprache separat berechnet

Teilnahme am Programm „In Bewegung“

- Vollpension mit basischer Kost aus biologischem Anbau zur Versorgung von Mineralstoffen

Preise pro Person für 7 Übernachtungen:

E.Z. im Badhaus: Bad, Balkon, Telefon, WC	€ 1280,-
E.Z. im Haupthaus: Bad, Balkon, Telefon, WC	€ 1200,-
D.Z. im Haupthaus alternativ im Badhaus, Bad, WC, Balkon, Telefon	€ 1200,-



3. Die BasenKur

Der leichte Weg zur Verbesserung Ihres Wohlbefindens. Körperliche und geistige Belebung in kurzer Zeit, schmackhaft und dabei noch das Gewicht harmonisieren. Erleben Sie Medical-Wellness, nachhaltig und informativ, eine Erfahrung für die Zukunft, damit Sie gesund älter werden.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 7 Tage:

- 1x Eingangsuntersuchung und Schlussbesprechung
- 2x Leberkompressen mit Bauchmassage (keine Wickel) alternativ dauerbedampfte, warme Kräuter-, entspannende Moor oder Zirbenholzpackungen

- Vollpension mit köstlicher Basenkost
- Atemtherapie in kleiner Gruppe
- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

Nur basische Kost, ohne Behandlungen, ohne Untersuchung:

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“
- Sauna, Hallenbad, Dampfbad, Fitnessraum

Preise pro Person für 7 Übernachtungen:

EZ im Badhaus	€ 1230,-
EZ im Haupthaus	€ 1150,-
DZ im Haupthaus oder Badhaus	€ 1150,-

Verlängerungstag:

EZ im Badhaus	€ 150,-
EZ im Haupthaus	€ 140,-
DZ im Haupthaus oder Badhaus	€ 140,-



4. Heilfasten Vital Buchinger Paket 1

Ihr Körper entschlackt, das Gewebe regeneriert. Reinigung und Revitalisierung von Körper, Geist und Seele. Auftanken, die Zellen mit Vitalstoffen verwöhnen. Mit frisch gepressten Frucht- und Gemüsesäften, Gemüsebrühe und Tee zu neuem Lebensgefühl.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 7 Tage:

- 1x Anamnese und Untersuchung mit Schlussbesprechung
- 2x Bioimpedanzanalyse (Körperfettmessung)

- Betreuung während der Kur
- Köstliche Gemüsebrühe
- Frisch gepresste Frucht-/Gemüsesäfte
- Atemtherapie in kleiner Gruppe

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

Preise pro Person für 7 Übernachtungen:

EZ oder DZ im Haupthaus	€ 900,-
EZ im Badhaus	€ 970,-
DZ im Badhaus	€ 900,-

Verlängerungstag:

Haupthaus	€ 120,-
Badhaus	€ 130,-



5. Heilfasten Vital Buchinger Verlängerung - Paket 2

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 10 Tage:

- 1x Anamnese und Untersuchung mit Schlussbesprechung
- 2x Bioimpedanzanalyse (Körperfettmessung)
- 2x manuelle Lymphdrainage
- 2x Leber-Komresse mit Colon-Massage (Spezialmassage des Dickdarms)
- 1x Ganzkörper-Ölmassage

- Betreuung während der Kur
- Köstliche Gemüsebrühe
- Frisch gepresste Frucht- und Gemüsesäfte
- Atemtherapie in kleiner Gruppe

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

Preise pro Person für 10 Übernachtungen:

EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1.420,-
EZ im Badhaus	€ 1.480,-
DZ im Badhaus	€ 1.400,-

Paket 3

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 14 Tage:

Leistungen wie im Paket 2 und zusätzlich: 3x Fußreflexzonenmassage

Preise pro Person für 14 Übernachtungen:

EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1.920,-
EZ im Badhaus	€ 2.120,-
DZ im Badhaus	€ 1.920,-

6. Dein Atem ist Leben

Die Lunge ist das Herzstück eines Funktionskreises, der wesentlich für unser Wohlbefinden, für unsere Vitalkraft und Vitalität verantwortlich ist. Der bewusste Atem trägt deshalb maßgeblich zur Gesundheit bei. Häufig sind nicht erkannte Atemfunktionsstörungen die Keimzelle von Krankheiten. Bei uns lernen Sie, auf leiblicher und auf seelischer Ebene richtig zu atmen.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 7 Tage:

- 1x Aufnahmeuntersuchung mit Lungenfunktionsprüfung, Vitalkapazität
- 1x Besprechung und Auswahl des individuellen Therapieprogramms
- 1x Abschließende Untersuchung für das häusliche Programm
- 5x Einzelbehandlungen*

- Atemtherapie in kleiner Gruppe
- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

- Vollpension mit köstlicher Graether-Vital-Kost

Preise pro Person für 7 Übernachtungen:	
EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1270,-
EZ im Badhaus	€ 1340,-
DZ im Badhaus	€ 1270,-

*Auszug aus unserem erweiterten Behandlungsspektrum:

- Atem-Eutonie-Behandlung (Wohlspannung)
- Ortho-Bionomy-Behandlung (Körper-Energie-Arbeit)
- aufrichtende Dehngymnastik
- Haltungsänderungen
- heiße Rolle
- Vibrationen
- Lockerung der Atmungsmuskulatur
- Idogo Qi Gong
- Idogo-Walking
- Atemtherapie
- Thoraxmobilisation.



7. Gesunde Bronchien

Unsere Empfehlung für chronische und akute Infektionen der Luftwege beispielsweise der Bronchien, Stirn- und Nebenhöhlen, bei Husten oder Erschöpfung.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 14 Tage:

- 1x Anamnese und Untersuchung
- 10x Ultraschall-Inhalation
- 10x 1 Stunde Sauerstoff nach Prof. von Ardenne
- 4x Rückenmassage mit warmen Kompressen

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

Sonderpreis pro Person für **14 Tage:** € 400,- (ohne Unterkunft und Verpflegung)



8. Vital im Alltag

Stärken Sie Ihr Immunsystem und steigern Sie Ihre Abwehrkräfte! Unsere Empfehlung: bei beruflichem Stress im Alter als aktiver Schutz bei chronischen Infektionen und bei rheumatischen Erkrankungen.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 14 Tage:

- 1x Anamnese und Untersuchung
- 1x Thymuskur
- 10x Sauerstoff-Behandlung nach Prof. von Ardenne
- 6x Leber-Kompressen
- 2x manuelle Lymphdrainage, Ganzbehandlung

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

Sonderpreis pro Person für **14 Tage:** € 500,- (ohne Unterkunft und Verpflegung)



9. Rheuma-Mehrschritt-Therapie

Die Rheuma-Mehrschritt-Therapie ist eine Behandlung mit ganzheitlichem Ansatz. Sie werden von kompetenten, langjährig praktizierenden Mitarbeitern betreut und behandelt. Zum Therapieerfolg führen individuell verordnete Anwendungen und eine ausgesuchte Ernährungsweise.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum:

- Ernährungsumstellung: entzündungshemmend, antiinflammatorisch
- Vollpension mit köstlicher Graether-Vital-Kost
- Heilfasten bei Notwendigkeit
- Bewegungstherapie
- Gerätstützende Krankengymnastik
- Wärmetherapie, Naturfango, Infrarot
- Ortho-Bionomy

- Pulsierendes Magnetfeld
- Medikamentöse Behandlung
- Matrix-Therapie, die Schmerztherapie mit ganzheitlichem Ansatz, angewandt zur Prävention bei Übersäuerung des Gewebes, postoperativ und in der Rehabilitation. Bei chronischen Muskel-/Rückenschmerzen, bei Gelenk- und Sehnenschmerzen.

Indikationen:

Bei entzündlichem Rheumatismus, z.B. rheumatoider Arthritis, Weichteilrheumatismus, Fibromyalgie, chronischer Polyarthritis, Gicht. Bei nicht-entzündlichem Rheuma, Arthrosen und Osteoporose.

Diese Therapie bedarf einer individuellen Beratung und kann nicht als Pauschalkur angeboten werden.

10. Mikrobiologische Therapie – Darmsanierung

Die Zusammensetzung der Darmbakterien (Mikroben) entscheidet oft über die Entstehung von Krankheiten, wie z.B. ein geschwächtes Immunsystem, Übergewicht, chronische Darmentzündungen usw., dies steht seit ca. 2007 im Mittelpunkt der Mikrobiomforschung. Wir lassen die Zusammensetzung der Darmbakterien durch ein qualifiziertes Labor bestimmen, beraten über das weitere Programm und verordnen, wenn angezeigt, spezielle Medikamente. Die Einleitung der Therapie erfolgt mit einer Colon-Hydro-Therapie (schonende Darmreinigung) und Leber-/Darmkompressen mit Darmmassage.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum:
1x Aufnahmeberatung, Anamnese, Schlussberatung

2x Leber-Darmkompressen mit Darmmassage

1x Colon-Hydro-Therapie

- Labor (Berechnung nach Aufwand)
- Spezielle Medikamente je nach Notwendigkeit (Berechnung nach Aufstellung)
- Ernährungsberatung
- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“
- Köstliche Graether-Vital-Kost

Preise pro Person für 12 Übernachtungen:

EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1.680,-
EZ im Badhaus	€ 1.800,-
DZ im Badhaus	€ 1.680,-



11. Aufatmen – 7 Verwöhntage

Einfach mal raus aus dem Karusell des Lebens, raus aus allem Stress. Lassen Sie sich an 7 Tagen verwöhnen, die Seele baumeln, Tage die nur Ihnen gehören.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 7 Tage:

- 1x Gesundheitsgespräch mit Herrn Udo Graether, dazu Irisdiagnose
- 1x Manuelle Lymphdrainage
- 1x Aroma-Ganzkörpermassage
- 1x Leber-Kompresse mit Massage
- 1x Rückenmassage mit heißer Rolle
- 1x Fußreflexzonenmassage

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

- Vollpension mit köstlicher Graether-Vital-Kost

Auszug aus unserem erweiterten Behandlungsspektrum:

- Atem-Eutonie-Behandlung (Wohlspannung)
- Ortho-Bionomy-Behandlung (Körper-Energie-Arbeit)
- aufrichtende Dehngymnastik
- Haltungsänderungen
- heiße Rolle
- Vibrationen
- Lockerung der Atmungsmuskulatur
- Idogo Qi Gong
- Idogo-Walking
- Atemtherapie
- Thoraxmobilisation.

Preise pro Person für 7 Übernachtungen:	
EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1270,-
EZ im Badhaus	€ 1340,-
DZ im Badhaus	€ 1340,-



12. 1001 Kalorien Reduktionskur

Täglich 1001 Kalorien, sieben Tage lang – das perfekte Programm, um so ganz nebenbei überflüssiges Gewicht zu verlieren, gezielt zu entschlacken und damit auf Wunsch auch sinnvoll ins Heilfasten zu starten. Als Teilnehmer essen und trinken Sie täglich in einladender und gemütlicher Atmosphäre Speisen und Getränke, die Sie vergessen lassen, dass Sie gerade Reduktionskost zu sich nehmen: Wir legen auch hier großen Wert auf das Geschmackserlebnis, das Ihnen nur die Kombination hochwertiger Lebensmittel bieten kann. Sie werden überrascht sein, wie gut Abnehmen und Entschlacken schmecken können.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum für 7 Tage:

- Untersuchung/Betreuung/ Ernährungsberatung
- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“
- 1001 Kalorien mit köstlicher Graether-Vital-Kost

2x Multifrequenz-Segment-Körperanalysewaage mit graphischen Auswertungen = Gesund abnehmen und entschlacken

Preise pro Person für 7 Übernachtungen:	
EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1120,-
EZ im Badhaus	€ 1210,-
DZ im Badhaus	€ 1120,-

Verlängerungstag von € 140,- bis € 150,-



13. Revit-Mobil Gelenk-Therapie

Revit-Mobil, die 14-Tage-Gelenk-Kompakt-Therapie. Hierbei handelt es sich um eine ausgesprochene Kombinations-Therapie. Vor jeder Behandlung erfolgt eine Untersuchung. Anschlie

Auszug aus dem Behandlungsspektrum:

- Naturmoor
- Reizstrom
- Wassergymnastik
- Ortho-Bionomy
- Idogo Qi Gong
- Spezielles Gerätetraining
- Bio-Stimulation
- Krankengymnastik
- Pulsierendes Magnetfeld
- Manuelle Lymphdrainage
- Thymus-Therapie
- Osteoporose-Ernährung-Entsäuerung

Bend wird, mit dem Gast gemeinsam, der Therapieplan erstellt. Individuell wird aus einer Vielzahl von Einzelanwendungen die entsprechende Auswahl getroffen.

Diese Therapie bedarf einer individuellen Beratung und kann nicht als Pauschalkur angeboten werden.

Ziele:

- Schmerzreduzierung
- Zunahme der Beweglichkeit
- Abbau von Entzündungen
- Versorgung der Gelenke mit wichtigen Nährstoffen
- Aktivierung und Förderung der Selbstheilungskräfte
- Steigerung der Durchblutung und des Immunsystems
- Aufhalten von weiterem Gelenkverschleiß
- Aufhalten von Osteoporose



14. Beweglich ins Frühjahr

Für weniger Schmerzen bei steifen Gelenken, verkürzten Bändern und Sehnen oder verhärteter Muskulatur sowie zur Vorbeugung und Behandlung bei Arthrose und Osteoporose. Unser Therapie-Konzept einschließlich unserem Bewegungs-Programm lässt Sie beweglich und positiv in die neue Saison starten.

Auszug aus dem Behandlungsspektrum:

- 1x Anamnese und Untersuchung
- 5x Massage
- 5x Naturfango
- 10x pulsierendes Magnetfeld
- 6x Einzelkrankengymnastik

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

Sonderpreis pro Person: € 400,-
(ohne Unterkunft und Verpflegung)



15. 14 Tage Sommerkur

Aktivieren Sie in den Sommertagen ganz besonders Ihre Selbstheilungskräfte und lassen Sie den Alltagsstress hinter sich!

Auszug aus dem Behandlungsspektrum:

- 1x Anamnese und Untersuchung
- 6x Fußreflexzonenmassage
- 4x Ortho-Bionomy-Behandlung
- 2x Ganzkörper-Ölmassage

- Teilnahme am Aktiv-Programm „in Bewegung“

Sonderpreis pro Person: € 400,-
(ohne Unterkunft und Verpflegung)



16. Mehrschritt-Therapie „Gesunder Rücken“

Eine Regulationstherapie für den Rücken, die Schultern, den Nacken und die Arme.

Wer seine Schmerzen loswerden will, muss seine Muskulatur entspannen. Häufig entsteht eine muskuläre Fehlfunktion durch eine lokale Gewebsübersäuerung mit der Folge von Entzündung.

1. Schritt

Mit der Matrix-Rhythmus-Therapie werden schmerz erzeugende Verkürzungen, Verhärtungen und Verkrampfungen der Muskeln gelöst.

Wichtige Nährstoffe werden zugeführt, Abfallstoffe (Detox) entsorgt, die lokale Übersäuerung und Entzündung reduziert. Sogenannte „Weichmacher“ die von der Muskulatur zur Entspannung benötigt werden, aktiviert die Matrix-Therapie, die Muskulatur entspannt sich, die Schmerzen lassen nach, die Regulation der Muskulatur beginnt.

Über ein spezielles Gerät das „Matrixmobil“ eine Art Massagestab mit einem Schwingkopf der einen Magneten enthält wird die Aktivierung der „Weichmacher“ eingeleitet.

Fazit:

Das Gewebe, die Muskeln, die Sehnen, die Faszien, die Haut werden durchlässig, entsäuert und nehmen so an den Gesundheitsvorgängen des Körpers teil.

2. Schritt

Wärmetherapie mit wassergefilterter Infrarot-A-Strahlung.

Nach der Matrix-Therapie folgt eine lokale Überwärmung mit dem „hydrosun-Strahler“, eine Hautverträgliche tiefenwirksame Infrarot-A-Strahlung (wIRA) beschleunigt die Entsorgung von Stoffwechselrückständen, die lokale Gewebsübersäuerung und Entzündung geht zurück.

- Der Sauerstoffpartialdruck im Gewebe wird gesteigert
- Die Gewebstemperatur erhöht die Durchblutung, die Mikrozirkulation wird erhöht
- Giftstoffe werden abgebaut bei gleichzeitiger gesteigerter Versorgung mit Nährstoffen.



3. Schritt

Mit dem pulsierenden Ganzkörper-Magnetfeld steigern wir zuletzt nochmals die lokale Durchblutung, die Mikrozirkulation, den Sauerstoffpartialdruck im Zielgewebe, bei gleichzeitiger Reduzierung der Entzündung.

Viele Erkrankungen sind durch Störung der Mikrozirkulation determiniert, wenn nicht sogar weitgehend verursacht. Diese Störung kann eine eigene Dynamik entfalten und später den Krankheitsverlauf sogar dominieren.

4. Schritt

Über die Ernährung im Säure-Basen-Gleichgewicht wird eine latente Gewebsübersäuerung abgebaut. Die Zufuhr sekundärer Pflanzenstoffe und eine optimale Versorgung mit Mikronährstoffen bewirkt eine Eindämmung von Entzündungen bei gleichzeitiger Regulierung des Säure-Basen-Gleichgewichts.

UNSERE ERNÄHRUNG ist nach dem Prinzip des Säure-Basen-Gleichgewichts aufgebaut.

Heilfasten unterstützt nochmals die Regulationstherapie.

Anwendungsgebiete:

- schmerzhafte Muskelverhärtungen
- unspezifische Rückenschmerzen
- Arthrosen
- Schulter-Arm- Syndrom
- Gelenkschmerzen
- Fibromyalgie
- Fersensporn

Unser Angebot für 7 Tage:

7 Übernachtungen im Einzelzimmer
Untersuchung und Betreuung
Vollpension, alternativ Heilfasten

Teilnahme am Programm
„In Bewegung“

Sauna, Hallenbad, Fitnessraum
5 x Kombination Matrix-Therapie,
pulsierendes Magnetfeld, Infrarot-
A-Bestrahlung
Therapiezeit jeweils ca. 85 min., d.h.
für Sie 5 x ca. 85 min. Behandlung

Preise pro Person für 7 Übernachtungen:

EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1.360,-
EZ im Badhaus	€ 1.440,-
DZ im Badhaus	€ 1.340,-

Bei Heilfasten:

EZ oder DZ im Haupthaus	€ 1.290,-
EZ im Badhaus	€ 1.370,-



Hier beginnt gesunde Lebensfreude.



Im **Haupthaus (1)** begleiten wir Sie durch verschiedene Speise- und Aufenthaltsräume, zeigen Ihnen TV-Musik-Kaminzimmer und Kosmetikstube, besuchen die Cafeteria und die Gartenterrasse. Auf den Etagen finden Sie die behaglichen Gästezimmer in Süd-, Südost- und Ostlage.

Im **Christelhaus (2)** erweitern sich die Räumlichkeiten zum großen Atem-Saal, zu den Therapie-Räumen, zum Wohlfühlzimmer, zum Entspannungsraum und zur Vitalsonne.

Das **Badhaus (3)** mit Gästezimmern in Südlage (Gartenblick), den Praxisräumen, Hallenbad, Sauna, Dampfbad, Aromabad, Ruheraum, Therapie- und Fitnessräumen schließt den Rundgang um die Anlage ab.



Das Gesundheits-Resort liegt zwischen Alpirsbach und Freudenstadt auf einer leichten Anhöhe (650 m). Eine ständige, leichte Luftzirkulation wird besonders von unseren Gästen geschätzt, denn es ist das geeignete Klima für Herz-, Lungen- und Bronchialerkrankungen. Viele Spazier- und Wanderwege bieten sich zur Erkundung an. Es gibt Tennisplätze, Freibäder und Golfplätze in nächster Nähe.

Weitere Angebote, ausführliche Informationen und Preise finden Sie auf unserer Website oder auf Anfrage.



Schönblickstraße 22

72175 Dornhan

Telefon +49 (0) 74 55/1021 oder -1022

Fax +49 (0) 74 55/8010

info@graether-gesundheits-resort.de

www.graether-gesundheits-resort.de