

Gesundheitstag 19.03.2010 im Kristall Palm Beach



Das Kristall Palm Beach bietet am Gesundheitstag allen Badegästen ein umfangreiches Mitmach- und Aktionsprogramm:

- 11.00 Uhr **Klangschalenerlebnis** - Treffpunkt kurz vor 11.00 Uhr, Eingang Saunawelt
- 12.00 Uhr **Kopf- und Gesichtsmassage** (AQUAFIT-Praxis)
- 13.15 Uhr **Meditation - „Energetisches Atmen“!** - im Saunadorf/Kaminstüberl
- 13.30 Uhr **Fußreflexzonenmassage** (AQUAFIT-Praxis)
- 13.30 Uhr **Aqua Qi Gong** - Gymnastik in der Therme
- 14.00 Uhr **Vorführung „Steppen“** - in der Therme
- 14.30 Uhr **Eine spirituelle Geschichte** in meditativer Atmosphäre - im Saunadorf/Kaminstüberl
- 14.30 Uhr **Aqua Qi Gong** - Gymnastik in der Therme
- 15.00 Uhr **Entstauungsmassage der Beine** (AQUAFIT-Praxis)
- 15.30 Uhr **Saunaführung mit anschließendem Aufguss** - Treffpunkt 15.30 Uhr, Eingang Saunawelt
- 15.45 Uhr **Meditation - „Seelenreinigung“** - im Saunadorf/Kaminstüberl
- 16.00 Uhr **Kneippgüsse in den Thermen-Duschen** (AQUAFIT-Praxis)



Infostände:

- AOK-Info-Point
- Gesundheitsservice Voigt
- Franken Fitness
- Qi Gong - mit Frau Ute Kronewald
10.00 bis 13.30 Uhr und
15.00 bis 16.00 Uhr
- „Mary Kay“ Infostand von Frau Fortmüller
- Edelsteinexpertin Frau Jarusch Hofmann
13.00 bis 16.00 Uhr

Aktionsangebote:

AQUAFIT-Praxis:

- 11.00 bis 16.00 Uhr
kostenloses Blutdruckmessen
- **Massage-Gutscheine zum Sonderpreis:**
11 Massagen zum Preis von 10

Ayurveda-Oase SHANTHI:

Voranmeldungen erbeten

- **Shirodhara** 25 Min. **nur 20,00 €**
(Öl-Stirn-Guss)
- **Upanahasweda** 25 Min. **nur 15,00 €**
(Ayurvedische Rückenmassage)
- **Gesichtsbehandlung** 60 Min. **nur 33,00 €**
für Sie oder Ihn

Angebot im Hawaii-Inn zum Vorzugspreis:
Verschiedene Salatteller mit einem Getränk
von „Georgia“



Gesundheitstag 19.03.2010 im Kristall Palm Beach



AOK-Info-Point:

„Kinder in besten Händen“ - Aufklärung und Beratung zu Angeboten für Kinder und Jugendliche. Wie z. B. den AOK-Vorsorgeprogrammen oder der Junior-POLICE. Und wer will, kann sein Glück am AOK-Glücksrad versuchen.



Infostand vom Gesundheitservice Voigt:

Sie erhalten eine kostenlose, persönliche „Body Scan-Analyse“, die nicht nur Gewicht und Körperfettanteil misst, sondern auch persönliche Nährstoffdefizite aufdeckt, den Wassergehalt und die Muskelmasse ermittelt sowie das Stoffwechsellalter feststellt. Ganz neu wird auch ein orthopädisches Schlafsystem vorgestellt, welches gerne ausprobiert werden kann.



Franken Fitness:

Das neuartige Vibrationstraining wird vorgestellt. Das Franken Fitness bietet ein gesundheitsorientiertes „Nautilus-Systemtraining“ mit umfangreichen Ausdauerprogramm, fitvibexel Vibrationstraining, miha bodytec u. v. m.



Steppen:

Präsentiert von Alfred Senger und seiner Truppe vom Tanzstudio Schlegl in der Therme.



Meditationen:

Jürgen Müller ist Reikimeister/Lehrer und Tierkommunikator und zertifizierter Hypnotiseur (www.menschiernatur.com). Die Meditationen (je ca. 45 min.) finden im Saunadorf im Kaminstüberl gegenüber der Stollensauna statt.



„Mary Kay“ Infostand:

Die Kosmetikberaterin und Visagistin Naira Fortmüller berät Sie zu den hochwertigen Produkten von „Mary Kay“. Interessierte erhalten Gutscheine für eine Gesichtspflege- oder Farb-Make-Up-Beratung.



Edelsteinladen - Kristalle spüren und erleben!

Schnuppern Sie hinein in das Erlebnis, Kristalle nach Edelstein-Balance® auf Ihrem Körper zu erfahren. Tauchen Sie ab in die wohltuende Wirkung und entspannen Sie mit den sanften Schwingungen der ausgesuchten Kristalle. Die **Edelsteinexpertin Frau Jarusch Hofmann** - Traditionelle Reiki-Meister-Lehrerin, Edelstein- und Lebensberatung, Licht- und Energiearbeit - vom Edelsteinladen in der Therme steht für individuelle Fragen gerne zur Verfügung.

