

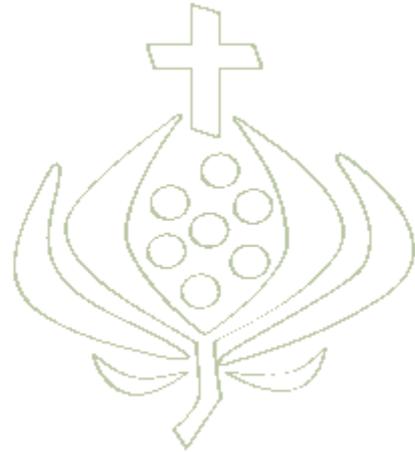


Zeit für
mein Ich

KURHAUS SCHÄRDING
Barmherzige Brüder



GRÜSS GOTT UND HERZLICH WILLKOMMEN



*Gutes tun -
und es gut tun*
(Johannes von Gott, 1495 – 1550)

Seit der Antike ist der Granatapfel, dessen Strauch gleichzeitig Blätter, Blüten und Früchte trägt, ein Symbol göttlicher und menschlicher Liebe. Dass der Orden der Barmherzigen Brüder den Granatapfel als sein Symbol wählte, ist kein Zufall. Die Frucht, aus der die Kerne quellen, ist im Wappen der Stadt Granada abgebildet. In jener spanischen Stadt, deren Name auf Deutsch übersetzt „Granatapfel“ bedeutet, wirkte der Ordensgründer der Barmherzigen Brüder, der Hl. Johannes von Gott.

So zeigt der Granatapfel symbolisch den Auftrag des Ordens: motiviert durch die christliche Botschaft kranken, alten, beeinträchtigten und Hilfe suchenden Menschen in Liebe nahe zu sein und Hoffnung zu bringen.

ZEIT FÜR MEIN ICH

Kurhaus Schärding – drei Welten, ein Weg

Kneipp, TCM und Ayurveda sehen den Menschen als Individuum mit wechselnden Bedürfnissen. Wenn wir diesen Grundgedanken losgelöst von den großen Medizintraditionen aus Europa, China und Indien sehen, lässt sich daraus ein Präventions- und Heilungskonzept zusammenstellen. Wir im Kurhaus picken uns typentsprechend genau das heraus, was der jeweilige Mensch gerade braucht. Denn Natur kann heilen – egal, welche Schatzkiste sie dafür öffnet. Unser Ziel ist es, mit den verschiedenen therapeutischen Werkzeugen die innere Harmonie wieder herzustellen, begleitet von der integrativen Schulmedizin. Die Kombination der Behandlungen ist eine hochkomplexe Angelegenheit. Wir behandeln nämlich nicht nur nach dem Beschwerdebild, sondern auch typbezogen unter Rücksichtnahme auf die Lebensumstände.

Das Beste aus den drei Welten lehrt uns, achtsamer mit uns selbst zu sein, Intuition und Bauchgefühl walten zu lassen, eigene Grenzen und Reserven zu erkennen. Die Lösung liegt im Einfachen. Es geht uns nicht darum, irgendetwas zu konstruieren. In den Behandlungen ahmen wir schlicht die Natur nach, die uns evolutionär geprägt hat: Kälte, Hitze, Hunger. Diesen Reizen waren wir früher ganz selbstverständlich ausgesetzt. Unser Körper verfügt über Mechanismen, ihnen zu trotzen, sonst wären wir längst ausgestorben. Heute kennen wir sie aber nicht mehr. Die größte Stärke unseres Körpers ist wegzulassen, was ihn belastet. Mit einem Zuwenig können wir gut leben, schaden tut nur das Zuviel. Unsere Therapie basiert auf nichts anderem als der bewussten Provokation des Organismus. Heilsame Irritationen, die auf den Menschen übertragen werden, um funktionelle Störungen wie Verspannungen oder Bluthochdruck auszugleichen. Trennen Sie sich von dem, was belastet und behalten Sie das Beste.

3 WELTEN
1 WEG



Saji Mullankuzhy OH
Provinzial der Österreichischen
Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder



Dir. Harald Schopf
Gesamtleiter
Kurhaus Schärding

von links nach rechts:

Dr. Andrea Part
Allgemeinmedizinerin, Kurärztin,
Mayr-Ärztin, Diplom f. Akupunktur

Hans Kothbauer
Therapieleiter, Heilmasseur,
Heilpraktiker n.d.R.

Nijo Sebastian
B.A.S.M. Bachelor of Alternative System of
Medicines, Ayurveda-Meister

Dr. Christa Friedl
Allgemeinmedizinerin, Kurärztin,
Kneippärztin i.A., Ärztin für orthomolekulare
Medizin, Diplom f. Akupunktur



ENTGIFTUNG
SCHONUNG
BEHANDLUNG
WISSEN
SPIRITUALITÄT



DAS KURHAUS ^{med}KONZEPT

Seit 1931 entwickelt und immer wieder verbessert

Unser Behandlungskonzept basiert auf den Erkenntnissen als Ambulatorium für physikalische Medizin seit 1931 und der konsequenten Weiterentwicklung hin zu einem modernen Zentrum für Naturheilkunde.

01 | GANZHEITLICHE DIAGNOSTIK

Voraussetzung jeder Behandlung ist die richtige Diagnose. Das persönliche Gespräch ist der Schlüssel zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Unsere Ärztinnen, Heilpraktiker, Ernährungswissenschaftlerin sowie unser Ayurveda-Meister nehmen sich ausreichend Zeit für Sie.

02 | TYPGERECHTE ERNÄHRUNG

Unser Ernährungskonzept basiert auf jahrelanger Erfahrung, globalen Kochphilosophien sowie Erkenntnissen der modernen Ernährungsmedizin. Wir greifen in die Balancierung Ihres Stoffwechsels ein und aktivieren so die Selbstreinigung als Basis für heilsame Prävention und Gesundung.

03 | INDIVIDUELLE BEHANDLUNGEN

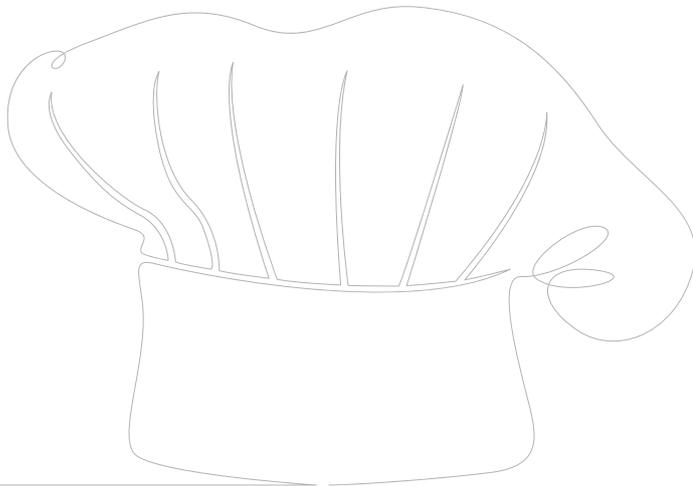
Vertrauen schafft, was glaubwürdig Wirkung zeigt. Dabei ist wichtig: Nicht alles, was uns guttun würde, mögen wir und nicht alles, was wir gerne hätten, ist uns zuträglich. Hier kommt unsere größte Stärke zum Tragen. Die einzigartige Möglichkeit, auf die naturheilkundlichen Schätze von Kneipp, Ayurveda und TCM zurückgreifen zu können.

DIE 5 SÄULEN UNSERES ^{med}KONZEPTES

- | | |
|------------------|---|
| 1. ENTGIFTUNG | sanfte Säuberung des Organismus |
| 2. SCHONUNG | nachhaltige Regeneration des Verdauungssystems |
| 3. BEHANDLUNG | gezielte Provokation zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte |
| 4. WISSEN | bewusstes Coaching zur Optimierung des Lebensstils |
| 5. SPIRITUALITÄT | freundschaftliches Begleiten vom Ich zum Selbst |

DIE KÜCHE DER ACHTSAMKEIT

Ausgezeichnet mit der Grünen Haube



Die Küche des Kurhauses, biozertifiziert und ausgezeichnet mit der Grünen Haube, ist eine Insel der Achtsamkeit. In Klöstern wurde immer schon die Aufgabe des Kochens nur einem ganz besonders achtsamen Menschen übertragen. Denn es heißt, dass die Gedanken während des schöpferischen Aktes der Zubereitung die Qualität der Mahlzeit beeinflussen – im positiven wie auch im negativen Sinne.

Unsere Kochphilosophie entspricht einer „Gemüse basierten Ernährung, mit ausgewählten Bio-Fleisch- und -Fischprodukten garniert“, so Küchenchef Gernot Flieher. Dabei verarbeiten wir überwiegend saisonale Lebensmittel aus der Region – im Sommer aus unserem eigenen Gemüse- und Kräutergarten im Park –, aus biozertifizierter Landwirtschaft sowie fair gehandelte Produkte. Eine typgerechte und dem individuellen Gesundheitsziel förderliche Ernährung ist für uns eine willkommene kulinarische Herausforderung, an der wir wachsen und unser Potenzial entwickeln können. Allen ist bewusst, dass in der Ernährung oftmals der Schlüssel zu mehr Lebensqualität verborgen liegt. Wir sehen daher die gesamte Kulinariik als Teil unseres therapeutischen Ansatzes.





TYPGERECHTES ABNEHMEN

Gewichtsmanagement nach Grundsätzen der Europäischen Medizin

Ärzten und Gelehrten war es schon immer klar: Der menschliche Darm ist die geheime Zentrale des Körpers, wenn es um Gesundheit und Wohlbefinden geht. Wie wichtig eine gesunde Verdauung für das Wohlbefinden ist, war schon in der ayurvedischen und Traditionellen Chinesischen Medizin bekannt. Heute dreht sich auch in der Europäischen Naturheilkunde alles um die Darmgesundheit und ganz besonders um die Darmflora – also das **Darm-Mikrobiom!**

Das Mikrobiom ist eine Ansammlung der Billionen Mikroorganismen, die in und auf unserem Körper leben. Es besteht vor allem aus Bakterien, enthält aber auch Pilze, Viren und Urbakterien. Die meisten dieser Mikroorganismen sind gut, einige von ihnen jedoch auch schlecht. Sie haben einen unglaublich großen Einfluss auf Gesundheit und Krankheit. Beispiele hierfür sind das Reizdarm-Syndrom, **Übergewicht** und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Gerät das Darm-Mikrobiom aus der Balance, wirkt sich das auf unseren ganzen Körper aus.

Unser Expertenteam nutzt genau dieses Wissen, um ein für Sie maßgeschneidertes **Abnehmkonzept** zu erarbeiten.

In dieses fließen auch die Auswertungen aus einer BIA (Body Impedanz Analyse), einer wissenschaftlichen Körperfettmessung sowie einer individuellen Typbestimmung mit ein. Unsere Ernährungswissenschaftlerin begleitet Sie persönlich durch dieses Programm.

Das Behandlungskonzept beruht auf den Erkenntnissen der Traditionellen Europäischen Medizin. Es fußt auf einer typgerechten Kulinarik, umfasst personal Trainings ebenso wie Massagen und Kneippbehandlungen. Das genaue Programm wird in den ersten Diagnosegesprächen entsprechend der Analysen gemeinsam mit Ihnen festgelegt.

TYPGERECHT ABNEHMEN

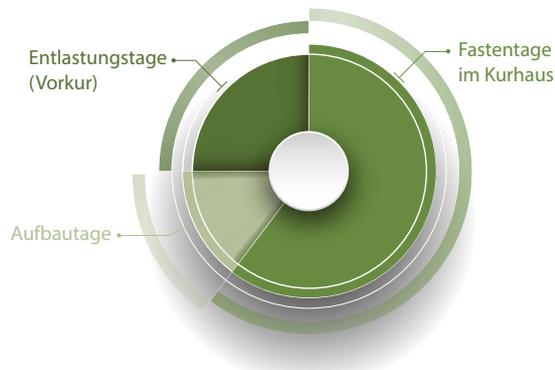
Behandlungen bei Aufenthalt	13 Nächte
Mikrobiom-Analyse und Besprechung	1
Ganzheitsmedizinische Untersuchung	1
BIA-Messung und Besprechung	2
Personal Training	10
Individuelle Massage	4
Funktionelles Rückentraining	10
Kneippbehandlungen nach ärztlicher Empfehlung	24
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 2.739,-

Anreisetag: Sonntag



FASTENWEGE IM KURHAUS

Basenfasten | FX Mayr | Heilfasten



Es ist wichtig zu verstehen, dass der Prozess des Fastens mehr ist, als einfach nur ein paar Tage nichts zu essen. In der ersten Phase, der **Entlastungsphase**, wird die Ernährung allmählich umgestellt. Die eigentlichen **Fastentage** im Kurhaus sind dann geprägt von Nahrungskarenz, Reinigung, Entgiftung, Entsäuerung und Schonung. Damit sich der gesundheitliche Effekt einer Fastenkur nachhaltig entfalten kann, kommt ganz besonders den **Aufbautagen** eine bedeutende Rolle zu. Hier wird der Körper wieder langsam an die Normalität herangeführt.

Unterscheidung Basenfasten, FX Mayr-Tage und Heilfasten

BASENFASTEN	FX MAYR-Tage	HEILFASTEN
<p>Ziel: Ein präventives Entsäuern des Körpers führt zur allgemeinen Stärkung des Wohlbefindens und einer Harmonisierung der Säuren-Basen-Balance.</p> <p>Dauer: 3 - 8 - 3 (optimal) 3 Tage Vorkur zuhause 8 Tage Fasten im Kurhaus 3 Tage Aufbau im Kurhaus</p> <p>Ernährung: Beim Basenfasten steht der Verzicht auf jene Lebensmittel im Vordergrund, die den Körper übersäuern. Auf dem Speiseplan stehen leicht verdaubare, warme vegetarische oder vegane Gerichte.</p> <p>Fastenintensität: ● ● ○ ○</p>	<p>Ziel: Durch eine gründliche Darmreinigung und -sanierung sowie Entgiftung des Organismus wird die Selbstheilung des Körpers angeregt.</p> <p>Dauer: 3 - 8 - 3 (optimal) 3 Tage Vorkur zuhause 8 Tage Fasten im Kurhaus 3 Tage Aufbau im Kurhaus</p> <p>Ernährung: Das Fasten nach dem österreichischen Arzt FX. Mayr ist eine gemilderte Form des Heilfastens. Hausgemachte Weckerl und Schafjoghurt sorgen für ein gewisses Sättigungsgefühl (2x täglich).</p> <p>Fastenintensität: ● ● ● ○</p>	<p>Ziel: Beim therapeutischen Fasten wird eine völlige Entlastung und Reinigung des Magen-Darmtraktes initiiert. Die Selbstheilungskräfte des Körpers werden aktiviert.</p> <p>Dauer: 3 - 8 - 3 (optimal) 3 Tage Vorkur zuhause 8 Tage Fasten im Kurhaus 3 Tage Aufbau im Kurhaus</p> <p>Ernährung: Heilfasten ist ein zeitlich begrenzter Umstieg auf „Nahrung von Innen“. Hier wird auf sämtliche feste Lebensmittel und Genussmittel komplett verzichtet.</p> <p>Fastenintensität: ● ● ● ● ○</p>

FASTENWEGE IM KURHAUS

Basenfasten à la Kurhaus Schärding

BASENFASTEN

Behandlungen bei Aufenthalt	7 Nächte	10 Nächte	13 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	1	2	2
Kneippbehandlungen nach ärztlicher Empfehlung	12	18	24
Ganzmassage	1	1	1
Lymphdrainage	-	1	2
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 451,-	€ 672,-	€ 879,-

Anreisetag: Sonntag

Inkludiert sind zudem eine professionelle Fastenbegleitung durch unsere Ernährungswissenschaftlerin, interessante Impulsvorträge, Kräuterworkshop und Bewegungsprogramm.



FASTENWEGE IM KURHAUS

FX Mayr-Tage

MAYR-TAGE

Behandlungen bei Aufenthalt	7 Nächte	10 Nächte	13 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	1	2	2
Kneippbehandlungen nach ärztlicher Empfehlung	12	18	24
Lymphdrainage	1	1	2
Individuelle Bauchbehandlung durch Mayr-Ärztin	3	4	5
Ganzmassage	-	1	1
Entspannungstraining nach Jacobson	1	2	3
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 809,-	€ 1.117,-	€ 1.428,-

Anreisetag: Sonntag

Inkludiert sind zudem eine professionelle Fastenbegleitung durch unsere Mayr-Ärztin und Ernährungswissenschaftlerin, Substitutionsprodukte, interessante Impulsvorträge, Kräuterworkshop und Bewegungsprogramm.



FASTENWEGE IM KURHAUS

Heilfasten

HEILFASTEN

Behandlungen bei Aufenthalt	7 Nächte	10 Nächte	13 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	1	2	2
Kneippbehandlungen nach ärztlicher Empfehlung	12	18	24
Lymphdrainage	1	1	2
Ganzkörpermassage	-	1	1
Entspannungstraining nach Jacobson	1	2	3
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 468,-	€ 677,-	€ 872,-

Anreisetag: Sonntag

Inkludiert sind zudem eine professionelle Fastenbegleitung durch unsere Ernährungswissenschaftlerin, interessante Impulsvorträge, Kräuterworkshop und Bewegungsprogramm.

MODULE, zu allen Fastenwegen und Paketen zubuchbar:

STOFFWECHSEL BOOSTER

- 2x Akupressur
- Lymphdrainage
- 2x Detoxinfusion
- BIA-Messung mit Besprechung

€ 426,-

NEUGEBOREN

- 2x Teilmassage mit Alpin-Kräuterstempeln
- 2x Faszienmassage
- 2x Physiotherapie
- Schmerz- oder Detoxinfusion
- Training „Bewusst bewegen“

€ 453,-

YIN & YANG

- Akupunktur
- TCM Massage
- Akupunktmassage

€ 171,-

ENTSPANNUNG

- Lymphdrainage
- Akupressur
- Yoga INN-Balance
- 5x Yoga
- 2x Entspannungstraining nach Jacobson

€ 279,-



PANCHA KARMA

Die Königin der ayurvedischen Detoxkuren

Das traditionelle Wissen über das ayurvedische **PANCHAKARMA** ermöglicht uns eine natürliche und vollständige Reinigung des Körpers. Es gilt als die optimale Methode zu entgiften und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Unsere Panchakarma Kur ist auf **zwei Wochen** optimiert und folgt einem ganz bestimmten, geregelten Ablauf. Für Gäste mit zeitlicher Einschränkung haben wir auch eine Alternative mit 11 Tagen entwickelt.

Sie starten mit einer ganzheitlichen Anamnese nach den Grundsätzen der Europäischen und Indischen Medizin, bei der auch Ihr **persönliches Behandlungsprogramm** festgelegt wird. Sanfte Ausleitungsverfahren mit Kräutern, Svedana und die Einnahme von Ghee, einem speziell gereinigten Butterschmalz, reinigen den Körper von Umweltgiften und Stoffwechselabbauprodukten. Eine Dosha-gerechte Diät unterstützt diese tiefe, innere Reinigung, stabilisiert das neue Gleichgewicht und stärkt Ihre Immunkraft. Entspannende Behandlungen mit hochwertigen Ölen aus Indien runden Ihren Gesundheitsurlaub harmonisch ab.

Eine Panchakarma Kur ist eine sehr intensive Zeit der Selbstkarenz, – sowohl körperlich als auch mental. Müdigkeit, Energielosigkeit und Stimmungsschwankungen können diesen Prozess begleiten. Die sicht- und spürbaren, positiven Effekte am Ende Ihrer Kur werden Sie dann allerdings begeistern. Unsere Ayurveda-Experten sind stets an Ihrer Seite und passen das Programm auch immer wieder an.

Aufgrund der Intensität unserer ayurvedischen Detox-Kuren sind diese für folgende Personengruppen nicht geeignet:

- Menschen mit schwerem Diabetes
- während einer Krebstherapie
- bei akuten Infekten
- unmittelbar nach Operationen

PANCHAKARMA KUR

Behandlungen bei Aufenthalt	14 Nächte	10 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch	1	1
Beratungsgespräch mit Ayurvedameister und Dosha-Check	4	3
Ayurvedabehandlungen werden individuell empfohlen, besprochen und sind inkludiert		
Yoga		
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 2.791,-	€ 1.908,-

Anreisetag: Sonntag

AYURVEDISCHE REINIGUNG

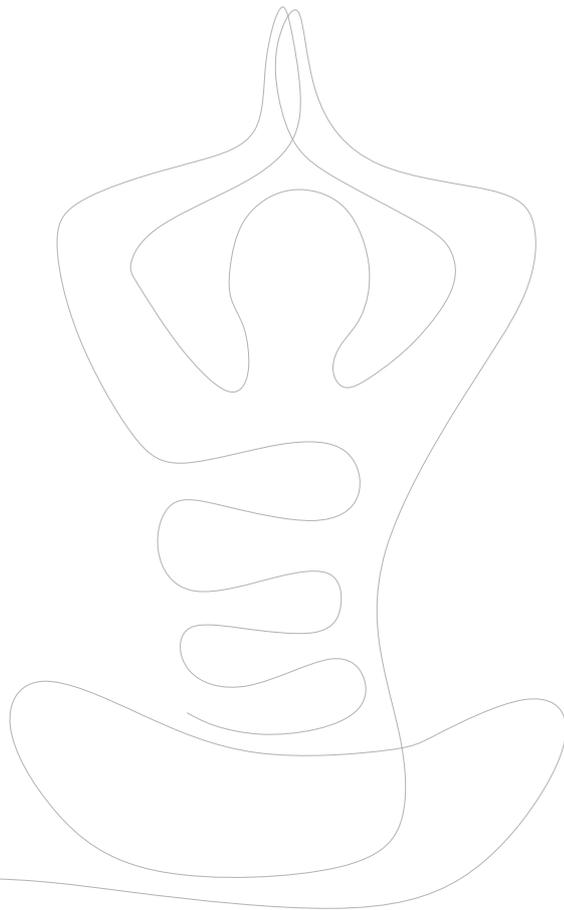
Behandlungen bei Aufenthalt	7 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch	1
Beratungsgespräch mit Ayurvedameister und Dosha-Check	2
Abhyanga Ganzmassage	3
Kizhi Kräuterstempelganzmassage	2
Shirodhara (Stirnölguss)	2
Mukabhyanga	2
Svedana (indisches Dampfbad)	3
Yoga	5
Ayurvedischer Kochworkshop	1

Pro Person exklusive Unterkunft € 1.265,-

Anreisetag: Sonntag

SHANTI & YOGA

Quellen der Entspannung und Ruhe



SHANTI – AntiStress Programm

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte
Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check	1
Abhyanga Ganzmassage	3
Kizhi Kräuterstempelganzmassage	2
Shirodhara (Stirnölguss)	3
Svedana (indisches Dampfbad)	3
Yoga	5

Pro Person exklusive Unterkunft € 1.126,-

Anreisetag: Sonntag

YOGA – Retreat

TERMINE: www.kurhaus-schaerding.at

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte
Morgendliches Yoga	5
Meditatives INN-Balance-Yoga am späten Nachmittag	5
Abhyanga Ganzmassage	1
Shiroabhyanga für Kopf, Nacken, Schulter	1
Padabhyanga (Fußmassage)	1
Thematischer Impuls „Yoga“	1

Pro Person exklusive Unterkunft € 441,-

Anreisetag: Sonntag

RASAYANA

Das Geheimnis innerer Erneuerung

Ins Deutsche wird die ayurvedische Fachrichtung „Rasayana“ häufig mit Verjüngung oder Anti-Aging des Ayurveda übersetzt. Doch eine ganzheitliche Rasayana-Kur besteht aus viel mehr als nur „Verjüngungsmaßnahmen“. Denn im Ayurveda hat dieser Begriff eine viel tiefere Bedeutung als bloß Schönheit und Faltenfreiheit in der zweiten Lebenshälfte: Es geht darum, den durchs Älterwerden entstehenden Leiden ganzheitlich entgegenzuwirken.

Durch eine gezielte Regeneration aller Gewebe, die im Ayurveda als materielle Basis gesehen werden, trägt Rasayana zu einem höheren Energie- und Abwehrstatus, mehr Leistungsfähigkeit, innerer Balance und einer „Verjüngung“ des biologischen Alters bei. Wichtiger als das „Nicht-Altern“ ist, die körperliche und geistige Lebensqualität in jeder Lebensphase zu optimieren.

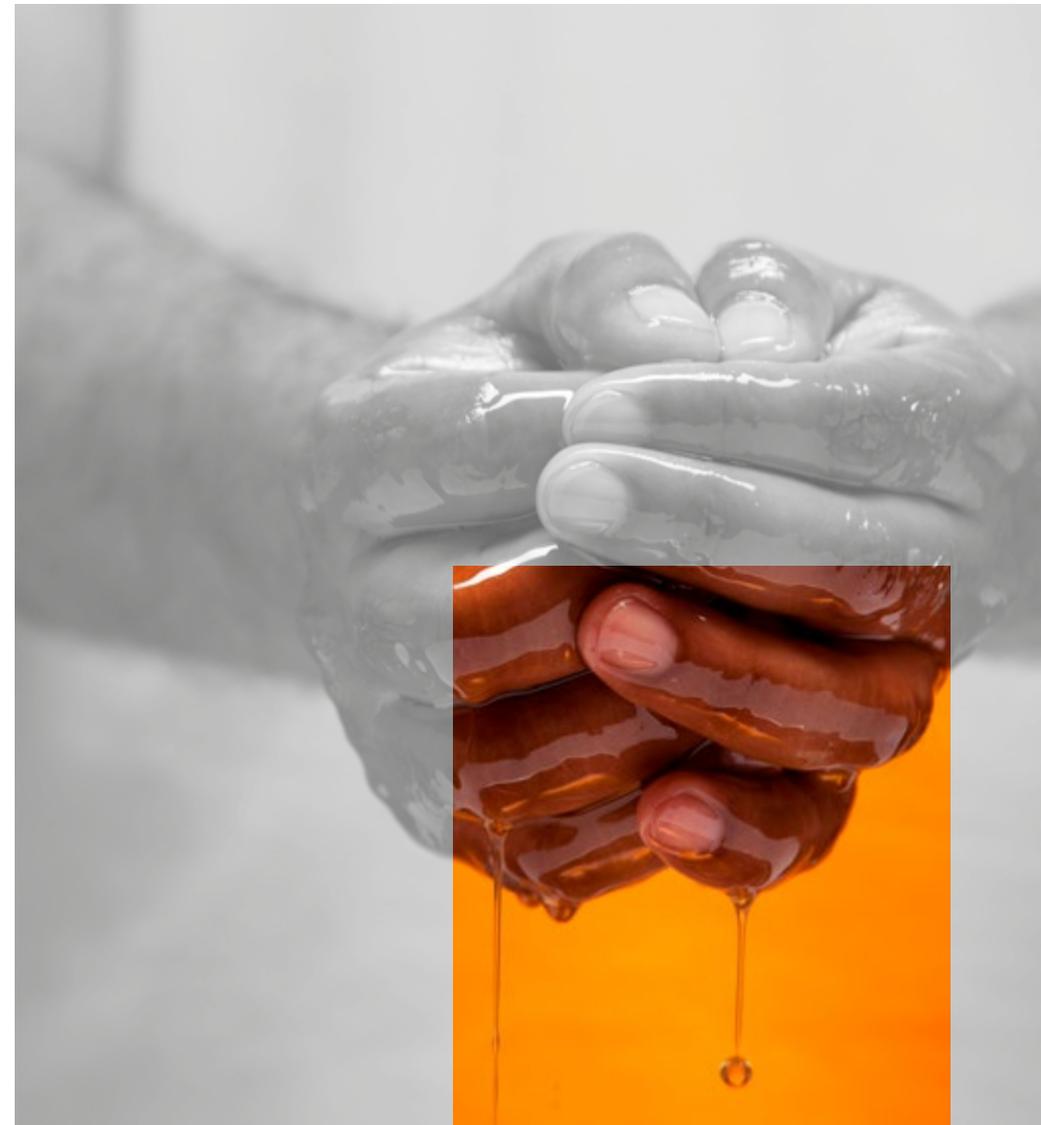
Rasayana strebt ein gesundes, glückliches, jugendliches und möglichst langes Leben an. Es fördert die Leistungs- und Genussfähigkeit, die Ausgeglichenheit und innere Zufriedenheit.

RASAYANA

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte	3 Nächte
Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check	1	1
Abhyanga Ganzmassage	2	2
Shirodhara (Stirnölguss)	2	2
Mukabhyanga (Gesichtsmassage)	1	-
Shiroabhyanga für Kopf, Nacken, Schulter	1	-
Svedana (indisches Dampfbad)	2	2
Yoga	5	2

Pro Person exklusive Unterkunft € 751,- € 558,-

Anreisetag: 6 Nächte Sonntag
3 Nächte Sonntag/Mittwoch



MEINE KRAFTQUELLE

Bei Burnout & Erschöpfung

Jeden Tag 100 Prozent - Woher nehmen? Bringen Sie sich wieder ins Lot und verhelfen Sie Ihrem Körper zur notwendigen Ruhe, die er braucht. Tanken Sie auf und starten Sie wieder durch. Entdecken Sie die einzigartige Symbiose unserer drei Naturheilkunden aus Europa, China und Indien.

„Ich bin so glücklich, dass ich endlich wieder frei ein-, aus- und durchatmen kann.

Jetzt geht's voran.“

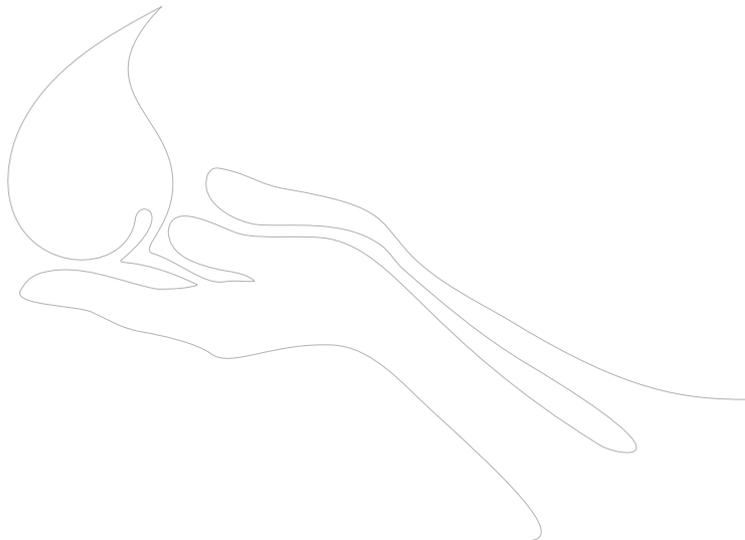
Gast mit Long-Covid-Symptomen

„Als ich gekommen bin, konnte ich nur wenige Schritte am Inn entlang spazieren.

Jetzt nach zwei Wochen kann ich auch den wunderschönen Stadtplatz von

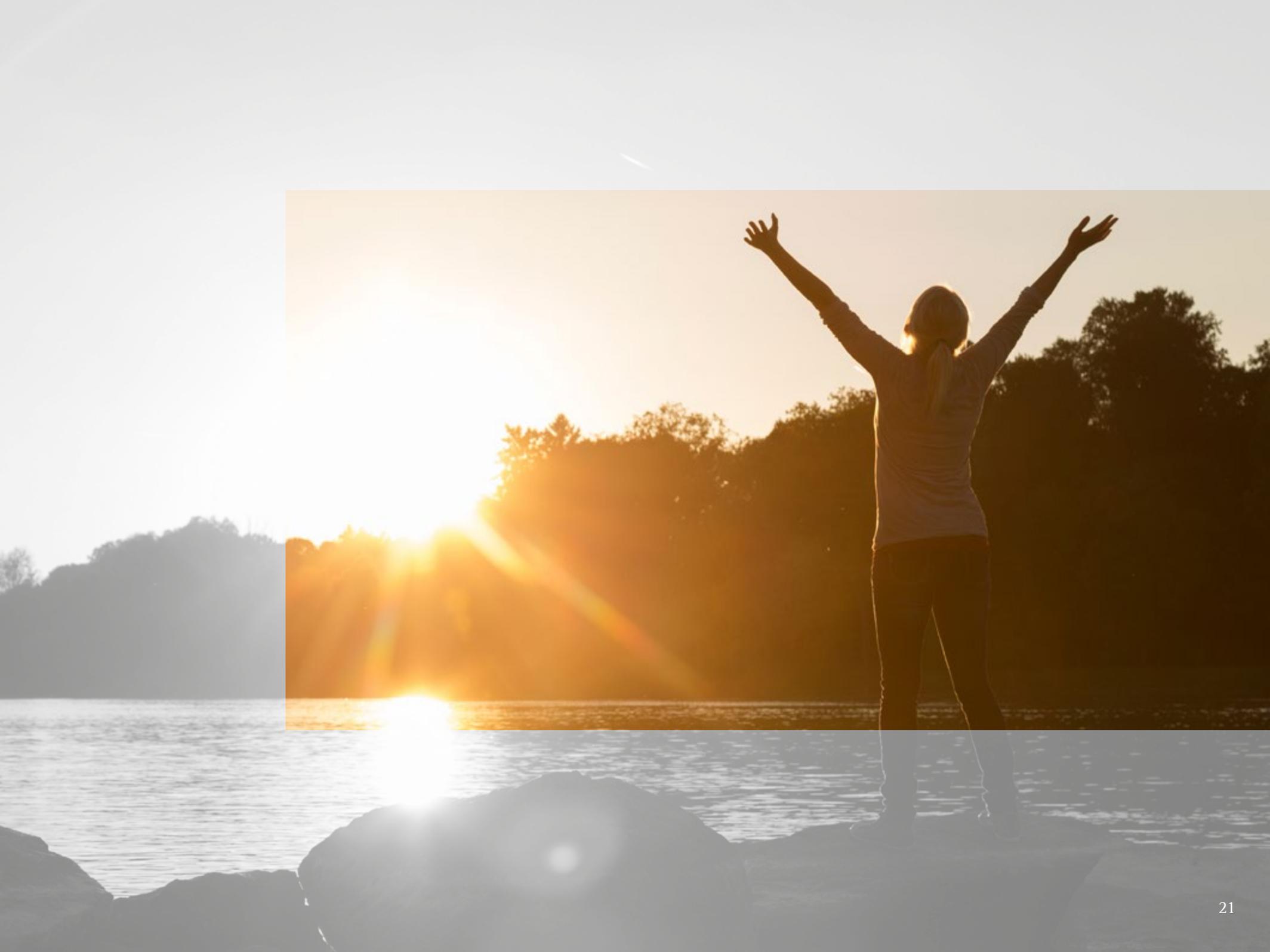
Schärding genießen und meine Lebensfreude ist zurück“

Gast mit Long-Covid-Symptomen



Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte	10 Nächte	13 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	1	1	2
Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check	-	1	1
Kneippbehandlungen nach ärztlicher Empfehlung	6	8	12
Abhyanga Ganzmassage	2	2	3
Shirodhara (Stirnölguss)	-	2	3
Akupunktmassage	2	3	3
Akupunktur	2	3	3
TCM Massage	-	1	1
Entspannungstraining nach Jacobson	2	3	4
Yoga INN-Balance	1	1	2
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 729,-	€ 1.268,-	€ 1.613,-

Anreisetag: Sonntag



SCHÄTZE DES WASSERDOKTORS

Angebote der Traditionellen Europäischen Medizin

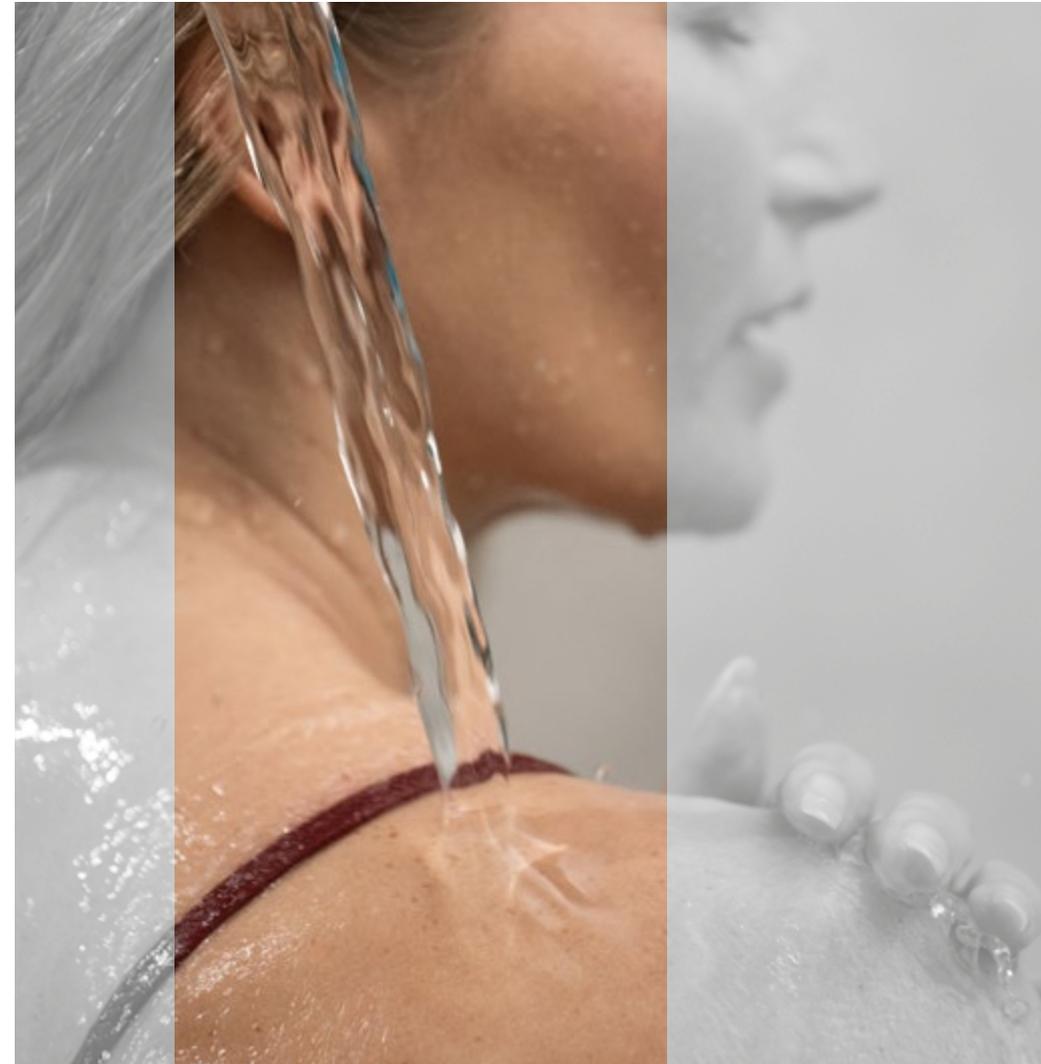
Das ganzheitliche Denken Sebastian Kneipps (1821-1897) gilt noch heute als wegweisend für naturheilkundliche Methoden und eine zeitgemäße Vorsorgemedizin. Im Laufe seines Lebens hat Kneipp das Wissen über die heilende Wirkung von Wasser und Heilpflanzen mit seinen eigenen Erkenntnissen zu einer systematischen Lehre ausgebaut. Der Pfarrer und Naturheilkundler erschuf ein visionäres Lebenskonzept, das den Menschen, seine Lebensgewohnheiten und seine natürliche Umwelt untrennbar als ausgewogene Einheit betrachtet. Wasseranwendungen, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Kräuter sowie Lebensordnung bilden das Fundament europäischer Naturheilkunde.

Das Ziel ist, umfassende Gesundheit mit einfachen und natürlichen Mitteln zu erhalten beziehungsweise ein sinnerfülltes Leben trotz einer Krankheit zu ermöglichen.

KNEIPP KUR

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte	13 Nächte	20 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	-	2	3
Kneippbehandlungen	6	28	40
Ganzmassage	1	4	6
Lymphdrainage	-	2	3
Funktionelles Rückentraining	2	-	-
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 155,-	€ 1.060,-	€ 1.540,-

Anreisetag: Sonntag



ORDNUNG
WASSER
BEWEGUNG
ERNÄHRUNG
HEILKRÄUTER

GESUND UND VITAL³

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte
Kneippguss	6
Akupunkt- oder TCM-Massage	3
Abhyanga Teilmassage	2
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 367,-
Anreisetag: Sonntag	

ERHOLUNG PUR

Behandlungen bei Aufenthalt	3 Nächte
Kneippguss	2
Luftperl-Fichtebad	1
Ganzmassage	1
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 99,-
Anreisetag: Sonntag	

PILGERWOCHE

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte
Geführte Pilgerwanderung	4
Geführte Kräuterwanderung	1
Kneippguss	6
Fußreflexzonen-therapie	1
Akupunkt- oder TCM-Massage	1
Teilmassage	1
Entspannungstraining nach Jacobson	1
Pro Person exklusive Unterkunft	€ 361,-
Anreisetag: Sonntag	

TERMINE 2023: 11.06. bis 17.06.2023
09.07. bis 15.07.2023
03.09. bis 09.09.2023



SCHMERZTHERAPIE

Ein durch und durch natürlicher Ansatz

GESUNDE GELENKE

Im Volksmund werden Schmerzen der Knochen und Gelenke, gleich welcher Ursache, als Rheuma bezeichnet. Generell unterscheidet man Gelenkbeschwerden, die durch Abnutzung entstehen (Arthrose), und solche, die durch Entzündungen ausgelöst werden (Arthritis). Daneben gibt es noch akute Anfälle von Gelenkschmerz aufgrund von Stoffwechselerkrankungen (zB Gicht). Mit entsprechenden Behandlungen aus Ayurveda und der TCM, Physiotherapie sowie ausgewogener Ernährung können wir helfen, Beschwerden zu lindern oder den Ursachen von Rheuma vorzubeugen.

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	1
Ayurvedische Kizhi Stempelmassage	3
Ayurvedisches Pichu	3
Akupunktmassage	1
TCM Massage	1
Physiotherapie	2
Individuelle Schmerzinfusion	1

Pro Person exklusive Unterkunft € 1.088,-

Anreisetag: Sonntag

GESUNDE VENEN

Sie haben müde und schwere Beine, ständiges Ziehen oder Beinschwellungen? Dahinter steckt sehr oft eine beginnende Venenerkrankung, die frühzeitig behandelt werden sollte.

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	1
Beinwickel	6
Lymphdrainage	2
Kneippgüsse	9

Pro Person exklusive Unterkunft € 496,-

Anreisetag: Sonntag

REIBUNGSLOS – MEIN GESUNDER RÜCKEN

Die meisten Menschen leiden an „unspezifischen“ Rückenschmerzen. Hier hat sich unsere basische Heildiät bestens bewährt, da ein zu viel an Säure das Bindegewebe belasten kann. Zu dem kombinieren wir Behandlungen zum Muskelaufbau mit wärmender Entspannung und sanfter Dehnung.

Behandlungen bei Aufenthalt	6 Nächte
Ganzheitliches Arztgespräch und naturheilkundliche Therapiebesprechung	1
Individuelle Schmerzinfusion	2
Physiotherapie	3
Kneipp Heublumensack	2
Faszienmassage	2
Ayurvedisches Pichu	2
Teilmassage mit Alpin-Kräuterstempeln	2
Funktionelles Rückentraining	2

Pro Person exklusive Unterkunft € 915,-

Anreisetag: Sonntag



AMBULATORIUM

FÜR PHYSIKALISCHE MEDIZIN

ÄRZTLICHE LEISTUNGEN

Erstuntersuchung	€ 60,00
Folgeuntersuchung	€ 30,00
Tagesordination	€ 30,00
Ganzheitsmedizinische Untersuchung Beratung	€ 100,00
Blutabnahme mit Befundung	€ 46,60
Mesotherapie	€ 49,10
Ohrakupunktur	€ 37,20
Akupunktur	€ 63,00
Akupunktur und Neuraltherapie	€ 76,50
Manuelle Bauchbehandlung (30 min)	€ 99,00
FX Mayr-Bauchbehandlung (30 min)	€ 99,00

Infusionstherapien

Vitamin-C Infusion	€ 38,30
Detoxinfusion	€ 77,50
Schmerzinfusion bei Migräne und akuten Schmerzzuständen	€ 81,50
Vitamin-Mineralstoffinfusion	€ 85,30
Gelenkinfusion zur Knorpelregeneration	€ 85,60
Leberinfusion	€ 85,60
Burn-out Prophylaxe	€ 110,00
Tinnitusinfusion	€ 110,00
Mikronährstoffprofil BASIC + Befundung	€ 196,00
Mikronährstoffprofil PLUS + Befundung	€ 280,00
Nahrungsmittelenverträglichkeitsprofil Preis auf Anfrage	
Mikrobiomanalyse	€ 280,00

Lasertherapien

Laserbehandlung klein	€ 8,90
Laserbehandlung	€ 26,40
Laserakupunktur	€ 63,00
Haemo-Laserbehandlung	€ 69,00
Haemo-Laserbehandlung + Vitamin-C Infusion	€ 87,00

ERNÄHRUNGSMANAGEMENT

Individuelle Ernährungsberatung nach Konstitutionstyp (30 min)	€ 66,00
Individuelle Ernährungsberatung bei Intoleranzen (Fructose, Lactose, Histamin, Gluten - 30 min)	€ 66,00
Individuelle Ernährungsberatung zur Gewichts- reduktion und -stabilisierung (40 min)	€ 93,30
Ayurvedische Ernährungsberatung (30 min)	€ 66,00
BIA-Messung (wissenschaftliche Analyse der Körperzusammensetzung) mit Besprechung	€ 68,00

PHYSIOTHERAPIE

Physiotherapie (30 min)	€ 50,50
Physiotherapie (45 min)	€ 76,00
Physiotherapie im Wasser (30 min)	€ 52,00
Atemtherapie (30 min)	€ 50,50
Beckenbodentraining (30 min)	€ 50,50
Manuelle Therapie Bauch (30 min)	€ 55,10
Manuelle Therapie Gelenke (30 min)	€ 55,10
Manuelle Therapie Gelenke (60 min)	€ 110,10
Manuelle Therapie HWS, Kiefer (30 min)	€ 55,10
Manuelle Therapie Migräne (30 min)	€ 55,10
Manuelle Therapie Tinnitus (30 min)	€ 55,10
Manuelle Therapie Zähneknirschen (30 min)	€ 55,10
Craniosacral-Therapie (60 min)	€ 111,00

MASSAGEN

Teilmassage (20 min)	€ 32,50
Ganzmassage (30 min)	€ 45,70
Fußreflexzonentherapie (30 min)	€ 45,70
Brusselsmassage (30 min)	€ 52,30
Dornmassage (30 min)	€ 52,30
Lymphdrainage (30 min)	€ 46,30
Lymphdrainage (40 min)	€ 63,50
Lymphdrainage (60 min)	€ 96,40
Bauchbehandlung (Colonmassage, 15 min)	€ 30,50
Bindegewebssmassage (30 min)	€ 52,30
Faszienmassage (30 min)	€ 53,20
Schröpfmassage (30 min)	€ 44,20
Individuelle Massagetherapie (40 min)	€ 69,30
Individuelle Massagetherapie (60 min)	€ 103,40
Massage mit Spezialöl (30 min) Tension - bei Muskelverspannungen nach körperliche Anstrengung und Sport	€ 53,90
Massage mit Spezialöl (30 min) zur Entspannung bei Nervosität und innerer Unruhe	€ 53,90
Massage mit Spezialöl (30 min) für Kopf, Nacken, bei Kopfschmerz, Migräne	€ 53,90
Alpin-Kräuterstempelmassage bei rheumatischen Beschwerden, Verspannungen, innerer Unruhe, Schlafstörungen	
Teilmassage	€ 74,90
Ganzmassage	€ 137,50

KNEIPPBEHANDLUNGEN

Traditionelle Europäische Medizin

HYDROTHERAPIE

Oberkörperwaschung	€ 10,50
Ganzkörperwaschung	€ 15,30

Güsse

Kleine Güsse (Nacken-, Ober-, Rücken-, Augen-, Gesichts-, Arm- oder Knieguss)	€ 14,10
Große Güsse Überwärmungsgüsse (Nacken-, Lumbal-, Schenkelguss), Voll- oder Blitzguss, Rautenblitzguss	€ 19,50

Bäder

Wechselbäder (Arm- oder Fußbäder)	€ 17,60
Ansteigende Bäder (Arm- oder Fußbäder)	€ 19,50
Wannenbäder (Kohlensäure, Sauerstoff, Luftperl u. sämtl. Zusätze)	€ 25,30

Wickel

Wickel (Schal-, Lenden-, Fuß-, Waden-, Knie-, Salz-, Retterspitzwickel, Auflagen)	€ 27,00
Kurzwickel (zum Abnehmen)	€ 30,00

Packungen

Halslempackung, kalt	€ 8,60
Handknetpackung mit Moor, warm	€ 22,00
Kleine Packung (Füße, Ellbogen, Knie, Hände mit Lehm oder Topfen), kalt	€ 19,30
Große Packung (Beine, Hüfte, Arme, Schultern mit Lehm oder Topfen), kalt	€ 28,90
Heusackpackung	€ 28,90
Moorpackung, warm	€ 28,90
Fango, Öl, Sole im Wasserbett	€ 47,40
Algenbehandlung im Wasserbett	€ 52,30

Inhalationen

Inhalationen mit Sole, Mucosolvan, Bepanthen	€ 16,00
Kopfdampf	€ 25,90

BEWEGUNG & ENTSPANNUNG

Funktionelles Rückentraining (Gruppe, 40 min)	€ 12,40
Meditatives Entspannungstraining nach Jacobson (Gruppe, 50 min)	€ 16,20
Bewusst bewegen in der Natur (Gruppe, 50 min)	€ 16,20
Entspannung Frei atmen Klar sehen (Gruppe, 50 min)	€ 16,20
Personal Training (60 min)	€ 90,60

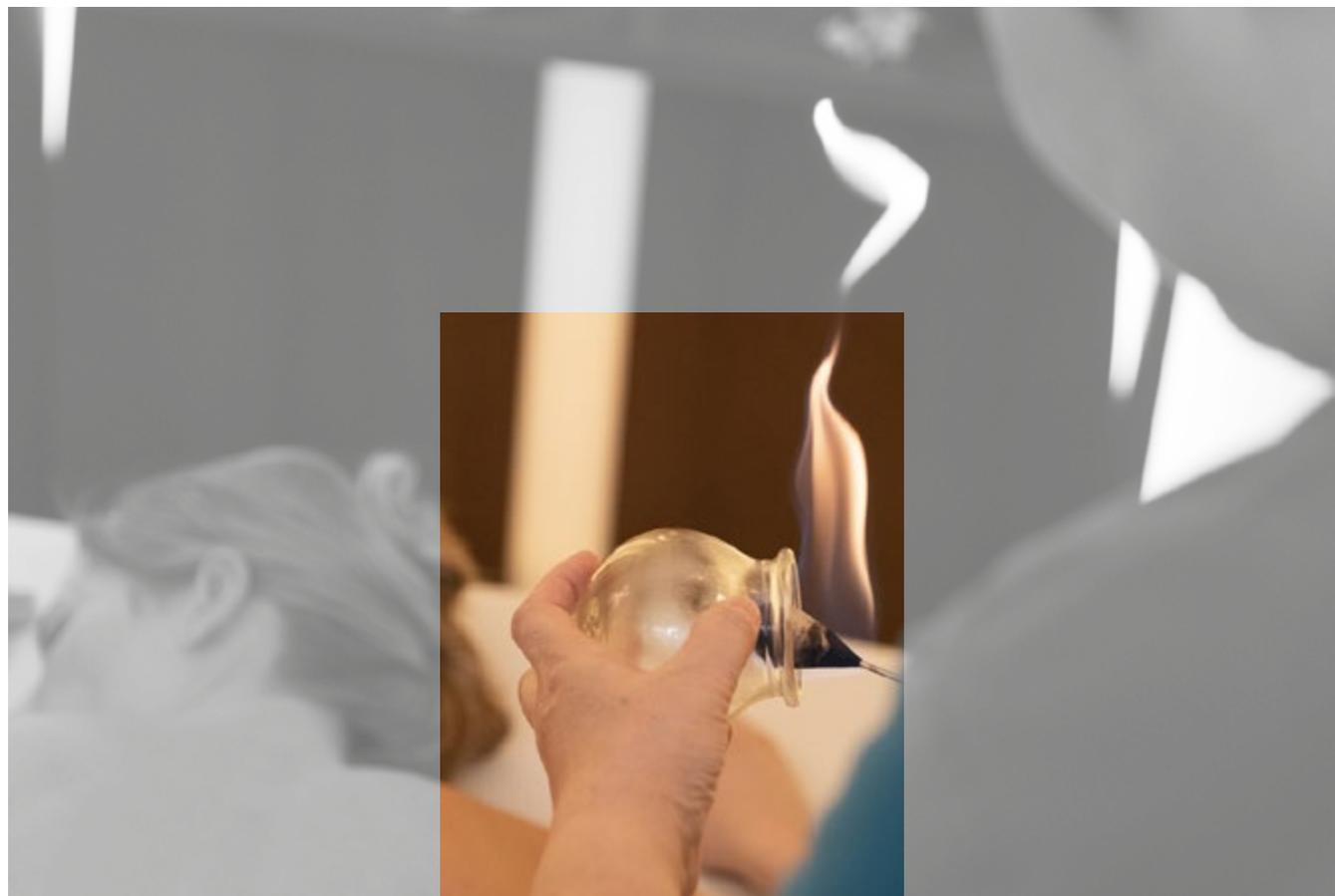


ÄRZTLICHE LEISTUNGEN

Akupunktur	€ 63,00
Akupunktur und Neuraltherapie	€ 76,50
Ohrakupunktur	€ 37,20
Laserakupunktur	€ 63,00

TCM-BEHANDLUNGEN

Akupunktmassage	€ 54,30
Akupressur Bauch oder Kopf (30 min)	€ 53,20
TCM-Massage (30 min)	€ 53,20
TCM-Massage (60 min)	€ 101,00
Fußbehandlung nach TCM (50 min)	€ 69,30
Gesichtsbehandlung nach TCM (60 min)	€ 127,00



AYURVEDA

Traditionelle Indische Medizin



AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Massagen

Abhyanga für die Haut u. muskuläre
Verspannungen

Teilmassage € 60,30

Ganzmassage € 103,40

Shiroabhyanga für Kopf, Nacken und Schulter

Behandlung € 60,30

Pad-Abhyanga Fußmassage

Behandlung € 60,30

Mukabhyanga Gesichtsmassage zur
Entspannung und für die Haut

Behandlung € 66,20

Synchronmassage Abhyanga

Harmonisierung von Körper und Haut

Teilmassage € 100,70

Ganzmassage € 178,90

Udvardana Massage mit Kräuterpulver für Problemzonen wie Cellulite

Teilmassage	€ 78,70
Ganzmassage	€ 141,00

Udsadana Massage mit Ölkräuterpaste für Problemzonen wie Cellulite

Teilmassage	€ 78,70
Ganzmassage	€ 141,00

Kizhi Stempelmassage für tiefsitzende, muskuläre Verspannungen

Teilmassage	€ 74,90
Ganzmassage	€ 137,50

Naranga Kizhi Zitronenkräuterstempelmassage bei Gelenkschmerzen, Rheuma, wirkt auch hautstraffend

Teilmassage	€ 74,90
Ganzmassage	€ 137,50

Ölgüsse

Shirodhara (Stirnguss) vegetativ ausgleichend, beruhigend

Behandlung	€ 99,70
------------	---------

Thakra Dhara (Stirnguss mit Buttermilch), kalt, bei Stress, Belastung, psychosomatischen Erkrankungen

Behandlung	€ 80,70
------------	---------

Sarvanga Dhara (Königsguss) regt Haut- und Organstoffwechsel an, bringt tiefe Entspannung

Behandlung	€ 210,00
------------	----------

Ölaufagen

Pichu bei chronischen Beschwerden, für Gelenke, Füße, Knie, Hüften, Schulter, Nacken, Rücken

Behandlung	€ 76,30
------------	---------

Janu Vasti bei Schmerzen im Kniegelenk, Osteo-Arthritis

Behandlung ein Knie	€ 85,60
Behandlung zwei Knie	€ 120,80

Khadi Vasti bei BWS+LWS-Syndrom, Muskelverhärtung, Myogelosen

Behandlung	€ 102,30
------------	----------

Yoga

Yoga (Gruppe, 60 min)	€ 16,20
-----------------------	---------

Yoga „INNBalance“ (Gruppe, 60 min), meditativ	€ 16,20
---	---------

Personal Yoga (60 min)	€ 90,60
------------------------	---------

Ausleitung	€ 96,90
------------	---------

Svedana (indisches Dampfbad)	€ 23,30
------------------------------	---------

Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check (30 min)	€ 57,40
---	---------

Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check (50 min)	€ 96,90
--	---------

ZIMMER

Domizil Nova

Grüne Suite



Gelbe Suite



Blaue Suite



Großzügige Suiten mit getrenntem Wohn- und Schlafbereich | südseitiger Balkon bzw. frz. Balkon in Richtung Park | Bad mit Dusche und WC | Schreibtisch | Kühlschrank | großer Flat-TV im Wohnbereich | Radio | Telefon | Safe

BELEGUNG	HP	VP
1 Person	€ 197,-	€ 217,-
2 Personen	€ 136,-	€ 156,-

Preis pro Nacht

ZIMMER

Kräutersuite mit persönlicher Dachterrasse



Großzügige Suite mit getrenntem Wohn- und Schlafbereich | persönliche Dachterrasse (Park und Innblick) mit Markise zur Beschattung | Dusche mit WC und Bidet und weiterem separaten WC | Schreibtisch | Kühlschrank | großer Flat-TV im Wohnbereich | Radio | Safe | Telefon | offenes Teesortiment | Minibar täglich mit Mehrner Heilwasser gefüllt | Fachliteratur zum Thema „Kräuter & Tees“ | feine Auswahl an Kräuter-Kissen für einen erholsamen Schlaf

BELEGUNG	HP	VP
1 Person	€ 216,-	€ 236,-
2 Personen	€ 148,-	€ 168,-

Preis pro Nacht

ZIMMER

Kneipp



Einzelzimmer | Blick zum Innenhof | Bad mit Dusche und WC | Schreibtisch | TV | Radio | Telefon

EINZELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 92,-	€ 112,-
Preis pro Nacht		

DOPPELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 114,-	€ 134,-
2 Personen	€ 92,-	€ 112,-
Preis pro Nacht		

Kneipp^{Plus}



Neugestaltete Einzel- oder Doppelzimmer | Blick auf die Stadt oder zum Innenhof | Bad mit Dusche und WC | Schreibtisch | Kühlschrank | TV | Radio | Telefon | Safe

EINZELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 100,-	€ 120,-
Preis pro Nacht		

DOPPELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 122,-	€ 142,-
2 Personen	€ 100,-	€ 120,-
Preis pro Nacht		

Kurhaus



Einzel- oder Doppelzimmer | teilweise mit Balkon | Blick auf den Park oder die Stadt | Bad mit Dusche und WC | Schreibtisch | Kühlschrank | TV | Radio | Telefon | Safe

EINZELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 104,-	€ 124,-
Preis pro Nacht		

DOPPELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 137,-	€ 157,-
2 Personen	€ 101,-	€ 121,-
Preis pro Nacht		

Kurhaus^{Plus}



Großzügige Einzelzimmer mit Panoramafenster | Blick auf den Park | Bad mit Dusche und WC | Schreibtisch | Kühlschrank | TV | Radio | Telefon | Safe

EINZELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 109,-	€ 129,-
Preis pro Nacht		

DOPPELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 142,-	€ 162,-
2 Personen	€ 106,-	€ 126,-
Preis pro Nacht		

ZIMMER

Panorama mit Dachterrasse



Einzel- oder Doppelzimmer | persönliche Dachterrasse mit Blick auf den Inn | Bad mit Dusche und getrenntem WC | Schreibtisch | Kühlschrank | TV | Radio | Telefon | Safe

EINZELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 131,-	€ 151,-
Preis pro Nacht		

DOPPELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 191,-	€ 211,-
2 Personen	€ 126,-	€ 146,-
Preis pro Nacht		

Panorama



Einzel- oder Doppelzimmer | teilweise mit Balkon | Blick auf den Park oder Inn | Bad mit Dusche und WC | Schreibtisch | Kühlschrank | TV | Radio | Telefon | Safe

EINZELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 114,-	€ 134,-
Preis pro Nacht		

DOPPELZIMMER	HP	VP
1 Person	€ 175,-	€ 195,-
2 Personen	€ 110,-	€ 130,-
Preis pro Nacht		



HOTEL

Ein Kraftort im ehemaligen Kloster hoch über dem Inn



Unsere 85 Zimmer und Suiten sind Nichtraucherzimmer, ausgestattet mit Wasserkocher und einem erlesenen Teesortiment (auf Wunsch auch allergikerfreundlich).

Unser diagnostisches und therapeutisches Programm basiert auf einem Wochenrhythmus mit Beginn am Sonntag. Wir empfehlen einen Mindestaufenthalt von 8 Tagen und ersuchen Sie, sonntags bis 16:00 Uhr anzureisen. Bitte beachten Sie, dass an Sonn- und ausgewählten Feiertagen keine Therapien angeboten werden.

Unsere jahrzehntelange Erfahrung eröffnet uns die Möglichkeit, Ihre Behandlungen so individuell wie möglich zu gestalten. Folgende Kernleistungen sind ergänzend in all unseren Angeboten inkludiert:

- Gesundes Frühstücksbuffet mit biologischen, veganen, regionalen und fair gehandelten Lebensmitteln
- Wahlmenüs aus unserer „Grünen Haube“ gekrönten Küche
- Tägliche Gesundheitsgymnastik (Mo-Fr) in der Gruppe
- Geführter Stadt-Spaziergang und Meditation in der Gruppe
- Erlesenes Teesortiment am Zimmer
- Aquathek mit energetisiertem Trinkwasser und Kräuter-Teebar
- Lounge mit ausgewählter Literatur im Café
- Private Spa mit Hallenbad, finnischer Sauna, Dampfbad und Infrarot-Wärmekabine
- Bademantel, Badetasche und -tücher während Ihres Aufenthaltes
- Fitnessraum mit Technogym-Geräten, Leih-Fahrräder und Nordic Walking Stöcke
- Versperrbarer Rad- und E-Bike-Raum mit Lademöglichkeit
- E-Tankstelle kostenfrei am gesicherten Parkplatz des Kurhauses
- Möglichkeit an der Eucharistiefeier in der Kurhauskirche teilzunehmen



ALLGEMEINE INFORMATION

UMGEBUNG

Das Kurhaus Schärding liegt direkt am Inn, umgeben von einem ruhigen, grünen Park, der zum Abschalten einlädt. Die mächtigen Bäume spenden Schatten und Energie zugleich und machen den Park zu einem ganz besonderen Kraftplatz.

Barockstadt Schärding

Unverkennbar ist die bunte Häuserzeile am Stadtplatz von Schärding. Historische Plätze, Promenaden und Parks warten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Dabei spüren Sie bei jedem Schritt die Geschichte, die mit der Stadt verbunden ist. Nehmen Sie sich Zeit, spazieren Sie durch die verwinkelten Gassen und bestaunen Sie die barocken Gebäude. Vom Kurhaus Schärding aus erreichen Sie den Stadtplatz bequem zu Fuß in nur 5 Minuten.

Dreiflüssestadt Passau (D)

Auf der anderen Seite des Inns gelegen ist die barocke Stadt Passau mit ihren vielen Kirchen und historischen Gassen einen Ausflug wert. Eine weitere Besonderheit von Passau: Dort treffen die blaue Donau, der grüne Inn und die schwarze Ilz zusammen und sorgen für ein spannendes Naturschauspiel. Passau ist mit dem Auto in etwa 20 Minuten erreichbar.

IMPRESSUM: Änderungen vorbehalten. Dies gilt im Besonderen auch für unsere Preise, die wir im Sinne von sich ändernden Rahmenbedingungen auch als veränderlich betrachten. Alle angegebenen Preise verstehen sich zuzüglich Tourismusabgabe. Fotos: Kurhaus Schärding | Schärding Tourismus | shutterstock | ©Pedagrafie

ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Am Ende Ihres Aufenthaltes erhalten Sie eine Gesamtrechnung über alle Leistungen. Wir akzeptieren VISA, Mastercard, American Express und die Bankomat | EC-Karte.

STORNOBEDINGUNGEN

Bis 4 Wochen vor Anreise kostenfrei
Bis 14 Tage vor Anreise 40 %
Bis 7 Tage vor Anreise 70 %
Bis 1 Tag vor Anreise 90 %

RÜCKERSTATTUNG VON BEHANDLUNGEN

Sie erhalten von uns auf Wunsch eine Rechnungsbeilage mit einer Auflistung Ihrer Therapien zur Einreichung bei Ihrer Gesundheitsversicherung. Wir bitten Sie um Verständnis, dass wir keine Garantie für eine tatsächliche Kostenerstattung übernehmen können.

EIN STÜCK KURHAUS FÜR ZUHAUSE

Kleine Geschenke erhalten die Freundschaft, sagt schon ein Sprichwort. Bringen Sie doch eine kleine Erinnerung an das „Kurhaus-Wohlgefühl“ mit nach Hause. Wir beraten Sie gerne.

ANREISE

Unser Partner-Taxiunternehmen holt Sie gerne von zuhause ab. Immer sonntags auf der Route Schärding-Linz-Wien und retour.

Preis auf Anfrage



MEIN ZENTRUM FÜR NATURHEILKUNDE
KNEIPP | AYURVEDA | TCM

Kurhaus Schärding Barmherzige Brüder

Kurhausstraße 6 | A-4780 Schärding/Inn | Tel: +43 (0) 7712/3221 | kurhaus@bbschaerd.at | www.kurhaus-schaerding.at

Ausgabe November 2022



**KURHAUS
SCHÄRDING**
BARMHERZIGE BRÜDER