im Mai 2010 neu eröffnet

Kneipp-Kur und Wellnesscenter
Mönchgut

Hier liegt Ihnen das Meer zu Füßen

★ ★ ★ ★ ½

Rügenbrücke

Willkommen

auf der größten und vielleicht schönsten Insel Deutschlands, der Insel Rügen!

Die faszinierende neue Rügenbrücke, über die Sie nach Rügen kommen werden, eröffnet Ihnen den Weg auf eine reizvolle Insel mit vielen Facetten von Landschaft: flaches Land mit langen Sandstränden, urwüchsiges Bergland mit weiten Wiesen, die Kreidefelsen des Jasmunder Nationalparkes und vieles mehr.

Profitieren Sie von der einzigartigen Natur, dem salzigen Seeklima, um in Ihrem Urlaub neben der Erholung und Erlebnissen etwas Gutes für Ihren Körper zu tun – von dem Sie lange etwas haben werden…

… im Urlaub neue Lebensfreude finden!

Göhrener Hauptstrand

Steilufer

Kreidefelsen

Hotel-Parkanlage mit traumhaftem Ausblick

Die besondere Adresse

Das AKZENT Waldhotel Göhren – erstes Kneipp-Kurhotel Rügens – bietet Ihnen mit seinem neuen Kur- und Wellnesscenter die neueste und wohl modernste Wellnessanlage in Göhren.

Im Zentrum des ganzheitlichen Wellnesskonzeptes steht die Physiotherapie mit vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten.

Erleben Sie erstklassigen Komfort in einem der direkt angeschlossenen Hotelzimmer.

Die einmalige Lage gewährt Ihnen herrliche Ausblicke auf die Ostsee. Eine 15.000 qm große Parklandschaft mit direktem Zugang zur Bernsteinpromenade lädt Sie zu Entspannungsspaziergängen nach Ihrem indviduellen Wellnessprogramm ein.

Blick vom Hotelpark

Restaurant mit Seeblick

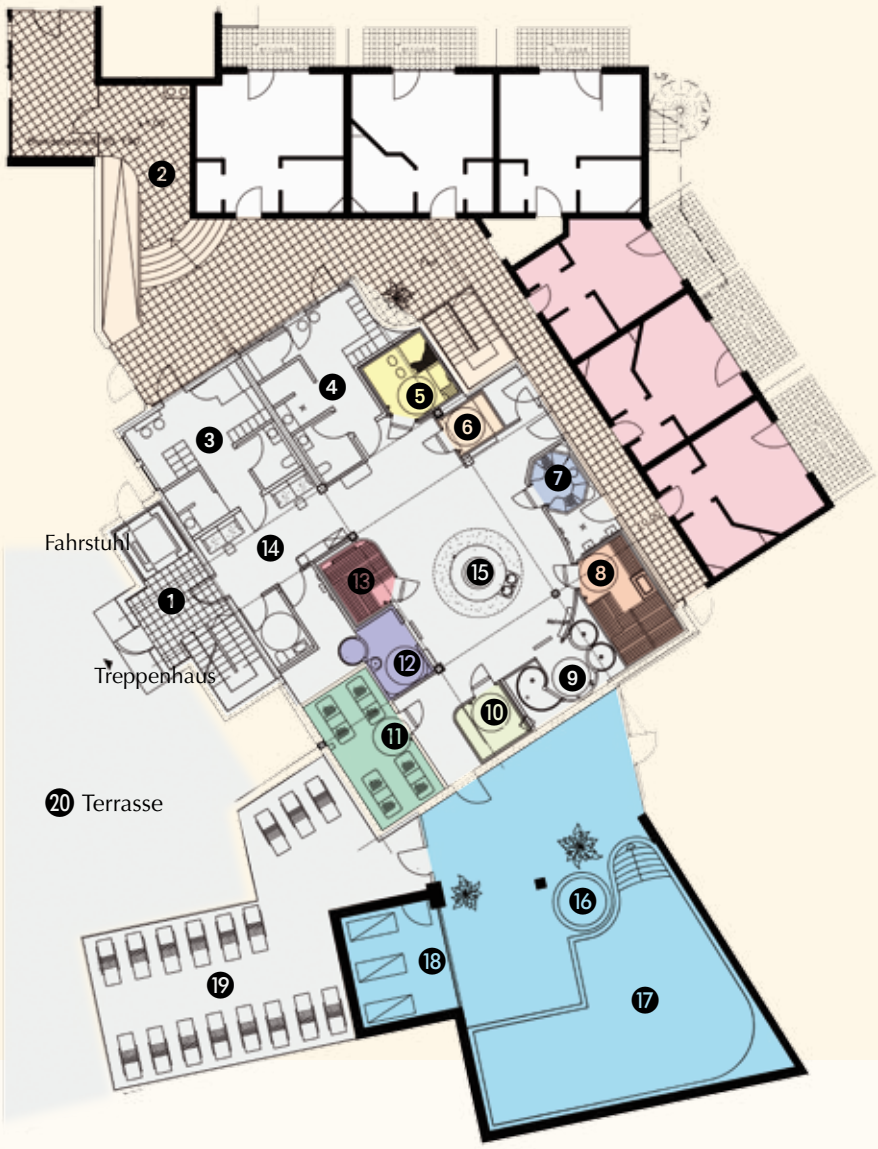
Hotelzimmer (Beispiel)

Empfang / Rezeption vom Kneipp- Kur & Wellnesscenter

Untergeschoss

1. Rezeption/Empfang
2. WC
3. WC Damen
4. WC Herren
5. Medizinisches Bad/Massage
6. KNEIPP-Armbäder/Inhalation
7. KNEIPP-Sitzbad
8. KNEIPP-Blitzguss
9. Massage
10. Massage/Schlingentisch
11. Unterwassermassage
12. Massage/Schlingentisch
13. Wickelraum
14. Vorbereitungsraum
15. Gymnastikraum
16. Turnraum
17. Softpack
18. Massage
19. Softpack/Massage
20. Kosmetik
21. Marmorzimmer/Massage/Klangwanne
22. Medizinische Fußpflege
23. Behandlungsraum Kosmetik
24. Rasulbad
25. Sitzecke

Eingangsbereich Wellnesscenter



Erdgeschoss

1. Fahrstuhl / Treppenhaus
2. Eingangsbereich Wellness
3. Umkleide Damen
4. Umkleide Herren
5. Laconium
6. Infrarotkabine
7. Dampfbad
8. Finnische Sauna
9. Erlebnisduschen
10. Solarium
11. Vitalisarium
12. Eisraum
13. Tepidarium
14. Sitzbereich
15. Wärmebank
16. Whirlpool
17. Schwimmbecken
18. Meditationsraum
19. Wintergarten / Ruheraum
20. Terrasse

Schwimmbecken mit Whirlpool

Wasser-Welt

- *Die Wasserwelt:* Whirlpool & Hallenschwimmbad mit Gegenstromanlage, Massagedüsen und Wasserfall, temperierte Duschanlagen mit Rund- und Schneckenduschen, Kneipp-Schlauch und Schwallbrause, großer Wintergarten & Sonnenterrasse
- *Kneippbecken*: Rundbecken zur Kneippanwendung
- *Fußbäder*: Wärmebank mit vorgebauten Fußbecken für Wechselbäder

Eisbrunnen

Solinarium-Salzraum

Vitalisarium

Wellnessbereich

Hitze und Kälte

- ***finnische Sauna:*** Wechselbad zwischen Hitze und Kälte, härtet ab und ist gut für Ihren Kreislauf.
- ***Tepidarium:*** vier Badeformen unter einem Dach: hohe Temperaturen und wechselnde Luftfeuchte.
- ***Laconium:*** Körperformliegen mit warmwasserbeheizten Liegeflächen und beheizten Wänden sorgen für angenehme Strahlungswärme.
- ***Infrarot-Kabine:*** Erzeugung von Tiefenwärme zum lösen von Verspannungen, Vorbereitung auf Massagen, Ischias- und Athrose-Behandlung.
- ***Dampfbad:*** 45 °C Lufttemperatur und 100% Luftfeuchte
- ***Abkühlung im Eisraum:*** Eisduschraum, Abkühlung durch gecrashtes Eis im Eisbrunnen
- ***Vitalisarium:*** Wärmeliegen wirken gegen Streß-Symptome und Abgespanntheit, Licht in verschiedenen Farben animieren die Stimmung.
- ***Solinarium:*** stark salzhaltige Luft fördert das Immunsystem und wirkt entzündungshemmend, antibakteriell und wohltuend.
- ***Rasul:*** Das Rasulbad ist eine alte ägyptische Heilerdebehandlung. Unterschiedliche Pflegeschlämme werde auf die einzelnen Körperpartien verteilt und in einem Kräuterdunstraum, dem Rasul, einmassiert. Zugleich wird durch die Dämpfe für eine kräftige Erwärmung gesorgt, welche die Wirkstoffe besser eindringen lassen. Die Durchblutung wird angeregt und gleichzeitig das Immunsystem gestärkt.
  Das Zeremoniell endet nach einer Dusche mit einer Ruhepause.

Finnische Sauna

Kreideanwendung

Römisches Dampfbad

„Marmorzimmer“ mit beheizbarer Marmorliege und Massagetisch

Leichtigkeit und Lebensfreude

Der Wunsch nach körperlicher Fitness wächst bei alt und jung.
Doch nur mit Muskeltraining ist es nicht getan.
Auch der Geist sucht Entspannung, Erholung und Energie. Der Mensch schöpft Lebensfreude aus einem Wohlbefinden, das sich erst einstellt, wenn alle Sinne zu Ihrem Recht kommen.
Ihre Gesundheit zu erhalten oder zur Gesundung beizutragen, ist unser großes Anliegen!
Legen Sie Ihre Wohlbefinden in die geschulten Hände unser Physiotherapeuten, die wahrlich Fingerspitzengefühl beweisen.

Zusätzliche Qualifikationen machen Sie zu Experten Ihres Fachs, von manueller Therapie über die Lymphdrainage bis zu gymnastischen Übungen.

- ***Massagevielfalt:*** Ob ayurvedische Massagen, Klangschalenmassage oder Lomi Lomi – tanken Sie Energie durch das Gefühl der absoluten Entspannung!

Massage

Lympdrainage

La Stone - Kraft heißer Steine

Wellness-Klangwanne mit Farblichtherapie

In der Wellness-Klangwanne entspannen

- ***Klangwanne:*** eintauchen in wohltuende Schwerelosigkeit, die zur einziartigen Entspannungsquelle für den Alltag wird.
  Wir verwöhnen Sie mit edelsten Düften.
  Die Badezusätze veranlassen so eine wirkungsvolle Inhalations- und Aromatherapie. Entspannende Hintergrundmusik in excellenter Klangqualität sorgt für eine ausgewogene, angenehme Stimmung.
  Ein traumhaftes Farblichtspiel, welches die Regenbogenfarben im Badewasser widerspiegelt, unterstützt das physische Erleben.

Dieses Erholungsbad können Sie auch mit Ihrem Partner gemeinsam genießen.
Genussvoll ist auch ein romantisches Rosenbad, ob allein oder zu zweit, mit anschließender Rosenölmassage.
Unser Marmorzimmer stellt auch den noch so anspruchsvollen Gast zufrieden.

Klangtherapie

Rasulbad / Kreideschlammbad

Anwendung Rügener Heilkreide

Rügener Heilkreide – ein Naturprodukt

Lassen Sie sich einfach mal verwöhnen…

Eine wunderbare Art der Entspannung ist die Teilkörperpackung mit Original Rügener Heilkreide. Hierbei handelt es sich um ein Naturprodukt, welches sich besonders auszeichnet durch seine ästhetische, schneeweiße Farbe, die feinkörnige Struktur und die gute Speicherfähigkeit von Wärme oder Kälte.

Die Rügener Heilkreide entschlackt und wärmt den Körper und reinigt die Haut. Man nennt es auch „Das weiße Gold Rügens“. Mit Wasser vermischt, hat es eine erhöhte Fähigkeit Wärme beizubehalten. Es regt den gesamten Stoffwechsel- und Durchblutungsprozess im gesamten Körper an und verbessert und stabilisiert das Immunsystem und die Atmungsfunktion der Haut. Diese wird sich spürbar sanfter anfühlen.

Schmerzlindernd, abschwellend, vitalisierend, hautverbessernd, zellerneuernd, entzündungshemmend und entkrampfend auf ihrem Körper wirkt sich die Rügener Heilkreide aus.

Die Rügener Heilkreidepackung genießen Sie in unserer Softpack-Liege (Wasserbett) mit sanften Klangschwingungen und auf Wunsch mit einer wohltuenden Unterwassermassage.

Dem Körper etwas Gutes tun, damit die Seele wieder Lust hat darin zu wohnen.

Softpack-System

Ölguss

Wohlfühlatmosphäre…

„Rosenzimmer“ mit Softpack-Wasserbett und Massageliege

…und das von Kopf bis Fuß

Hier entfliehen Sie dem Alltagsstress, genießen Sie Erholung für Körper und Seele, Entspannung pur – fernab von Stress und Hektik

Ein liebevoll eingerichteter Raum, gedämpftes Licht mit einem mittig gestalteten wohltemperierten Softpack-System (Wasserbett). Pflegende Öle, duftende Kräuter und hochwertige Cremes stehen zur Behandlung bereit.
Ab hier heißt es für unsere Gäste entspannen und einfach nur genießen. Die aufbereiteten Medien werden nun aufgetragen und mit sanften streichenden Bewegungen verteilt.

Geschmeidig und weich umhüllt die Folie den Körper. Es senkt sich die Liegefläche völlig geräuschlos.
So erleben Sie eine einzigartige Entspannung der Muskulatur sowie des Stützapparates und verstärken dadurch die therapeutische Wirkung der Anwendung.
Die Rügener Heilkreide ist ein Naturprodukt…

Medizinische Fußpflege

moderne Behandlungsräume

Gesichtspackung

KNEIPP-Becken im Park des Hotels

Fit und vital mit Kneipp

Das von Pfarrer Sebastian Kneipp entwickelte ganzheitliche Gesundheitskonzept hat sich seit über 150 Jahren bewährt.
Die Neuordnung von Körper und Seele sorgt für Innere Ruhe und Entpannung, verleiht Kraft und Vitalität und stärkt das Immunsystem nachhaltig.
Das Ostseebad Göhren ist ein anerkannter Kneipp-Kurort.

Erleben Sie unsere Kennenlern-Pakete:

- Tiefenwärme mit dem Heusack und eine kleine Entspannungsmassage
- Bürstenmassage, ein Entspannungsbad und Frischekick (kalter Abguss)
- Blitzguss und andere Güsse bringen Ihren Kreislauf wieder in Schwung

KNEIPP-Guss

Größtes Kneippbecken: die Ostsee

KNEIPP-Fussbad

Fitness-Park mit Meerblick

Genügend Platz für Bewegung

„Bewegung an der frischen Luft ist die Basis für Lebensfreude und Leistungsfähigkeit …“

Die weitläufige Parklandschaft des Hotels ist mit Rückenmassagegerät, Beintrainer, Sprungkrafttrainer, Schultertrainer, Beweglichkeitstrainer, Ganzkörpertrainer und weiteren Outdoor-Fitnessgeräten bestückt, an denen Sie sich körperlich betätigen können.
Die Geräte greifen die Aspekte Massage und Bewegung auf. Sie dienen verblüffend einfach und spielerisch der Stärkung von Kreislauf, Beweglichkeit und Koordination.

Die Lockerung von Muskeln und die Massage von Akupunkturpunkten an Handflächen, Beinen und Rükken wirken entspannend, schenken Ruhe und Kraft. So tun Sie etwas für Ihre körperliches Wohlbefinden und nebenbei genießen Sie den gepflegten Park mit den herrlichen Ausblicken über das Meer bis hin zur Kreideküste…

verschiedene Outdoor-Fitnessgeräte

Ganzkörpertrainer

Park

Kuren im Ostseebad Göhren

Die Heilbäder und Kurorte bieten mit ihren ortsgebundenen Kurmitteln des Bodens, des Klimas und der Landschaft schon traditionell eine breite Palette von Mitteln, die sich in der Kurtypischen Reiz- und Reaktionsbehandlung als Mittel für ein Funktions- und Regulationstraining seit Jahrhunderten bewährt haben. Sie sind besonders geeignet zur Erreichung von Prävention, Rehabilitation und der Kurierung chronischer Krankheiten, der Sicherung der Autonomie im Alter und der Gesundheitsförderung.

Das Ostseebad Göhren wirkt sich mit seinem Seeklima unter anderem besonders günstig aus auf:
· Erkrankungen der Bewegungsorgane
· Herz- und Gefäßkrankheiten
· Erkrankungen im Bereich der Atemwege
· Hauterkrankungen

Hier finden Sie als ortsspezifische Form der Therapie die Talassotherapie durch mildes Reizklima, Meerwasser und Küstenwaldungen. Ergänzende Therapieformen der Kurortmedizin sind:
· Bewegungstherapie
· Krankengymnastik
· Verschiede Massagen (siehe Wellnessangebote)
· Elektrotherapie inkl. Stanger-Bäder
· Ultraschall
· Heilkreide, Fango und Pelose
· Klassische Homöopathie, Reiki, Autogenes Training
· Akupunktur, Kreidebäder, Lymphdrainage

Leistungsangebot
des Kneipp-Kur und Wellnesszentrum Göhren

Massagen
· Ganzkörpermassage
· Teilmassage (z.B. Rückenmassage) Entspannungsmassage (mit ätherischen Ölen)
· Migränemassage (bei Kopfschmerzen und Migräne)
· UWM (Unterwasserdruckstrahlmassage)
· Lymphdrainage (Behandlung einer Extremität, Ganzkörper, Kompressionsbandagierung)

Packungen
· Rügener Heilkreide (Teilkörper und Ganzkörper)
· Algen
· Nachtkerzencremeölpackung
· Peloseheilschlamm
· Eiskompressen und Heißluft
· Infrarot-Bestrahlung

Krankengymnastik
· Manuelle Therapie (Untersuchung und Behandlung von wiederherstellbaren Funktionsstörungen an Gelenken und Wirbelsäule)
Krankengymnastik (z.B. Atemtherapie, orthopädisches Turnen, Osteoporosegymnastik)
· Krankengymnastik im Bewegungsbad
Cranio + sakrale Extensionsbehandlung
· gerätegestützte Krankengymnastik
· Schlingentischbehandlung

Bäder
· Medizinisches Bad
· Stangerbad
· (Hydroelektrisches Vollbad)

Wärme-/Kältebehandlung
· Rotlicht
· Heiße Rolle (Rückenbehandlung)
· Kryotherapie (Eisbehandlung)

Elektrotherapie
· Ultraschall
· Phonophorese
· Niederfrequente Ströme
(z.B. Reizstrom, Diadynamisch, Galvanisation)
· Elektrobehandlung

Sonstige Anwendungen

· Inhalationstherapie, Solarium, Klassische Homöopathie
· KNEIPP-Anwendungen: Güsse an Armen und Füßen, Sitzbäder, Wickel & Bürstenmassage
· Reiki, Yoga als Therapie
· Wirbelsäulengymnastik
· Entspannungsverfahren, Autogenes Training,
· Fünf Tibeter
· Medizinische Fußpflege
· Entspannung nach Jakobsen
· Entspannungstherapie
· Erährungsberatung
· Nordic Walking
· Aquafitness

Die Offene Badekur

Natürlich können Sie jederzeit auf eigene Kosten zur Kur fahren. Aber fast jeder von uns hat einen Anspruch darauf, dass innerhalb des gegliederten Systems unserer Sozialversicherung einer der Träger die Kosten für eine Kur übernimmt oder zumindest bezuschusst, wenn eine Krankheit droht oder bereits vorliegt, die im Kurort erfolgversprechend behandelt werden kann.

Für weitere Fragen steht Ihnen Ihr Hausarzt oder Ihre Krankenkasse zur Verfügung.

Wie komme ich also zu einer „offenen Badekur“ ?

Zuerst sollten Sie sich die Dringlichkeit einer „offenen Badekur“ von der behandelnden Ärztin / dem behandelnden Arzt bescheinigen bzw. verordnen lassen und vor Kurantritt bei Ihrer Krankenkasse eine Kostenübernahme beantragen.
Also: Bitten Sie Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt, bei Ihrer Krankenkasse einen Antrag auf ambulante Heilbehandlung zu stellen.

Die meisten Krankenkassen halten Antragsformulare dafür bereit. Aufgrund unserer Heilanzeigen kann Ihre Ärztin / Ihr Arzt leicht erkennen, ob eine solche Behandlung in Ihrem speziellen Fall sinnvoll ist. Ihre Krankenkasse benötigt für die Bearbeitung ca. 3-4 Wochen. Die besten Erfolge werden erreicht, wenn die Kur an der See möglichst frühzeitig und lange genug durchgeführt wird (wenigstens aber 3 Wochen).

Eine Wiederholung ist oft sinnvoll, normalerweise wird sie von der Krankenkasse aber erst nach vier Jahren erneut genehmigt.

Was kostet mich so eine „Offene Badekur“ ?

Die Kosten für Ihre Heilbehandlung werden üblicherweise größtenteils übernommen, für die Aufenthaltskosten wird von einigen Krankenkassen zur Zeit ein Zuschuss gewährt. Dieser Zuschuss variiert allerdings von Krankenkasse zu Krankenkasse.
Sobald Ihre Krankenkasse die Kostenübernahme bestätigt hat, steht Ihren Reisevorbereitungen nichts mehr im Wege. Selbstverständlich sind Sie uns auch als Privatpatient herzlich Willkommen.

Wo soll ich wohnen und wie komme ich an eine Unterkunft?

Sie wohnen bei uns im **4★+** AKZENT Waldhotel Göhren in großzügigen Doppel- und Einzelzimmer oder auf Wunsch im Hotelappartement.
Die Behandlungstermine werden wir gemeinsam absprechen und dann für Sie buchen.

Kontakt:

AKZENT Waldhotel Göhren
Tel: 038308 - 5 05 00, Fax: 038308 - 2 53 80
www.waldhotelgoehren.de
eMail: urlaub@waldhotelgoehren.de

Weitere Informationen und Angebote: www.hotel-wellness-ruegen.de

Sind Sie neugierig?

… dann besuchen Sie uns.
Wir garantieren Ihnen zu jeder Jahreszeit
einen außergewöhnlichen Wellnessurlaub
an der Ostsee …

Wir erwarten Sie!

KNEIPP-KUR UND WELLNESSCENTER
MÖNCHGUT

Mitglied im Kneipp Bund

Waldstraße 7 · 18586 Göhren Insel Rügen
Tel. 038308 - 25 25 2 Fax 038308 - 25 25 8
eMail: info@hotel-wellness-ruegen.de
www.hotel-wellness-ruegen.de