



## Kliniken Neutrauchburg Therapeutisches Bewegungszentrum

Anschrift: Schlosstr. 8 • 88316 Isny-Neutrauchburg  
 Telefon: +49 (0) 7562 71-1151 Telefax: +49 (0) 7562 71-1195  
 E-Mail: [info@therapeutisches-bwz.de](mailto:info@therapeutisches-bwz.de)  
 Internet: [www.therapeutisches-bwz.de](http://www.therapeutisches-bwz.de) • [www.wz-kliniken.de](http://www.wz-kliniken.de)

## Kliniken Neutrauchburg Therapeutisches Bewegungszentrum

### Ihre Gesundheit ist es wert

Präventionswoche mit Unterkunft und Verpflegung  
 in der „Sonne Neutrauchburg“ (vier Übernachtungen  
 mit Halbpension)

480,- Euro pro Person im Einzel- oder Doppelzimmer

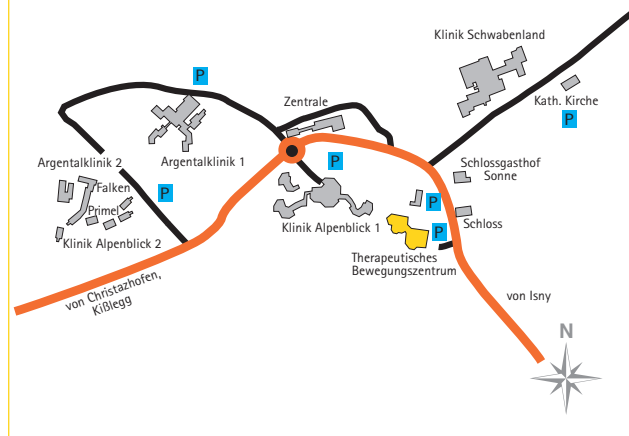
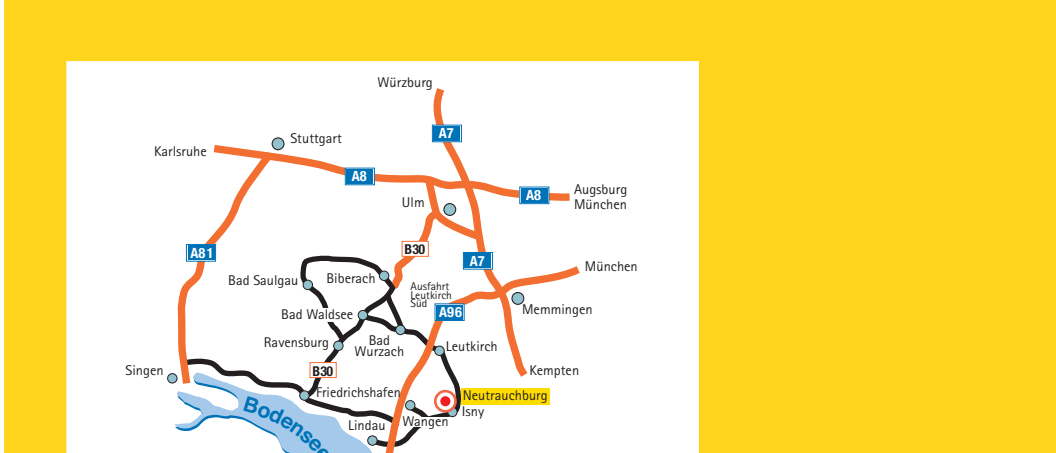
Präventionswoche bei privater Unterkunft oder  
 Unterbringung als Begleitperson in einer der Kliniken  
 Neutrauchburg

195,- Euro pro Person/Woche

Die Präventionsleistung kann auf Nachfrage von den  
 Krankenkassen bezuschusst werden. Informationen zu  
 bestehenden Kooperationen mit Krankenkassen finden  
 Sie unter [www.therapeutisches-bwz.de](http://www.therapeutisches-bwz.de).

Ihr Kontakt für Fragen und Buchung

Therapeutisches Bewegungszentrum  
 Telefon: +49 (0) 7562 71-1151  
 E-Mail: [info@therapeutisches-bwz.de](mailto:info@therapeutisches-bwz.de)



### Präventionswoche

In Bewegung kommen – In Bewegung bleiben



## Herzlich willkommen

■ Das Therapeutische Bewegungszentrum in Isny-Neutrauchburg ist ein Zentrum für ganzheitliche Bewegungstherapie.

Mit persönlicher Zuwendung, individueller Information und der entsprechenden Motivation unterstützen Sie unsere Sport- und Bewegungstherapeuten dabei, Ihren Körper besser kennenzulernen, sich mehr zu vertrauen, belastbarer und leistungsfähiger zu werden und die Freude an der Bewegung zu behalten. ■

Aktiv durchs Leben – wir begleiten Sie.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr  
Therapeutisches Bewegungszentrum

## Ziele unserer Präventionswoche

■ Mit unserer Präventionswoche möchten wir Ihre individuelle Gesundheitskompetenz fördern und Ihre persönliche Lebensqualität verbessern. ■

- Sie spüren Ihr eigenes Leistungsvermögen.
- Sie entwickeln Ihr persönliches Stressmanagement weiter.
- Sie gehen lösungsorientiert an Konflikte heran.
- Sie entdecken kreative Ressourcen neu oder wieder.

■ Nutzen Sie die Präventionswoche als Privatperson oder als Begleitperson von Patienten der Kliniken Neutrauchburg zur Förderung Ihrer Gesundheit. ■

## Module unserer Präventionswoche

- Individuelles Beratungsgespräch zur Festlegung Ihrer Präventionsziele
- Sport- und Bewegungstherapie wie Nordic Walking, Ergometertraining, Aquajogging, Wasser-, Funktions-, Fuß- und Beckenbodengymnastik, Schwimmtraining
- Vorträge im Rahmen der Gesundheitsbildung
- Angebote zur Stressbewältigung wie Entspannungstechniken, Tai Chi, Atemgymnastik
- Schwimmen und Sauna

Gemeinsam definieren wir Ihre Zielsetzung und stimmen aus den bestehenden Modulen Ihren individuellen Trainingsplan ab.

Die Präventionswoche ist ein Fünf-Werktage-Programm. Dieses ist auf Wunsch wochenweise verlängerbar.