Gesundheitsangebote

Dem Körper Gutes tun.

Therapie Zentrum

Kraft tanken in Bad Alexandersbad.

Therapie Zentrum

Filumi

BERTOLD UND
BRIGITTE HOLLERING
STIFTUNG

Sie möchten spenden?
Spendenkonto: Sparkasse Hochfranken
IBAN: DE66 7805 0000 0222 7091 72 BIC: BYLADEM1HOF

"Gutes tun, fröhlich sein und die Spatzen pfeifen lassen!"

Johannes Bosco

Das kleinste bayerische Heilbad in Bad Alexandersbad steht für Gesundheitsvorsorge und Prävention. Mit der Bertold und Brigitte Hollering-Stiftung wurde im Alten Kurhaus der Grundstein für die Entwicklung des **Osteopathischen Kinder-Zentrums Filumi** gelegt. Hier werden schwerkranke und schwerbehinderte Kinder und Jugendliche mit Schwerpunkt Osteopathie behandelt und im Rahmen von mehrtägigen Aufenthalten therapiert. Die Unterstützung für die betroffenen Familien ist mir dabei eine Herzensangelegenheit. Durch Ihren Beitrag werden Familien unterstützt und Kraft für das alltägliche Leben geschenkt.

Neben dem Osteopathischen Kinder-Zentrum Filumi betreiben wir seit April 2022 das **Therapie-Zentrum**, welches Ihnen eine Vielzahl an Möglichkeiten bietet, Gutes für Ihren Körper zu tun. Im Bereich der Physiotherapie können Sie aus einer großen Bandbreite an ganzheitlichen Angeboten wählen. Mit Hilfe von verschiedensten innovativen Behandlungsmöglichkeiten wird Ihnen dabei geholfen, Schmerzen zu lindern und Bewegungsstörungen zu beseitigen. Entspannen Sie bei einem Wellnessbad, bei einer Kosmetikbehandlung, gönnen Sie sich eine Massage oder nutzen Sie die wohltuende Wirkung einer Moor- oder Relaxpackung.
Das ist Erholung pur!

Ich freue mich auf Ihren Besuch und Ihre Unterstützung in Bad Alexandersbad!

Ihre Brigitte Hollering

Brigitte Hollering

Physiotherapie

Rezeptleistungen*

Therapieanwendungen

Krankengymnastik (auch Atemtherapie & Beckenbodengymnastik) Behandlungsform, mit der Krankheiten aus sämtlichen medizinischen Fachbereichen therapiert werden, um die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Körpers wiederherzustellen, zu verbessern oder zu erhalten.	20 Min.
im Schlingentisch Eine entlastende Therapiemaßnahme durch Teil- oder Ganzkörperaufhängung mit Hilfe von speziellen Seilzügen und Baumwollschlingen	30 Min.
auf neurophysiologischer Basis (PNF, Bobath) Spezielle Form der Krankengymnastik zur Verbesserung des Zusammenspiels von Nerv und Muskel z.B. bei Schlaganfallpatienten, neurologischen Erkrankungen	30 Min.
auf neurophysiologischer Basis für Kinder/Jugendliche (Bobath) Spezielle Form der KG zur Verbesserung des Zusammenspiels von Nerv und Muskel	45 Min.
am Gerät Aktive Behandlungsform der Krankengymnastik unter der Verwendung von speziellen medizinischen Trainingsgeräten	60 Min.
im Bewegungsbad Physiotherapie in angenehm warmen Wasser entlastet ihre Gelenke und wirkt schmerzlindernd sowie das Lymphsystem unterstützend einzeln oder als Gruppe möglich	30 Min.
Manuelle Therapie (auch CMD-Kiefergelenkstherapie) Ziel ist die Wiederherstellung des Zusammenspieles zwischen Gelenken, Muskeln und Nerven durch spezielle Handgriff- und Mobilisationstechniken	20 Min.
Klassische Massagetherapie (KMT) Manuelle und mechanische Massageform zur Lösung von Verspannungen & Durchblutungsförderung	20 Min.
Manuelle Lymphdrainage Spezielle medizinische Form der Entstauungstherapie zur Anwendung bei Abflussstörungen der Gewebeflüssigkeit (z.B. Lymphknotenentfernung)	30 Min. 45 Min. 60 Min.
Ultraschall Sonderform der Elektrotherapie, die mittels Schallwellen den Stoffwechsel anregt und den Heilungsprozess fördert	10 - 15 Min.
Elektrotherapie Schmerzlinderung, Entzündungshemmung und Muskelaktivierung durch nieder-/mittel-/hochfrequentierte Ströme	10 - 20 Min.
Heiße Rolle Spezielle Massageform mithilfe von mehreren Lagen von im Wasserdampf erhitzten Tüchern zur besseren Durchblutung	20 Min.
Rotlicht (dient der Vorbereitung) Spezielle kreislaufschonende Wärmetherapie mithilfe von Infrarotbestrahlung zur besseren Durchblutung	20 Min.

*nach ärztlicher Verordnung/Unbedenklichkeitsbescheinigung

Therapie Zentrum

Der Behandlungsschwerpunkt unserer Kinder-Physiotherapeutin liegt auf der Behandlung von Kleinkindern und Jugendlichen mit geistiger und körperlicher sowie schwerst mehrfacher Behinderung.

Physiotherapie für Kinder und Jugendliche.
www.therapie-alexbad.de/kinderphysio

Therapie Zentrum

Individuelles Gesundheitstraining
Wir machen Sie fit in den Bereichen Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft und Koordination.

Unser Erfolgskonzept beruht auf mehreren Säulen:

- Erarbeitung individueller Trainingspläne
- professionelle Betreuung durch erfahrene Fitnesstrainer
- Angebot an hochmodernen Trainingsgeräten mit integrierter Erfolgskontrolle

Kennen Sie unseren Trainingspark?
www.therapie-alexbad.de/trainingspark

Therapieanwendungen

individuelle Gymnastik Behandlungsform, mit der Krankheiten aus sämtlichen medizinischen Fachbereichen therapiert werden	20 Min.	30,00 €
im Bewegungsbad (einzeln) Sanfte und entspannende Form des Physiotrainings im Wasser	20 Min.	32,50 €
im Bewegungsbad (Gruppe 2-5 Personen) Sanfte und entspannende Form des Physiotrainings im Wasser	20 Min.	16,50 €

Specials

Fußreflexzonenmassage Entspannende Druckpunktmassage zur Stimulation von erkrankten Körperbereichen und Organen	30 Min.	32,00 €
Kinesio Taping Spezielles dehnbares Material, das mithilfe bestimmter Techniken je nach Bedarf den Körper gezielt unterstützen kann	ab 10 Min.	ab 10,00 €
Triggerpunktbehandlung Durch die Behandlung bestimmter Körperpunkte werden Muskelverspannungen punktuell gelöst	30 Min.	39,00 €
Behandlung nach Dorn Spezielle manuelle Methode zur Schmerzlinderung an der Wirbelsäule und den Gelenken	60 Min.	64,00 €
Breuß Massage Diese Massageform ist wirksam für alle Verspannungen und Blockaden im Bereich der Wirbelsäule. Sie wird vor der Dorn-Therapie empfohlen	30 Min.	30,00 €
Kältetherapie Kälteanwendung zur Behandlung von Schmerzen und Entzündungen	20 Min.	14,00 €
Schröpfmassage* Unterdruckmassage durch glockenförmige Gläser * nicht bei Einnahme von Blutverdünnern	20 Min.	30,00 €

Sie möchten genauere Informationen zu unseren Leistungen?
www.therapie-alexbad.de/leistungen

Therapie Zentrum

Unsere Heilmittel

Fördern Sie Ihren Stoffwechsel und Ihr Herz-Kreislauf-System mit einem Heilwasserbad. Unser Heilwasser in Bad Alexandersbad eignet sich mit seiner natürlichen Kohlensäure wunderbar für eine Trinkkur.

Beruhigen Sie mit einer Moorpackung Ihre Muskeln und Gelenke. Unser verwendetes Moor stammt aus einem Regenerationslager in Kleinwendern und aus dem Staatsbad Bad Steben.

Rezeptleistungen*

Heilwasser & Naturmoor

Heilwasserbad mit natürlicher Kohlensäure Vollbad in Bad Alexandersbader Heilwasser zur Förderung des Stoffwechsels und des Herz-Kreislauf-Systems	20 Min.	26,00 €
Moorteilpackung** Moor wird auf ein Körperteil zur Anregung des Stoffwechsels und zur Entspannung der Muskulatur aufgetragen (z.B. ein Knie, eine Schulter)	20 Min.	40,50 €
Moorgroßpackung** Moor wird auf mindestens 2 Körperteile zur Anregung des Stoffwechsels und zur Entspannung der Muskulatur aufgetragen (z.B. Rücken, Schultern)	20 Min.	47,80 €
Moorkneten oder -treten Durch Kneten oder Treten im warmen Moor entspannen Muskeln und Gelenke	20 Min.	15,40 €
Ansteigende Moorpackung** Langsam ansteigende Wärmeentwicklung durch die Moorpackung, die sich tief ins Innere des Körpers auswirkt, den Stoffwechsel anregt und die Muskulatur entspannt	20 Min.	22,50 €

*nach ärztlicher Verordnung / Unbedenklichkeitsbescheinigung
**in der Schwebeliege

Wir empfehlen bei Bädern und Packungen eine Nachruhezeit von 20 Minuten in unserem Ruheraum “Fuchsbau”.

Ihre Kur in
Bad Alexandersbad?
www.therapie-alexbad.de/kur

Bäder & Packungen & Massagen

Bäder

Aromaölbad Unterstützendes Bad mit speziellen Aromaölen zur Beruhigung der Sinne	20 Min.	29,00 €
Meersalzbad Wellnessbad mit Meersalz zur Versorgung des Körpers und vor allem der Haut mit wichtigen Mineralstoffen	20 Min.	29,00 €
Algenbad Wellnessbad mit Algen zur Entspannung und Regeneration des Körpers	20 Min.	29,00 €

Packungen*

*in der Schwebeliege

Nachtkerzenölpackung Verjüngung und Pflege der Haut durch die entzündungshemmende Wirkung des Nachtkerzenöls	20 Min.	29,00 €
Meersalzpackung Ausgleich für die Haut und Stärkung des Säureschutzmantels mit Hilfe von Meersalz	20 Min.	29,00 €
Meeresalgenpackung Entgiftung, Straffung und Verjüngung der Haut mit Hilfe von nährstoffreichen Meeresalgen	20 Min.	29,00 €

Wir empfehlen bei Bädern und Packungen eine Nachruhezeit von 20 Minuten in unserem Ruheraum "Fuchsbau".

Massagen

Entspannungsmassage Beruhigende Massage für Stressabbau und Erholung		
als Teilmassage	30 Min.	34,00 €
für den ganzen Körper	60 Min.	64,00 €
Aromaölmassage Massage mit unterstützendem Öl zur Beruhigung der Sinne		
als Teilmassage	30 Min.	37,00 €
für den ganzen Körper	60 Min.	67,00 €
Hot Stone Massage Unterstützung der Massage mithilfe von erwärmten Steinen (45 Grad Celsius), welche die Durchblutung fördern		
als Teilmassage	30 Min.	39,00 €
für den ganzen Körper	50 Min.	64,00 €
Sportmassage Spezielle Massage die der Verletzungsprophylaxe und der Regeneration dient	30 Min.	39,00 €

Therapie Zentrum

Wechselnde Angebote aus allen Abteilungen oder Bereichen des Therapie-Zentrums.

Spezial Angebote (zeitlich begrenzt)
www.therapie-alexbad.de/angebot

Für Sie & Ihn

Gesichtsbehandlungen

Kennenlernangebot Dr. Grandel "Ihre Beauty-Hour" (aus der Hydro Active Serie) Gesichtsreinigung, sanftes Peeling, Hyaluron Kapsel, Gesichtsmassage, Feuchtigkeitsampulle, kühlende Gesichtsmaske, Abschlusspflege für Augenpartie & Gesicht (nur einmalig buchbar)	60 Min.	49,00 €
Hydro Active Gesichtsreinigung, Enzympeeling, Feuchtigkeitsampulle, Gesichtsmassage, Augen- & Gesichtsmaske, Abschlusspflege für Augenpartie, Gesicht, Hals & Dekolleté (Feuchtigkeit)	90 Min.	79,00 €
Hydro Active Deluxe (inklusive Vliesmaske mit Hyaluron für sofortige Hautglättung)	115 Min.	104,00 €
Elements of Nature Gesichtsreinigung, verfeinerndes Fruchtsäurepeeling, Collagen Ampulle, Gesichtsmassage, Epigran-Konzentrat, Augen- & Gesichtsmaske, Abschlusspflege für Augenpartie, Gesicht, Hals & Dekolleté (Naturkosmetik für höchste Ansprüche)	90 Min.	84,00 €
Elements of Nature Deluxe (inkl. Aloe Vera Gel & Maske wirkt feuchtigkeitsspendend & beruhigend)	110 Min.	109,00 €
Timeless Gesichtsreinigung, Ferment Peeling, Hyaluron Ampulle, Augen- & Gesichtsmaske, Timeless-Konzentrat, Gesichtsmassage, Abschlusspflege für Augenpartie, Gesicht, Hals & Dekolleté (hochaktive Wirkstoffkombination der Buchenknospen)	100 Min.	89,00 €
Timeless Deluxe (Spezial-Maske, die die Wirkung der eingesetzten Wirkstoffe verstärkt, für einen kühlen, glatten & jugendlichen Teint)	120 Min.	114,00 €
Deep Cleansing Treatment Gesichtsreinigung, Ferment Peeling (feines & glattes Hautbild), AHA Peeling (regt Zellenerneuerung an), Mizellenwasser (beruhigend & porenverfeinernd), Softtonic (feuchtigkeitsspendend), Reinigungsmassage, individuelle Abschlusspflege (Tiefenreinigung für mehr Ausstrahlung)	60 Min.	59,00 €
Nur für Ihn Nacken- und Rückenmassage, Gesichtsreinigung, enzymisches Peeling, prof. Ausreinigung, feuchtigkeitsspendende Maske, kühlende Augenpads (oder Maske), Gesichtsmassage, Abschlusspflege	60 Min.	74,00 €

Für unsere Gesichtsbehandlungen verwenden wir ausschließlich hochwertige Produkte der Firma:

DR. GRANDEL
we know your skin.

Augenbehandlungen

Augenbrauen zupfen Formen und Säubern der Augenbrauen	15 Min.	12,00 €
Augenbrauen färben Färben der Augenbrauen im gewünschten Farbton	15 Min.	12,00 €
Augenbrauenlifting (Haltbarkeit 4-6 Wochen) Brauen werden in gewünschter Form längerfristig fixiert	20 Min.	40,00 €
Wimpern färben Färben der Wimpern und des Wimpernkranzes	20 Min.	14,00 €
Wimpernlifting* (Haltbarkeit 6-8 Wochen, je nach Wimpernwachstum) Wimpern werden mittels spezieller flacher Silikonkissen vom Ansatz nach oben gestreckt und wirken dadurch länger	30 Min.	45,00 €
Wimpern und Augenbrauen färben Kosmetisches Färben der Wimpern und Augenbrauen	30 Min.	22,00 €
All in One (Wimpern & Brauen) Augenbrauen durch Zupfen in Form bringen, Färben im gewünschten Farbton sowie Färben der Wimpern und des Wimpernkranzes	45 Min.	36,00 €
Wimpern- und Augenbrauenlifting* Inkl. Wimpern & Brauen Färben	45 Min. 60 Min.	80,00 € 105,00 €

*Wimpernlifting nicht zu empfehlen bei Schwangerschaft, Heuschnupfen, Allergien, Bindehautentzündung und während der Stillzeit

Schöne Augenblicke

Hand-/Fußbehandlungen

Maniküre Nagelhaut entfernen, Nägel kürzen - feilen - polieren, Nagelöl, Handmassage	35 Min.	29,00 €
mit Lack Auftragen eines Nagellacks nach individuellem Farbwunsch	50 Min.	34,00 €
mit UV-Lack Schnellere Trockenzeit, längere Haltbarkeit und kein Absplittern	50 Min.	39,00 €

Fußpflege Fußbad, Nägel kürzen & schleifen, Hornhautentfernung, Desinfektion, Hautpflege	40 Min.	29,00 €
mit Lack Auftragen eines Nagellacks nach individuellem Farbwunsch	55 Min.	34,00 €
mit UV-Lack Schnellere Trockenzeit, längere Haltbarkeit und kein Absplittern	55 Min.	39,00 €
Fußpflege Plus Fußbad, Nägel kürzen & schleifen, Entfernung von Druckstellen, Hornhautentfernung, mykotische Nägel abschleifen, Desinfektion, Hautpflege	60 Min.	39,00 €
mit Lack Plus Auftragen eines Nagellacks nach individuellem Farbwunsch	75 Min.	44,00 €
mit UV-Lack Plus Schnellere Trockenzeit, längere Haltbarkeit und kein Absplittern	75 Min.	49,00 €

Specials

Waxing		
Oberlippe	10 Min.	9,00 €
Beine	30 Min.	19,00 €
Gesicht (Oberlippe, Kinn, Gesichtsflaum)	20 Min.	29,00 €
kosmetische Lymphdrainage Gesicht, Arme, Beine	30 Min.	29,00 €

Pakete

Basische Woche		
1x BIA-Messung (inkl. Beratungsgespräch)*	30 Min.	
2x Heilwasserbad mit natürlicher Kohlensäure	20 Min.	
1x Meeresalgenpackung	20 Min.	
2x Entspannungsmassage	30 Min.	
2x Panoramabad & Sauna im ALEXBAD	je 180 Min.	199,00 €
Heilwasserbad		
1x BIA-Messung (inkl. Beratungsgespräch)*	30 Min.	
2x Heilwasserbad mit natürlicher Kohlensäure	je 20 Min.	
1x Nachtkerzenölpackung	20 Min.	
2x Entspannungsmassage	je 30 Min.	
2x Panoramabad & Sauna im ALEXBAD	je 180 Min.	199,00 €
Moor & more		
1x Moorgroßpackung	20 Min.	
1x Moorteilpackung	20 Min.	
2x Entspannungsmassage	je 30 Min.	
1x Fußreflexzonenmassage	25 Min.	
2x Panoramabad & Sauna im ALEXBAD	je 180 Min.	199,00 €
Fit & Gesund:		
1x BIA-Messung (inkl. Beratungsgespräch)*	30 Min.	
1x Probewoche Trainingspark		
1x Aromaölmassage	30 Min.	
1x Entspannungsmassage	30 Min.	
1x individuelle Gymnastik	20 Min.	
2x Panoramabad und Sauna im ALEXBAD	je 180 Min.	199,00 €

Die Pakete werden nach Ihrer Buchung individuell nach Ihren Wünschen zwischen 2-5 Tagen eingeplant und durchgeführt.

*Mit der BIA-Messung wird das Verhältnis von Muskeln, Fett und Wasser bestimmt und der Ernährungszustand bewertet.

Terminvereinbarung:

Vereinbaren Sie
Ihren Termin
bequem online.

www.therapie-alexbad.de/termin-vereinbaren

telefonisch:
09232 94 73 100

Montag + Mittwoch:
08:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 17:00 Uhr

Dienstag + Donnerstag:
10:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 18:00 Uhr

Freitag:
8:00 - 12:00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie Ihre Termine mit einer entsprechenden Vorlaufzeit von drei bis vier Wochen. Bei Absagen bis 24 Std. vorher fallen keine Stornogebühren an.

Therapie-Zentrum
Markgrafenstraße 28 | 95680 Bad Alexandersbad
09232 94 73 100 | therapie@alexbad.de

Das Therapie-Zentrum ist für alle Krankenkassen und für ambulante Vorsorgemaßnahmen zugelassen (gesetzlich und privat) . Bei Buchung von Therapie-Leistungen ohne Vorlage einer ärztlichen Verordnung müssen wir ihnen die gesetzliche MwSt in Rechnung stellen.

Therapie Zentrum

www.therapie-alexbad.de

Stand: 2-2023 | Änderungen vorbehalten!