



# Gesundheitsangebote

Dem Körper Gutes tun.



Kraft tanken in Bad Alexandersbad.



### **Therapie-Zentrum**

Markgrafenstraße 28 | 95680 Bad Alexandersbad  
+49 9232 94 73 100 | [therapie@alexbad.de](mailto:therapie@alexbad.de)

instagram: [therapie\\_zentrum\\_alexandersbad](#)  
facebook: [Therapie-Zentrum in Bad Alexandersbad](#)

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.



## Terminvereinbarung:

Montag + Mittwoch:  
08:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 15:00 Uhr

Dienstag + Donnerstag:  
10:00 - 12:00 Uhr | 14:00 - 17:00 Uhr

Freitag:  
8:00 - 12:00 Uhr

**telefonisch oder persönlich:**  
+49 9232 94 73 100



Vereinbaren Sie  
Ihren Termin  
bequem online.

[www.therapie-alexbad.de/termin-vereinbaren](http://www.therapie-alexbad.de/termin-vereinbaren)

Bitte vereinbaren Sie Ihre Termine mit einer entsprechenden Vorlaufzeit von drei bis vier Wochen. Absagen müssen mindestens 24 Stunden vor Terminbeginn erfolgen. Andernfalls fallen Stornogebühren in voller Höhe der gebuchten Leistungen an.

## Trainingszeiten:

Montag - Donnerstag:  
08:00 - 20:00 Uhr

Freitag:  
8:00 - 21:00 Uhr

Samstag + Sonntag:  
10:00 - 21:00 Uhr

**telefonisch:** +49 9232 94 73 10 11



## Trainingsgeräte:

Unsere elektronischen Trainingsgeräte bieten ein maßgeschneidertes Fitnesstraining für Kraft- oder Kraftausdauertraining. Der Bildschirm am Gerät gibt unmittelbar Rückmeldung über die ideale Trainingsgeschwindigkeit, den Bewegungsumfang, sowie weitere Daten. Alle Einstellungen werden auf Ihrer Chipkarte gespeichert, so dass Sie ihr Training jedes Mal reibungs-

los durchführen können. Nach der Anmeldung mit der Karte am jeweiligen Gerät können Sie direkt beginnen. Die Pause wird ebenso angezeigt wie der Beginn des nächsten Satzes. Eine Einweisung mit den individuellen Einstellungen über unsere computergestützte Software geht jedem weiteren Training voraus.

## Angebote & Preise

### Probetraining/ Einzeltraining

inkl. Erstellung meines persönlichen Trainingsplans & persönliche Betreuung

**25,00 Euro**

### Probewoche/ Trainingswoche

inkl. Erstellung meines persönlichen Trainingsplans & persönliche Betreuung

**35,00 Euro**

### Gangbildanalyse

Beobachtung und Analyse des Gangbildes

**10,00 Euro**

### Abos: (Preise/Monat)

**9 Monate**

**59,00 Euro**

**9 Monate inkl. ALEXBAD\***

**79,00 Euro**

**9 Monate Schüler-und Studententarif** (ab 16 Jahren)

**39,00 Euro**

**18 Monate**

**46,00 Euro**

**18 Monate inkl. ALEXBAD\***

**66,00 Euro**

**18 Monate Schüler-und Studententarif** (ab 16 Jahren)

**35,00 Euro**

\*unbegrenzte Nutzung des ALEXBAD zu den geltenden Öffnungszeiten

Für die Nutzung des Trainingsparks ist eine einmalige Einweisung an den Geräten erforderlich.

Wir bitten Sie, für das erste Training einen Termin mit unseren Trainern zu vereinbaren:

**+49 9232 94 73 10 11** oder **training@alexbad.de**

### Rezepttraining:

Mit einem laufenden Rezept im Therapiezentrum, können Sie zusätzlich den Trainingspark zu vergünstigten Konditionen nutzen. Für weitere Informationen, wenden Sie sich bitte an die Anmeldung: **+49 9232 94 73 100**

# Kursplan

Diese Kurse sind im Abovertrag enthalten:

**Montag**

**17.30 - 18.30 Uhr**  
**Gesunder Rücken\***  
mit Claudi Lehmann  
im Haus des Gastes

**18.45 - 19.45 Uhr**  
**Fitness-Mix\***  
mit Claudi Lehmann  
im Haus des Gastes

**Dienstag**

**19.30 - 19.45 Uhr**  
**Bauch intensiv**  
mit Carsten Buchta  
im Fuchsbau

**Mittwoch**

**Donnerstag**

**18.30 - 19.30 Uhr**  
**Gesunder Rücken\***  
mit Claudi Lehmann  
im Haus des Gastes

**Freitag**

\***Besonderheit:** ohne Abovertrag kostenpflichtig buchbar

## Kostenpflichtige Kurse:

**Montag**

**18.30 - 19.45 Uhr**  
**Indoor Cycling\***  
mit Markus Günzel  
im blauen Salon  
ALEXBAD

**Dienstag**

**13.00 - 13.45 Uhr**  
**Aqua-Fit**  
mit Claudi Lehmann  
im Panoramabad  
ALEXBAD

**Mittwoch**

**13.00 - 13.45 Uhr**  
**Aqua-Fit**  
mit Mona Titzmann  
im Panoramabad  
ALEXBAD

**Donnerstag**

**18.30 - 19.45 Uhr**  
**Indoor Cycling\***  
mit Markus Günzel  
im blauen Salon  
ALEXBAD

**Freitag**

**18.30 - 19.45 Uhr**  
**Indoor Cycling\***  
mit Sabine Galimbis  
im blauen Salon  
ALEXBAD

\***Sommerpause Indoor Cycling:** April bis September

Alle aktuellen Kurse finden Sie auf unserer Website: [www.therapie-alexbad.de/trainingspark/](http://www.therapie-alexbad.de/trainingspark/)

## Kursbeschreibung

### Gesunder Rücken

- Für Anfänger geeignet
- Training der Tiefenmuskulatur für eine stabile Wirbelsäule
- Kräftigung von Bauch- und Rückenmuskulatur
- Dehnung und Entspannung am Kursende
- Für einen gesünderen Rücken

Einzelkarte: **8,00€**  
10er Karte: **75€**

### Fitness-Mix

- Fitness-Mix für alle Levels geeignet
- Kraft- & Ausdauertraining mit Rumpfstärkung
- Bewegen aller Gelenke und der Wirbelsäule
- Dehnung und Entspannung am Kursende

Einzelkarte: **8,00€**  
10er Karte: **75€**

### Aqua-Fit

- Kraft- und Ausdauertraining im Wasser
- Verwendung von Wassernudeln, Hanteln, usw.
- Spaßorientiertes, gelenkschonendes, Ganzkörpertraining
- Effektive Methode zur Fitnesssteigerung

Einzelkarte: **10€**  
10er Karte: **95€**

### Indoor Cycling

- Kollektives Radeln zur Musik
- Abwechslungsreiches Tempo & Streckenprofil
- Effektive Cardio-Übung
- Hoher Kalorienverbrauch
- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Musikgetriebenes Gruppentraining mit Spaßfaktor

Einzelkarte: **8€**  
10er Karte: **75€**

#### Teilnahme an unseren Kursen:

Der Eintritt in diese Kurse ist jederzeit möglich. Bitte **eigene Matte und großes Saunatuch** zum „Gesunden Rücken“ und zum „Fitness-Mix“ mitbringen. Für das „Indoor Cycling“ empfehlen wir eine Radlerhose, feste Schuhe und ein Getränk.

**Anmeldung für alle Kurse notwendig: +49 9232 94 73 10 11**



## Kursbeschreibung

### Trocken-/Hockergymnastik

- gezieltes Beweglichkeits- und Krafttraining
- speziell für orthopädische Erkrankungen
- mit Unterstützung von Kleingeräten wie Thera-Bändern, Hanteln und Pilates-Bällen
  
- Sportsachen und Turnmatte mitbringen (keine Umkleiden vorhanden)
- Ort: Haus des Gastes

### Wassergymnastik

- gezieltes Beweglichkeits- und Krafttraining im Wasser
- speziell für orthopädische Erkrankungen
- gelenkschonende Gymnastik
  
- Schwimmsachen und 5,00€ Pfand mitbringen
- Treffpunkt zum Kursbeginn im Schwimmbecken
- Ort: ALEXBAD





Rezeptleistungen\*

## Kursplan Reha-Sport

### Dienstag

08.30 - 09.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

09.30 - 10.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

12.00 - 12.45 Uhr  
**Wassergymnastik**

12.30 - 13.15 Uhr  
**Trockengymnastik**

14.30 - 15.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

15.30 - 16.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

16.30 - 17.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

17.30 - 18.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

18.30 - 19.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

### Mittwoch

08.30 - 09.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

09.30 - 10.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

10.30 - 11.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

11.30 - 12.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

15.30 - 16.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

16.30 - 17.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

17.30 - 18.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

### Donnerstag

08.30 - 09.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

09.30 - 10.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

10.30 - 11.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

13.00 - 13.45 Uhr  
**Wassergymnastik**

14.30 - 15.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

15.00 - 15.45 Uhr  
**Hockergymnastik**

15.30 - 16.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

16.00 - 16.45 Uhr  
**Trockengymnastik**

16.30 - 17.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

17.15 - 18.00 Uhr  
**Trockengymnastik**

17.30 - 18.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

18.30 - 19.15 Uhr  
**Wassergymnastik**

\*Teilnahme nur mit gültiger ärztlicher Verordnung und in fest zugeteilten Gruppen



**Aktueller Kursplan  
auf unserer Website.**

[www.therapie-alexbad.de/trainingspark/](http://www.therapie-alexbad.de/trainingspark/)

## 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

20 - 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 unterstützend für das Lymphsystem  
einzeln oder als Gruppe möglich

30 Min.

### **Manuelle Therapie (auch CMD-Kiefergelenkstherapie)**

Ziel ist die Wiederherstellung des Zusammenspiels 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.

### **Kältetherapie**

Kälteanwendung zur Behandlung von Schmerzen und Entzündungen

20 Min.

\*nach ärztlicher Verordnung/Unbedenklichkeitsbescheinigung

<b>Rotlicht</b> (dient der Vorbereitung) Spezielle kreislaufschonende Wärmetherapie mithilfe von Infrarotbestrahlung zur besseren Durchblutung	20 Min.
<b>Osteopathie</b> Ganzheitliche Behandlungsmethode zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Körpers Erstbehandlung	45 Min. 60 Min.

## Specials

<b>Physiotraining</b> Individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt, kommen mobilisierende, dehnende, kräftigende und aktive Maßnahmen, sowie bei Bedarf auch entspannende Griffen zum Einsatz	20 Min. 45 Min.	29,00 € 59,00 €
<b>Fußreflexzonenmassage</b> Entspannende Druckpunktmassage zur Stimulation von erkrankten Körperbereichen und Organen	30 Min.	35,00 €
<b>Kinesio Taping</b> Spezielles dehnbare Material, das mithilfe bestimmter Techniken je nach Bedarf den Körper gezielt unterstützen kann	ab 10 Min.	ab 10,00 €
<b>Triggerpunktbehandlung</b> Durch die Behandlung bestimmter Körperpunkte werden Muskelverspannungen punktuell gelöst	25 Min.	39,00 €
<b>Behandlung nach Dorn</b> Spezielle manuelle Wirbel- und Gelenkbehandlungen, die Fehlstellungen sanft korrigiert	50 Min.	64,00 €
<b>Breuß Massage</b> Diese Massageform ist wirksam für alle Verspannungen und Blockaden im Bereich der Wirbelsäule. Sie wird vor der Dorn-Therapie empfohlen (inkl. Johanniskraut und Seidenpapier)	20 Min.	30,00 €
<b>Schröpfmassage*</b> Unterdruckmassage durch glockenförmige Gläser * nicht bei Einnahme von Blutverdünnern	20 Min.	30,00 €



**Physiotherapie für  
Kinder und Jugendliche.**  
[www.therapie-alexbad.de/kinderphysio](http://www.therapie-alexbad.de/kinderphysio)





## Kur in Bad Alexandersbad

Bad Alexandersbad ist ein anerkannter Kurort mit Mineral- und Moorheilbad, der ambulante Kuren anbietet. Unsere örtlichen Badeärzte sind Experten für die Wirkungsweise unserer Heilmittel und erstellen individuelle Behandlungspläne für Sie. Nebenbei können Sie in Bad Alexandersbad und der Region viele Aktivitäten erleben. Das Fichtelgebirge ist bekannt für seine

vielfältigen Wandermöglichkeiten und Radwege, die teilweise direkt am Kurhaus starten. Im naheliegenden Wunsiedel, finden Sie das älteste Freilichttheater Deutschlands und das größte Felsenlabyrinth Europas. Im Haus selbst können Sie im ALEXBAD, dem kleinsten Heilbad Bayerns, entspannen oder regionale Speisen im Bistro Holly genießen.

## Was ist eine ambulante Kur?

Eine Kur kann jeder beantragen, dem seine Gesundheit am Herzen liegt. Die ambulante Vorsorgekur, die auch als offene Badekur bekannt ist, bietet eine optimale

Kombination aus Erholung und medizinischer Vorsorge. Sie gibt Ihnen die Möglichkeit neue Kraft zu tanken und wieder rundum fit zu werden.

### Allgemeines

- **Hauptziel:** Vorsorge
- Patient wählt Kurort und Kurarzt aus
- Patient kümmert sich selbst um Unterkunft und Verpflegung
- **Voraussetzungen:**
  - ambulante Maßnahmen am Wohnort sind ausgeschöpft
  - Vorsorgekur muss in anerkannten Kurort stattfinden
  - letzte Kur ist mind. 3 Jahre her
- **Dauer:** 2 - 3 Wochen (Verlängerung möglich)

### Kosten

- **Krankenkasse**
  - 100% der Kosten für ärztliche Behandlungen
  - 90% der Kurmittelkosten
  - Zuschuss zu den übrigen Kosten (bis max. 16 € pro Tag)
- **Eigenbeteiligung:**
  - 10% der Kosten für vom Kurarzt verordneten Kurmittel
  - 10€ Rezeptgebühr



**Ihre Kur in  
Bad Alexandersbad.**  
[www.therapie-alexbad.de/kur](http://www.therapie-alexbad.de/kur)





## 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.

48,00 €

### Moorkneten oder -treten

Durch Kneten oder Treten im warmen Moor entspannen Muskeln und Gelenke

20 Min.

22,00 €

### 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".



Sie möchten genauere Informationen  
zu unseren Leistungen?  
[www.therapie-alexbad.de/leistungen](http://www.therapie-alexbad.de/leistungen)

# Bäder & Packungen & Massagen

## Bäder

### Aromaölbäd

Unterstützendes Bad mit speziellen Aromaölen zur Beruhigung der Sinne

20 Min.

29,00 €

### Meersalzbad

Wellnessbad mit Meersalz zur Versorgung des Körpers und 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  
für den ganzen Körper

25 Min.

34,00 €

50 Min.

64,00 €

### Aromaölmassage

Massage mit unterstützendem Öl zur Beruhigung der Sinne  
als Teilmassage  
für den ganzen Körper

25 Min.

37,00 €

50 Min.

67,00 €

### Hot Stone Massage

Unterstützung der Massage mithilfe von erwärmten Steinen (45 Grad Celsius), welche die Durchblutung fördern

als Teilmassage  
für den ganzen Körper

30 Min.

45,00 €

50 Min.

69,00 €





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

**Spezial Angebot** (zeitlich begrenzt)  
[www.therapie-alexbad.de/angebot](http://www.therapie-alexbad.de/angebot)

## Gesichtsbehandlungen

### Beauty-Hour (Kennenlernbehandlung)

Gesichtsreinigung, sanftes Peeling, Hyaluron Kapsel, Brauenkorrektur, Feuchtigkeitsampulle, individuelle Gesichtsmaske, Gesichtsmassage, Abschlusspflege (nur einmalig buchbar) 50 Min. 49,00 €

### Sensicode (parfümfrei - stärkt Hautbarriere und mindert Rötungen)

Sanfte Gesichtereinigung mit Cleansing Balm, Soft Tonic, Ferment-Peeling, Sensicode Ampulle, Gesichts- und Dekolleté Massage mit Sensicode Öl-Serum, Calming Softmask, Abschlusspflege 60 Min. 69,00 €

### Glow-Behandlung (Time to shine)

Gesichtsreinigung, verfeinerndes AHA-Peeling, aktivierende Deep Cleansing massage, DR. GRANDEL Glow Ampulle, Abschlusspflege 40 Min. 54,00 €

### Deep Cleansing Treatment (Tiefenreinigung für mehr Ausstrahlung)

Gesichtsreinigung, Ferment Peeling, AHA Peeling, Ausreinigung, Mizellenwasser, Softtonic, Reinigungsmassage, individuelle Abschlusspflege 60 Min. 64,00 €

### Hydro Active (Feuchtigkeit Pur)

Gesichtsreinigung, Gesichtspeeling (auf die Haut abgestimmt), Ausreinigung und Brauenkorrektur, Feuchtigkeitsampulle, durchfeuchtende Hyaluronmaske oder Algenmodellage, Gesichts-, Hals- und Dekolletémassage, Abschlusspflege 90 Min.\* 89,00 €

### Smart Nature (Naturkosmetik für höchste Ansprüche)

Gesichtsreinigung, Schaumpeeling, Ausreinigung und Brauenkorrektur, Epigran-Konzentrat, Massage mit Zirbenholzkugeln, Collagen Boost Ampulle, Aloe Vera Maske, Abschlusspflege 90 Min.\* 94,00 €

### Timeless (Zeitlos schön)

Gesichtsreinigung, verfeinerndes Fruchtsäurepeeling, Ausreinigung und Brauenkorrektur, Retinol Ampulle, straffende und glättende Maske, Contour Lift Ampulle, Gesichts-, Hals- und Dekolletémassage, Abschlusspflege 90 Min.\* 99,00 €

### High Excellence (Hightech Kosmetik)

Gesichtsreinigung, Ferment-Peeling, Ausreinigung, Brauenkorrektur, Oil in One Ampulle, straffende Augenmassage mit Diamant Tool, High Advanced Ampulle, straffende Zupfmassage, Better Aging Maske, Abschlusspflege 100 Min. 120,00 €

### Nur für Ihn

Gesichtsreinigung, enzymatisches Peeling, Ausreinigung, feuchtigkeitsspendende Maske, kühlende Augenpads, Gesichtsmassage, Abschlusspflege 40 Min. 54,00 €  
inklusive Nacken- und Rückenmassage 60 Min. 74,00 €

\*75 Min Behandlung und 15 Min Beratung und Nachruhe

## Specials

<b>Revitalizing Eye Pads**</b> Kühlende Vliespads (schwellen ab und spenden Feuchtigkeit)		5,00 €
<b>Hyaluron Vliesmaske**</b> Glättende, kühlende Gesichtsmaske		10,00 €
<b>Algenmodellage**</b> Beruhigende und kühlende Okklusivmaske, spendet Feuchtigkeit- Wow-Effekt		8,00 €
<b>Better Aging Mask**</b> Straft und glättet (Faltenkiller)		8,00 €
<b>Hautanalyse (Ionto)</b> Messung von Hautfeuchtigkeit, Elastizität, Akne, Falten, Porengröße und Melaningehalt (Einzelnen oder vor einer Kosmetikbehandlung buchbar)	20 Min.	25,00 €
<b>Waxing</b>		
Oberlippe	10 Min.	9,00 €
Unterschenkel	20 Min.	15,00 €
Oberschenkel	20 Min.	15,00 €

## Augenbehandlungen

<b>Augenbrauen zupfen</b> Formen und Säubern der Augenbrauen		14,00 €
<b>Augenbrauen färben</b> Färben der Augenbrauen im gewünschten Farbton		14,00 €
<b>Wimpern färben</b> Färben der Wimpern und des Wimpernkranzes	20 Min.	16,00 €
<b>Wimpernlifting*</b> (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 €
<b>Wimpern und Augenbrauen färben</b> Kosmetisches Färben der Wimpern und Augenbrauen	30 Min.	24,00 €

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

\*\*Nur als Add on zu einer Behandlung buchbar

DR. GRANDEL  
we know your skin.

arabesque  
MY MAKE-UP COLORS

PHYRIS



## Maniküre & Pediküre

### Maniküre

Nagelhaut entfernen, Nägel kürzen, feilen, polieren, Nagelöl, Handmassage 40 Min. 32,00 €

#### mit Lack

Auftragen eines Nagellacks nach individuellem Farbwunsch 60 Min. 37,00 €

#### mit Alessandro Striplac

3 Wochen Haltbarkeit ohne Absplittern, sofort trocken, Verhärtung mittels UV-LED Lampe 50 Min. 42,00€

### Pediküre

Fußbad, Nägel kürzen & schleifen, Hornhautentfernung, Desinfektion, Fußmassage  
als Fußpflege - Neukunde bitte Pediküre Plus buchen 40 Min. 32,00 €

#### mit Lack

Auftragen eines Nagellacks nach individuellem Farbwunsch 60 Min. 37,00 €

#### mit UV-Lack

Schnellere Trockenzeit, längere Haltbarkeit und kein Absplittern 60 Min. 42,00 €

### Pediküre Plus (inklusive Anamnese)

Jeder Neukunde und buchbar bei  
Entfernung von Druckstellen  
Abschleifen mykotischer Nägel  
Entfernung von Hühneraugen 60 Min. 42,00 €

#### mit Lack Plus

Auftragen eines Nagellacks nach individuellem Farbwunsch 80 Min. 47,00 €

#### mit UV-Lack Plus

Schnellere Trockenzeit, längere Haltbarkeit und kein Absplittern 80 Min. 52,00 €



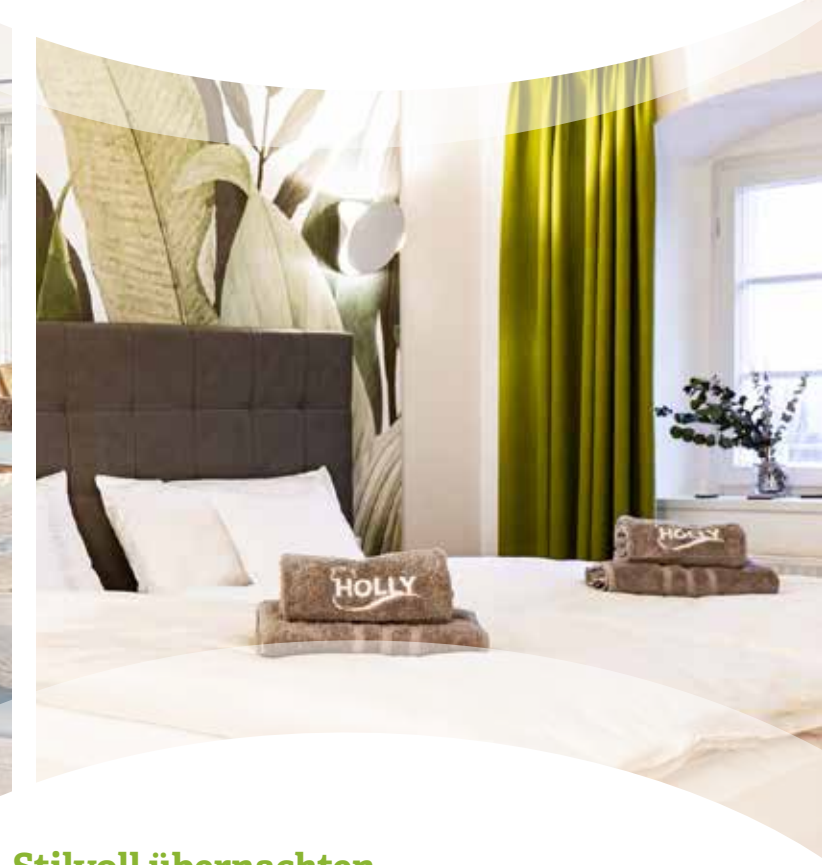


Unser  
Angebot:



### Genussvoll speisen

- individuelles Frühstück
- Kaffee und Kuchen
- Snacks und warme Speisen



Stilvoll übernachten  
im Alten Kurhaus

### Familien- und Firmenevents

- Bistro/Café mit über 50 Sitzplätzen
- Kinderbistro mit Spielturm
- Festsaal Königin Luise mit 164 m<sup>2</sup>





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

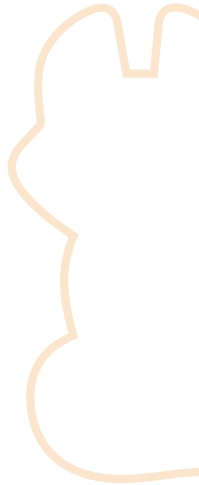
Das kleinste bayerische Heilbad in Bad Alexandersbad steht für Gesundheitsvorsorge und Prävention. Mit der Bertold und Brigitte Hollering-Stiftung wurde im Alten Kurhaus der Grundstein für die Entwicklung des **Osteopathischen Kinder-Zentrums Filumi** gelegt. Hier werden schwerkranke und schwerbehinderte 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*





## **Therapie-Zentrum**

Markgrafenstraße 28 | 95680 Bad Alexandersbad

+49 9232 94 73 100 | [therapie@alexbad.de](mailto: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.

