

## SPRINGTIME – Neue Energie tanken



Tanken Sie neue Energie!  
Wir bieten Ihnen zwei Sonderarrangements.

„SPRINGTIME“: 2 Übernachtungen mit Frühstücksbüfett und Halbpension | 1 Obstteller auf dem Zimmer | 1 Begrüßungscocktail | 1 ätherisches Ölbad in den Hieronymus-Bosch-Badestuben (20 Minuten) | 1 Ganzkörperpeeling (20 Minuten) | 1 Gesichtsmassage (15 Minuten) | ganztags Mineralwasser (Mahlzeiten ausgenommen) | Nutzung eines Bademantels | Nutzung von Schwimmbad, Sauna und Dampfbad. 199,- € pro Person, kein EZ-Zuschlag.

„SPRINGTIME“ mit 6 Übernachtungen, Leistungen wie vor. Zusätzlich bieten wir Ihnen an einem Nachmittag Kaffee und Kuchen. 459,- € pro Person, kein EZ-Zuschlag.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe),  
Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 199,- EUR pro Person

## Vom Nägelbeißen befreit!



14 Übernachtungen mit Halbpension (3-Gang-Wahlmenü nach Wunsch mittags oder abends, freitags ein reichhaltiges kalt-warmes Buffet am Abend), 3 Hypnosebehandlungen (jeweils 30 - 40 Min.) in Einzeltherapie nach vorherigem Aufklärungsgespräch bei einem Heilpraktiker & Hypnosetherapeuten zur Hilfestellung für alle, die vom Nägelbeißen befreit werden möchten. Dieses Angebot ist auch an Kinder ab drei Jahren gerichtet. Die Hypnosebehandlung hilft dabei, die Ursachen für das Nägelbeißen zu ergründen und zu lernen, mit auftretenden Spannungen umzugehen. Weitere Anwendungen: 2 ayurvedische Kopfmassagen und Möglichkeiten zum täglichen Wassertreten, Wandern über den Barfußpfad (saisonbedingt), Nutzung von Hallenbad, Sauna, Dampfbad, Ruhebereich, Whirlwanne und Bademantel. Für Kinder: Tischtennis, Billard und Kicker.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe),  
Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 1.185,- EUR pro Person

# Atem holen

zwischen Himmel & Elbe



## HitzackerKur



## Unsere Angebote 2017

### Planen Sie mit uns auch Ihre ambulante Vorsorgekur

Eine ambulante Vorsorgekur im Kneipp-Kurort Hitzacker wird empfohlen bei:

- Herz- & Gefäßerkrankungen
- Erkrankungen der Haltungs- & Bewegungsorgane
- Stoffwechselstörungen (Diabetes, Übergewicht)
- psychosomatische Erschöpfungszustände
- allgemeine Schwächezustände
- Rekonvaleszenz

Informationen zur Kur erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse oder unserem Badearzt.

Wir informieren Sie und helfen Ihnen auf dem Weg zu Ihrer individuellen Kur:

### Kur- und Touristinformation Hitzacker

Am Markt 7  
29456 Hitzacker (Elbe)  
Tel. 05862 - 9 69 70  
touristinfo@hitzacker.de

### Badearzt Dr. Christoph Schmieta

Lanke 16  
29456 Hitzacker (Elbe)  
Tel. 05862 - 3 67

## HitzackerKur



Weitere Informationen unter:  
[www.hitzacker-kur.de](http://www.hitzacker-kur.de)



### Endlich rauchfrei!



„Endlich rauchfrei!“, der Gesundheit zu Liebe.

14 Übernachtungen mit Halbpension (3-Gang-Wahlmenü nach Wunsch, freitags kalt-warmes Buffet am Abend), 3 Hypnosebehandlungen (jeweils 30 - 40 Min.) in Einzeltherapie nach vorherigem Aufklärungsgespräch bei einem Heilpraktiker & Hypnosetherapeuten zur Hilfestellung für alle, die gern rauchfrei werden möchten. Die Hypnosebehandlung aktiviert Ihre eigenen Selbstheilungskräfte. Weitere Anwendungen: 2 ayurvedische Kopfmassagen, Aqua-Fitness unter Anleitung und Möglichkeiten zu u.a. täglich Wassertreten mit anschließendem Gang über den Barfußpfad (saisonbedingt), Nutzung von Hallenbad, Sauna, Dampfbad, Ruhebereich, Whirlwanne und eines Bademantels.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe),  
Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de,  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 1.215,- EUR pro Person

### Fasten-Reiten & Fasten-Wandern



Fasten ist eine umfassende Gesundheitsvorsorge, bei der unser Herz-, Kreislauf- und Bewegungsapparat entlastet, Gefäßablagerungen abgebaut, Giftstoffe ausgeschieden und nebenbei auch noch überflüssiges Gewicht abgebaut wird. In einer Gruppe von maximal 15 Personen werden Sie professionell beim Ausritt oder Wandern betreut. Innerhalb des Rahmenprogrammes machen Reitanfänger erste Schritte, Wiedereinsteiger werden sicher auf dem Pferderücken, erfahrene Reiter erobern das weitläufige Gelände des Biosphärenreservates "Niedersächsische Elbtal" zu Pferde und Wanderer machen es ihm gleich auf Schuster's Rappen. Fastenwoche mit 7 Übernachtungen. Unterbringung und Fastenverpflegung erfolgt im Landhotel Hitzacker im OT Wietetze, nur einige Kilometer vom Ortskern Hitzackers entfernt. Termine: 3. - 10.09. | 17. - 24.09. | 5. - 12.11.2017.

Landhotel Hitzacker, Landesstr. 8, 29456 Hitzacker (Elbe),  
Tel. 05858 - 7 86, info@pferdeschulze.de,  
www.fasten-und-reiten.de

ab 645,- EUR pro Person

## Fit sein und fit bleiben!

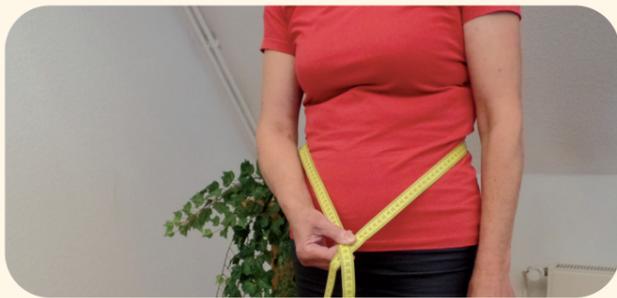


Aktive Pause! Manchmal muss man ausspannen und neue Kraft tanken. Frische Luft. Klares Wasser. Entspannende Massagen oder die Seele baumeln lassen. Gönnen Sie es sich! 10x Übernachtung im Wohlfühlzimmer mit DU, WC, Satelliten TV, Telefon. Zur Begrüßung 1 Flasche Mineralwasser und frisches Obst im Zimmer | Frühstück vom Büfett mit Bio-Säften | Halbpension leichte Kost oder vegetarisch | Gesundheitsscheck vom Badearzt (wir vereinbaren für Sie den Termin) | 9x Kneippanwendungen nach Indikation | 1x Lomi Lomi Nui, hawaiianische Tempelmassage (60 Minuten) löst Blockaden und die Lebensenergie kommt wieder in Fluss | Barfußgehen am frühen Morgen im Hotelgarten oder im benachbarten Kneipp-Garten | Luftbäder mit Panoramablick auf die Elbe.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 880,- EUR pro Person

## Schön schlank!



21 Übernachtungen mit Halbpension (gesunde & kalorienreduzierte Kost), 3 Hypnosebehandlungen (jeweils 30 - 40 Min.) in Einzeltherapie nach vorherigem Aufklärungsgespräch bei einem Heilpraktiker & Hypnosetherapeuten zur Hilfestellung für alle, die Gewichts- und Essproblemen entgegenwirken möchten. Die Hypnosebehandlung hilft Ihnen dabei, dem „Essen“ den Stellenwert zu geben, der ihm zukommt: Sich sättigen, neue Energie zuführen und Zeit zum Genießen haben. Weitere Anwendungen: 3 Ganzkörpermassagen und Möglichkeiten zu Aqua-Fitness, Fahrradfahren, Nordic-Walking, täglich Wassertreten & Wandern über den Barfußpfad (saisonbedingt), Nutzung von Leihfahrrädern, Nordic-Walking Stöcken, Hallenbad, Sauna, Dampfbad und eines Bademantels.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de,  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 1.750,- EUR pro Person

## Gesund und fit mit Kneipp



3 Übernachtungen | Vital-Frühstück vom Büfett | Halbpension leicht oder vegetarisch | Tautreten im Hotelgarten / stilles Wasser und Bademantel im Zimmer | Gesichtsguss nach Kneipp | Rückenmassage | Sauna | Wechselfußbäder | Knieguss und Wassertreten (saisonbedingt).

Hotel Waldfrieden, Weinbergsweg 25, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 9 67 20, post@hotel-waldfrieden.info  
www.hotel-waldfrieden.info

ab 298,- EUR pro Person

## Schlafe gut



14 Übernachtungen mit Halbpension, 3 medizinische Hypnosebehandlungen (jeweils 30-40 Min.) in Einzeltherapie nach vorherigem Aufklärungsgespräch bei einem Heilpraktiker & Hypnosetherapeuten zur Hilfestellung für alle, die unter Schlafstörungen leiden. Die häufigste Form der Schlafstörung ist stressbedingt. Nicht abgebauter Stress und ständige Sorgen um den morgigen Tag und die Zukunft können zu Einschlafstörungen führen und ein erholsames Durchschlafen verhindern. In der medizinischen Hypnosebehandlung kann sich für Patienten mit Schlafstörungen wieder eine Tür öffnen und ein Erholungsprozess eingeleitet werden. Im Rahmen der Behandlung wird eigens für Sie eine Selbsthypnose erarbeitet, die Sie zu Hause vor dem Schlafengehen anwenden können. Weitere Anwendungen: Täglich Wassertreten mit anschließendem Gang über den Barfußpfad (saisonbedingt), 2x Aqua-Fitness im hoteleigenen Pool, Lavendelkissen für die Nacht auf Wunsch, beruhigender Melissentee aus dem Kräutergarten, Nutzung von Leihfahrrädern, Nordic-Walking Stöcken, Hallenbad, Sauna, Dampfbad und eines Bademantels, täglich eine Flasche Wasser nach Wunsch auf dem Zimmer.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de,  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 1.160,- EUR pro Person

Verlängerungswoche mit 2 zusätzlichen medizinischen Hypnosebehandlungen ab 580,- € pro Person.

## Kleine Auszeit – 4 Tage ausspannen mit Kneipp



4 Übernachtungen | Vital-Frühstück vom Büfett | Halbpension leicht oder vegetarisch | Tautreten im Hotelgarten | Wassertreten im Kneipp-Kur-Garten (saisonbedingt) | Entspannungsmassage | Whirlwanne | Sauna | Wechselfußbäder | stilles Wasser und Bademantel im Zimmer.

Hotel Waldfrieden, Weinbergsweg 25, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 9 67 20, post@hotel-waldfrieden.info  
www.hotel-waldfrieden.info

ab 289,- EUR pro Person

## Linderung bei Migräne



14 Übernachtungen mit Halbpension, 3 medizinische Hypnosebehandlungen (jeweils 30-40 Min.) in Einzeltherapie nach vorherigem Aufklärungsgespräch bei einem Heilpraktiker & Hypnosetherapeuten zur Hilfestellung für alle, die unter Migräne leiden. Allein in Deutschland leiden ungefähr 10 Millionen Menschen an Migräne. Betroffen sind ca. 6 % aller Männer und 12 % aller Frauen. Psychologen der Universität in Jena fanden an Hand von Gehirnbildern heraus, dass man in Hypnose die Schmerzverarbeitung im Gehirn blockieren kann. Durch diesen direkten Zugang können die Ursachen gezielt aufgedeckt, verarbeitet und aufgelöst werden. Die Hypnosebehandlung kann Ihnen dabei helfen, Ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren, um auftretende Schmerzen zu kontrollieren, lästige Gewohnheiten zu verändern und die Schlafqualität zu verbessern. Denn ein wesentlicher Satz aus der Kopfschmerztherapie lautet: „Vor der Migräne kommt die Verspannung“. Weitere Anwendungen: 2x ayurvedische Kopfmassage, täglich Wassertreten mit anschließendem Gang über den Barfußpfad (saisonbedingt), 4x Aqua-Fitness, täglich eine Flasche Wasser nach Wunsch auf dem Zimmer, ätherische Öle zur Entspannung.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de,  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 1.190,- EUR pro Person

## Kneipp-Schnupperkurs



7 Übernachtungen mit Halbpension (3-Gang-Wahlmenü nach Wunsch mittags oder abends, freitags ein reichhaltiges kalt-warmes Buffet am Abend) | 1 ärztliche Beratung | 8 kneippsche Anwendungen nach Indikation | 2 Teilmassagen | 2x Aqua-Fitness | täglich Wassertreten und Wandern über den Barfußpfad (saisonbedingt) | Nutzung von Hallenbad, Sauna, Dampfbad, Ruhebereich, Whirlwanne und eines Bademantels. Empfohlener Anreisetag: Sonntag.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 635,- EUR pro Person

## Schönere Beine – Besserung bei lästigen Krampfadern und Besenreisern



7 Übernachtungen mit Halbpension, Empfang mit einem Vital-Cocktail, täglich gesunde leichte Kost, einführendes Gespräch mit einem Heilpraktiker & Blutegeltherapeuten mit anschließender Blutegeltherapie (Dauer 1,5 - 2 Std.). TIPP zur Therapie-Vorbereitung: Nicht cremen, salben oder parfümieren! Die Blutegel reagieren darauf sehr sensibel und verweigern ihre „Mithilfe“. Bei Erfordernis bis zu 24 Stunden-Verband und professionelle Nachsorge. Die Blutegeltherapie ist seit Jahrhunderten als Naturheilverfahren etabliert und steht inzwischen als moderne Behandlung mit breitem Wirkungsspektrum und guter Verträglichkeit zur Verfügung. Verwendet werden ausschließlich Zucht-Blutegel mit Arzneimittelzulassung. Weitere Anwendungen vor Beginn der Blutegeltherapie: Aqua-Fitness unter Anleitung und Möglichkeiten zum Wandern, Nord-Walking, Radfahren, täglich Wassertreten mit anschließendem Gang über den Barfußpfad (saisonbedingt), Nutzung von Leihfahrrädern, Nordic-Walking Stöcken, Hallenbad und eines Bademantels.

Parkhotel Hitzacker, Am Kurpark 3, 29456 Hitzacker (Elbe), Tel. 05862 - 97 70, parkhotel@hitzacker.de,  
www.parkhotel-hitzacker.de

ab 745,- EUR pro Person