

Well-Aktiv: Gesundheit und Erholung mit der BKK ProVita

BKK PräventionPlus

www.bkk-provita.de

Well-Aktiv Informationen – Programmbeschreibung	3
Bad Bergzabern – Genieß den Süden der Pfalz	4
Bad Dürrenberg – Die Landerlebniswelt im staatlich anerkannten Erholungsort	5
Bad Salzschlirf – Aktiv erleben – Gesundheit erfahren E	6
Bad Schönborn – ...MEINE NATUR – aktiv und entspannt!	7
Bad Tabarz – Aktiv im Thüringer Wald	8
Bergisch Gladbach – Das Bergische	9
Binz auf Rügen – Dünenpark E	10
Borkum / Nordsee – Ruhig inmitten der Wogen E	11
Masserberg – Wanderparadies Naturpark Thüringer Wald E	12
Much – Das Bergische	13
Warnemünde – Schiffe gucken und frische Brise – Ihre Auszeit an der Ostsee!	14
Weissenhäuser Strand – Ihr Ferien- und Freizeitpark am Meer 	15
Reiserücktritt / Stornierung / Umbuchung / Verlängerungen	18
Anmelden – so einfach geht das!	18
Anmelde-Coupon	19

E = Hier werden besondere Ernährungsformen angeboten.

 = Kostenpflichtige Kinderbetreuung wird angeboten.



Well-Aktiv Informationen der BKK ProVita

4- bis 5-tägige Kompaktprogramme zur Prävention

Jeder Versicherte ab 14 Jahren kann dieses Angebot nutzen und einmal jährlich an einem Kompaktprogramm teilnehmen. Die Kompaktprogramme finden über einen Zeitraum von 4 bis 5 Tagen mit 3 bis 4 Übernachtungen statt. Sie bestehen jeweils aus einem bzw. zwei Präventionskursen, z. B. „QiGong“ und/oder „Nordic Walking“ oder „Autogenes Training“ und/oder „Aqua Fitness“.

Die Programme mit 1 Kurs beinhalten jeweils 10 Einheiten á 45 Minuten. In den 2-Kurs-Programmen werden zwei Themen vermittelt – mit je 8, also insgesamt 16 Einheiten á 45 Minuten. Beide genügen, wie gewohnt, höchsten Ansprüchen.

Die Kompaktprogramme sind eingetragene Präventionsmaßnahmen und nach § 20 Sozialgesetzbuch V bezuschungsfähig. Voraussetzung für die Kostenübernahme ist die Teilnahme am Gesundheitsprogramm.

Bitte beachten Sie: **Die Well-Aktiv-Programme** sollen Sie dabei unterstützen, Ihre Gesundheit zu erhalten. Für die Behandlung vorhandener Gesundheitsprobleme sind sie nicht vorgesehen.

Das sollten Sie wissen

Die Kompaktprogramme bestehen entweder aus einem Kurs mit 10 Einheiten oder aus zwei Kursen mit insgesamt 16 Einheiten aus unterschiedlichen Präventionsbereichen – z. B. Rückenschule (Bewegung) und Autogenes Training (Entspannung). Die Kurse finden über einen Zeitraum von 4 bis 5 Tagen mit 3 bis 4 Übernachtungen statt.

Teilnehmen können alle Versicherten der angeschlossenen Krankenkassen sowie deren Angehörige, Partner und Freunde ab 14 Jahren. Voraussetzung ist eine ausreichende körperliche Verfassung. Im Zweifelsfall fragen Sie bitte Ihren Arzt.

Personen, die bei einer nicht am Projekt beteiligten Krankenkasse versichert sind, zahlen entsprechend, zusätzlich zum Katalogpreis, die Kosten von bis zu 150 € für das Gesundheitsprogramm selbst. Gegebenenfalls erstattet Ihre Krankenkasse die Kosten für das Gesundheitsprogramm komplett oder anteilig. Bitte nehmen Sie doch vor Reiseantritt Kontakt mit Ihrer Krankenkasse auf.

In Weissenhäuser Strand können Kinder ohne Programmteilnahme gerne dabei sein. Es besteht die Möglichkeit der gebührenpflichtigen Kinderbetreuung ab 4 Jahren im KidzClub. Begleitpersonen ohne Programmteilnahme können zu den normalen Unterkunftspreisen mit anreisen. Die Kompaktkurse sind Präventionsmaßnahmen entsprechend den gesetzlichen Grundlagen nach § 20 SGB V, erfüllen gleichzeitig die Vorgaben des aktuellen „Leitfaden Prävention“ und

sind bezuschungsfähig. Sofern die leistungsrechtlichen Voraussetzungen erfüllt sind, übernimmt Ihre **BKK ProVita** die Kosten für das ordnungsgemäß abgeschlossene Gesundheitsprogramm in Höhe von bis zu 100 € (ein Kurs) bzw. 150 € (zwei Kurse). Sie können jedes Jahr an einem **Well-Aktiv-Programm** teilnehmen. Jahreszeitenbedingt oder aus aktuellem Anlass, z. B. Wetterlage, sind Änderungen im Programm möglich. Werteeinbußen sind damit jedoch nicht verbunden.

Bitte beachten Sie, dass die ausgewiesenen Preise nur für Teilnehmer am Gesundheitsprogramm gelten. Die Preise basieren auf einer angenommenen maximalen Zuschusshöhe durch die **BKK ProVita** für das Gesundheitsprogramm von 150 € (2 Kurse) bzw. 100 € (1 Kurs). Sollten Sie Ihr Präventionsbudget bereits (teilweise) ausgeschöpft haben, muss der Differenzbetrag zum Katalogpreis hinzugerechnet werden. Die Kosten für An- und Rückreise trägt der Versicherte / Teilnehmer.

Datenverarbeitung

Der Gesundheitsservice gewährleistet eine angemessene Sicherheit bei der Verarbeitung Ihrer Daten. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie auch auf www.wellaktiv.info.

Zweckbindung

Der Gesundheitsservice verpflichtet sich, Ihre Daten nur dem Zweck angemessen und sachlich relevant sowie auf das für den Zweck der Datenverarbeitung notwendige Maß beschränkt zu verarbeiten.

Widerrufsrecht

Die Einwilligung zur Weiterleitung Ihrer Unterlagen – auch einzelner Daten – können Sie jederzeit widerrufen. Dazu genügt es, Ihren Widerruf an info@gsm-gesund.de zu senden.

Betroffenenrechte

Es ist für uns selbstverständlich, Ihre Rechte erkennbar zu wahren und sicherzustellen. Jede betroffene Person hat hinsichtlich ihrer Daten das Recht auf Auskunft einschl. Datenübertragung sowie Berichtigung und Löschung ihrer Daten. Zudem können Sie eine Einschränkung der Verarbeitung verlangen und der Verarbeitung widersprechen.

Bei Anregungen oder Kritik zum Datenschutz wenden Sie sich bitte an uns: datenschutz@gsm-gesund.de | Tel.: 0214 35769-0 | Fax: 0214 35769-170. Beschwerden hinsichtlich des Datenschutzes können Sie an die zuständige Datenschutzaufsichtsbehörde richten.



Bad Bergzabern

Genieß den Süden der Pfalz



4 Tage
ab **119,- €**
pro Person

Wandern, Yoga und Genuss - im heilklimatischen Kurort Bad Bergzabern

Dort wo sich Wald und Weinberge treffen, wo die schroffen Felsen des Wasgau mit der Deutschen Weinstraße eine harmonische Einheit bilden – dort liegt das Kneippheilbad Bad Bergzabern. Zwischen Pfälzerwald und Reben, umgeben von schmucken Wein- und Walddörfern, bietet das malerische Kurstädtchen die besten Voraussetzungen für einen erlebnisreichen und gesunden Aufenthalt. Gut markierte Wanderpfade führen Sie zu den reizvollsten Aussichten im Bad Bergzaberner Land im Süden der Pfalz. Neben dem Pfälzer Weinstieg, Waldpfad und Pfälzer Mandelpfad können Sie zwischen 27 bestens markierten Themenwegen mit über 470 km Netzlänge wählen. Nach Ihrer Wanderung haben Sie eine schwere Wahl: Wellness in der Südpfalz-Therme, historischer Rundgang in der Kurstadt oder Einkehr in einer gemütlichen Weinstube. Die Kombination aus Gesundheitswandern und Yoga bietet Ihnen die besten Rahmenbedingungen, aktiv zu sein und zur Ruhe zu kommen. So fällt der Abstand vom Alltag leicht. Wir freuen uns auf Sie!

Information zur Unterbringung:

Die Südpfalz Therme am Kurpark, sowie die anderen Treffpunkte im Rahmen des Well-Aktiv Programms sind von allen Unterkünften aus fußläufig erreichbar.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Kurtaxe
- » Gesundheitswandern
- » Yoga

2 Kurse

Kostenlose Zusatzangebote

- » Begrüßungsgetränk
- » 2 Tageskarten für die Therme & Sauna
- » Nutzung des allgemeinen Kursprogramms und des Barfußpfades in der Therme

Angebote gegen Entgelt

- » Wellness-, Gesundheits- und Kosmetik-Angebote in der Therme
- » Besuch der Salzgrotte

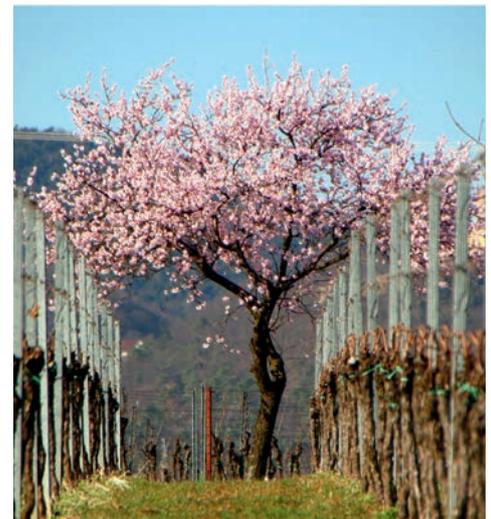
Preise pro Person

	DZ	EZ
Gästehaus Hermsdorf***	119,- €	*
Gästehaus Hartmann****	145,- €	*
Gästehaus Schönblick	119,- €	140,- €
Hotel Kurparkblick	169,- €	190,- €
Hotel Luise	175,- €	196,- €
Hotel Pfälzer Wald***, „Basic“	189,- €	210,- €
Hotel Pfälzer Wald***, „Exclusive“	215,- €	236,- €
Schlosshotel Bergzaberner Hof****	235,- €	256,- €

*keine Einzelbelegung möglich
Für Begleitpersonen ohne Programmteilnahme gelten die gleichen Übernachtungspreise.

Termine

WA Bz 01: 17.03. – 20.03.22	WA Bz 05: 14.07. – 17.07.22
WA Bz 02: 31.03. – 03.04.22	WA Bz 06: 28.07. – 31.07.22
WA Bz 03: 12.05. – 15.05.22	WA Bz 07: 15.09. – 18.09.22
WA Bz 04: 09.06. – 12.06.22	WA Bz 08: 06.10. – 09.10.22



Bad Dürrenberg

Die Landerlebniswelt im staatlich anerkannten Erholungsort



4 Tage / Halbpension
ab **199,- €**
pro Person

Tauchen Sie ein in Sachsen-Anhalts Oase der Gesundheit

Die moderne Landerlebniswelt liegt am Rande des staatlich anerkannten Erholungsortes Bad Dürrenberg nahe der mittel-deutschen Metropolen Leipzig/Halle (Saale). Genießen Sie die erholsame Ruhe, schalten Sie ab bei langen Spaziergängen entlang des Saale-Radwanderweges oder besuchen Sie Deutschlands längstes zusammen-hängendes Gradierwerk. Im Programm B erwartet Sie ein abwechslungsreicher Mix aus Entspannung (Yoga / PMR / AT) und Bewegung. Ob sportlich aktiv oder kulinarisch köstlich – in Bad Dürrenberg finden Sie Genussmomente der besonderen Art.

Information zur Unterbringung:

Gönnen Sie sich eine Erfrischung an unserer Hotelbar, erleben Sie das wohltuende Bewegungsbad mit einer Wassertemperatur von ca. 30 - 32° C, stärken Sie Ihre Abwehrkräfte im Saunabereich oder in der urigen Salzgrotte und trainieren Sie in unserem Sportraum. Die freundlich ausgestatteten Zimmervarianten verfügen über Dusche/WC, WLAN und TV-Empfang. Nutzen Sie unseren kostenlosen Parkplatz und fühlen Sie sich bei uns herzlich willkommen.

Leistungen Programm A 2 Kurse

- » 3 Übernachtungen mit Halbpension
- » Aqua-Fitness
- » Yoga
- » inkl. Körperfett- und Muskelanteilmessung

Leistungen Programm B 2 Kurse

- » 3 Übernachtungen mit Halbpension
- » Aqua-Fitness
- » Entspannungstraining
- » inkl. Körperfett- und Muskelanteilmessung

Kostenlose Zusatzangebote

- » Begrüßungsgetränk
- » Nutzung des Sportraumes
- » Naturbach-Kneippanlage
- » WLAN im Hotel

Angebote gegen Entgelt

- » Sauna, Salzgrotte und Thai-Massage (nach Terminabsprache)
- » Outdoor-Tennis, -Badminton (je nach Jahreszeit)

Preise pro Person

Landhotel Bad Dürrenberg	DZ	EZ
Twin (Einzelbetten)	199,- €	249,- €
Classic (Doppelbett)	199,- €	249,- €
Suite	239,- €	289,- €

Barrierefreies Doppelzimmer auf Anfrage buchbar.

Termine Programm A

WA Dür 01 A: 10.02. – 13.02.22
WA Dür 02 A: 24.02. – 27.02.22
WA Dür 03 A: 29.09. – 02.10.22
WA Dür 04 A: 03.11. – 06.11.22
WA Dür 05 A: 01.12. – 04.12.22

Termine Programm B

WA Dür 01 B: 27.01. – 30.01.22
WA Dür 02 B: 17.03. – 20.03.22
WA Dür 03 B: 31.03. – 03.04.22
WA Dür 04 B: 27.10. – 30.10.22
WA Dür 05 B: 17.11. – 20.11.22





Bad Salzschlirf

Aktiv erleben – Gesundheit erfahren



4 Tage / Halbpension
ab 131,- €
 pro Person

Zwischen den Naturparks Rhön und Vogelsberg ...

... liegt das hessische Mineral- und Moorheilbad Bad Salzschlirf im Landkreis der Barockstadt Fulda. Liebevoll erhaltene Fachwerkhäuser, romantische Gassen und Jugendstilgebäude prägen das Ortsbild. Wertvolle Landschaftsräume, Laub- und Mischwälder sowie eine einzigartige Flora und Fauna finden Sie rund um Bad Salzschlirf. Ein mildes Klima und viel Natur, gepaart mit attraktiven Rad- und Wanderwegen, bieten viel Raum für aktive und passive Erholung. Ganz gleich welches Programm Sie wählen, Sie erhalten wertvolle Tipps und Anregungen für ein gesundheitsförderliches Leben.

Informationen zur Unterbringung:

Ihren Aufenthalt können Sie wählen zwischen dem Hotel Schober am Kurpark und dem Gesundheits-Resort Dr. Wüsthofen®. Die zwei Hotelanlagen liegen in unmittelbarer Nähe zueinander, ganz zentral, direkt am Kurpark und der Kurpromenade. Ob Schwimmbad, Sauna und ausgewählte Fitnesskurse, attraktive kosmetische Angebote für Wellness, Beauty und Medical Wellness oder die abwechslungsreiche kulturelle und gastronomische Vielfalt der teilnehmenden Häuser – Bad Salzschlirf bietet vielfältige Möglichkeiten für jeden Geschmack. Ob Vollkost, spezielle Diät, vegetarisches und veganes Essen, Lebensmittelunverträglichkeiten oder Allergien, wir stellen uns auf Ihre Bedürfnisse ein. Bitte mit Voranmeldung.

Leistungen Programm A **2 Kurse**
 » 3 Übernachtungen mit Halbpension (exkl. Kurtaxe)
 » Aqua Fitness
 » Yoga

Leistungen Programm B **2 Kurse**
 » 3 Übernachtungen mit Halbpension (exkl. Kurtaxe)
 » Rücken-Fit
 » Ernährung (Theorie und Praxisworkshop)

Kostenlose Zusatzangebote
 » Begrüßungscocktail
 » Leihbademantel
 » Tägliche Nutzung des Dr. Wüsthofen® Gesundheitsclubs mit Schwimmbad, Gerätetrainingsflächen und Sauna
 » Teilnahme am Kursprogramm im Gesundheitsclub von Yoga, Tai Chi und Wassergymnastik bis Slow Active
 » Nordic Walking Equipment
 » Abholservice vom Bahnhof Bad Salzschlirf

Angebote gegen Entgelt
 » Fahrradverleih
 » Wellness-Angebote
 » Medical Wellness und Naturheilverfahren

Preise pro Person

Hotel Schober	131,- €
Gesundheits-Resort Dr. Wüsthofen	144,- €

Einzelzimmerzuschlag pro Übernachtung: 4,- €
 Vollpension vor Ort zubuchbar.
 Die Kurtaxe wird vor Ort erhoben.

Termine Programm A		Termine Programm B	
WA Sal 01 A:	03.01. – 06.01.22	WA Sal 01 B:	06.01. – 09.01.22
WA Sal 02 A:	31.01. – 03.02.22	WA Sal 02 B:	03.02. – 06.02.22
WA Sal 03 A:	28.02. – 03.03.22	WA Sal 03 B:	03.03. – 06.03.22
WA Sal 04 A:	28.03. – 31.03.22	WA Sal 04 B:	31.03. – 03.04.22
WA Sal 05 A:	25.04. – 28.04.22	WA Sal 05 B:	28.04. – 01.05.22
WA Sal 06 A:	23.05. – 26.05.22	WA Sal 06 B:	26.05. – 29.05.22
WA Sal 07 A:	20.06. – 23.06.22	WA Sal 07 B:	23.06. – 26.06.22
WA Sal 08 A:	18.07. – 21.07.22	WA Sal 08 B:	21.07. – 24.07.22
WA Sal 09 A:	15.08. – 18.08.22	WA Sal 09 B:	18.08. – 21.08.22
WA Sal 10 A:	12.09. – 15.09.22	WA Sal 10 B:	15.09. – 18.09.22
WA Sal 11 A:	10.10. – 13.10.22	WA Sal 11 B:	13.10. – 16.10.22
WA Sal 12 A:	07.11. – 10.11.22	WA Sal 12 B:	10.11. – 13.11.22
WA Sal 13 A:	05.12. – 08.12.22	WA Sal 13 B:	08.12. – 11.12.22



Bad Schönborn

... MEINE NATUR – aktiv und entspannt!



4 Tage
ab **109,- €**
pro Person

Bad Schönborn ...natürlich in Balance!

Bad Schönborn, das sympathische Heilbad vor den Toren Heidelbergs, freut sich auf Sie!

Genießen und erleben Sie ein erholsames Bad im einzigartigen Thermal-Solewasser des Thermariums, abwechslungsreiche Well-Aktivprogramme, natürliche Gesundheit und Entschleunigung im neuen Sole-Aktivpark sowie die sprichwörtliche badische Gastlichkeit.

Ein Well-Aktivprogramm in Bad Schönborn – ob Rücken-Fit & Progressive Muskelentspannung oder Natural-Fitness & Balancetraining – bringt Körper und Seele ganz „NATÜRLICH IN BALANCE“.

Information zur Unterbringung:

Sie haben die Wahl zwischen familiär geführten Hotels, einem 4-Sterne Sport- und Wellness Hotel mit mediterranem Ambiente und dem WohnMobilPark.

Leistungen Programm A 2 Kurse

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück (bei Wohnmobilstellplatz ohne Frühstück)
- » Kurtaxe
- » Rücken-Fit
- » Progressive Muskelentspannung

Leistungen Programm B 2 Kurse

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück (bei Wohnmobilstellplatz ohne Frühstück)
- » Kurtaxe
- » Natural-Fitness
- » Balancetraining

Preise pro Person

	DZ	EZ
Landgasthof Garni Falkenhorst	109,- €	133,- €
Hotel Häfner, Gästehaus Müller	120,- €	144,- €
Hotel Garni „Am Kurpark“	136,- €	175,- €
Hotel Villa Medici****	161,- €	224,- €
WellMobilPark am Thermarium (nur Wohnmobile)	36,- €	36,- €

Halbpension im Hotel Villa Medici auf Anfrage möglich
Hotel Häfner: PKW-Anreise erforderlich
WellMobilPark: Preis pro Person bei 1er- und 2er-Belegung, jeweils zuzüglich Nebenkosten für Strom

Kostenlose Zusatzangebote

- » 3x Eintritt in das Thermal-Solebad & Saunalandschaft inklusive Aqua-Aktivprogramm
- » 1x Eintritt in die original „Totes-Meer-Salzgrotte“
- » Nordic-Walking Leihstöcke
- » Bad Schönborner Gästekarte (beinhaltet zahlreiche Vergünstigungen)

Termine Programm A

WA Sch 01 A: 03.02. – 06.02.22
WA Sch 02 A: 17.02. – 20.02.22
WA Sch 03 A: 10.03. – 13.03.22
WA Sch 04 A: 24.03. – 27.03.22
WA Sch 05 A: 07.04. – 10.04.22
WA Sch 06 A: 28.04. – 01.05.22
WA Sch 07 A: 12.05. – 15.05.22
WA Sch 08 A: 09.06. – 12.06.22
WA Sch 09 A: 14.07. – 17.07.22
WA Sch 10 A: 04.08. – 07.08.22
WA Sch 11 A: 01.09. – 04.09.22
WA Sch 12 A: 29.09. – 02.10.22
WA Sch 13 A: 13.10. – 16.10.22
WA Sch 14 A: 27.10. – 30.10.22
WA Sch 15 A: 17.11. – 20.11.22
WA Sch 16 A: 01.12. – 04.12.22

Termine Programm B

WA Sch 01 B: 10.02. – 13.02.22
WA Sch 02 B: 03.03. – 06.03.22
WA Sch 03 B: 17.03. – 20.03.22
WA Sch 04 B: 31.03. – 03.04.22
WA Sch 05 B: 21.04. – 24.04.22
WA Sch 06 B: 05.05. – 08.05.22
WA Sch 07 B: 19.05. – 22.05.22
WA Sch 08 B: 23.06. – 26.06.22
WA Sch 09 B: 07.07. – 10.07.22
WA Sch 10 B: 21.07. – 24.07.22
WA Sch 11 B: 18.08. – 21.08.22
WA Sch 12 B: 15.09. – 18.09.22
WA Sch 13 B: 06.10. – 09.10.22
WA Sch 14 B: 20.10. – 23.10.22
WA Sch 15 B: 10.11. – 13.11.22
WA Sch 16 B: 24.11. – 27.11.22



Bad Tabarz

Aktiv im Thüringer Wald



4 Tage
ab **246,- €**
pro Person

Bad Tabarz – das Kneipp-Heilbad im Naturpark Thüringer Wald

Entdecken Sie unser Sport- und Gesundheitsprogramm im medical wellness & kneipp resort „tabbs“ und viele weitere „aktive“ Möglichkeiten in und um Bad Tabarz. Eine hervorragende Infrastruktur ermöglicht es Ihnen alles zu Fuß zu erreichen und in Bewegung zu kommen. Entspannen und entschleunigen Sie im Grünen Herzen Deutschlands. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Information zur Unterbringung:

Sie haben die Möglichkeit in modern und gut ausgestatteten Hotels zu übernachten. Für die Caravan Freunde steht ein bestens ausgestatteter Campingplatz zur Verfügung.

Leistungen	1 Kurs
» 3 Übernachtungen mit Frühstück (Wohnmobilstellplatz ohne Verpflegung)	
» Kurtaxe	
» Rücken-Fit (Indoor, Outdoor & im Wasser)	

Kostenlose Zusatzangebote
» Tägliche Nutzung der Bade- und Saunalandschaft
» Tägliche Nutzung des Gesundheitsstudios
» Ein Besuch auf dem Aussichtsturm Großer Inselsberg
» Tägliche Nutzung der Kneipp-Kuranlage
» Tägliche Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs bis Gotha & Oberhof

Angebote gegen Entgelt
» Massagen und Wellnessanwendungen nach vorheriger Terminabsprache
» Teilnahme an Sportstudio-Kursen
» Analyse von Körperperfekt und körperlicher Leistungsfähigkeit
» Ernährungsworkshop (15,- € p.P.) nach Terminvereinbarung in Gruppen möglich
» Besuch von Veranstaltungen im Tabbs und der Kukuna
» Besuch der Museen
» Verleih von E-Bikes und Segways (Buchung geführter Touren)

Preise pro Person	DZ	EZ
Aktivhotel Inselsberg	246,- €	289,- €
Hotel★★★★ Am Burgholz GmbH	250,- €	299,- €
Hotel★★★★ Zur Post	250,- €	299,- €
Hotel★★★★ Frauenberger	250,- €	299,- €
Wohnmobilwagen (bis 8 m)*	146,- €	146,- €
Wohnmobilwagen (ab 8,5 m)*	152,- €	152,- €

Parkplatznutzung wie vorhanden
*inkl. Strom

Termine			
WA Ta 01:	10.03. – 13.03.22	WA Ta 06:	08.09. – 11.09.22
WA Ta 02:	21.04. – 24.04.22	WA Ta 07:	22.09. – 25.09.22
WA Ta 03:	26.05. – 29.05.22	WA Ta 08:	13.10. – 16.10.22
WA Ta 04:	16.06. – 19.06.22	WA Ta 09:	10.11. – 13.11.22
WA Ta 05:	07.07. – 10.07.22	WA Ta 10:	24.11. – 27.11.22



Bergisch Gladbach

Das Bergische



(C) Dominik Ketz



4 Tage
ab **149,- €**
pro Person

Bergisch Gladbach – nicht bergig, eher hügelig

Bergisch Gladbach liegt am westlichen Rand des Bergischen Landes. Die Stadt grenzt zugleich an die Metropole Köln und an die reizvolle bergische Naturlandschaft mit ihren Dörfern, Hügeln, Wäldern und Flüssen. Hier lässt sich trotz Stadtnähe Ruhe finden und Kraft tanken.

Information zur Unterbringung:

Unweit des Stadtzentrums von Bergisch Gladbach im Stadtteil Bensberg erwartet Sie das Kardinal Schulte Haus. Das Hotel- und Tagungszentrum des Erzbistums Köln wurde im Atrium-Stil erbaut, verfügt über eine hauseigene Kegelbahn sowie einen Fitnessraum und ist umringt von einem großen parkähnlichen Außengelände. Ein idyllischer Biergarten unter den Kastanien eröffnet einen wunderschönen Ausblick auf die Kölner Bucht.

Leistungen

2 Kurse

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Rückentraining
- » Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Kostenlose Zusatzangebote

- » Begrüßungsgetränk
- » Nutzung des Fitnessbereichs
- » Fahrradverleih
- » WLAN
- » Auswahl an Wanderkarten (z. B. Schlossweg)

Angebote gegen Entgelt

- » Kegelbahn
- » Parkplatz
- » Flammkuchen Restaurant

Preise pro Person

Kardinal Schulte Haus **149,- €**

Einzelzimmerzuschlag pro Übernachtung: 32,- €
Halb- bzw. Vollpension vor Anreise zubuchbar

Termine

WA Bg 01:	06.01. – 09.01.22	WA Bg 06:	11.08. – 14.08.22
WA Bg 02:	24.02. – 27.02.22	WA Bg 07:	08.09. – 11.09.22
WA Bg 03:	21.04. – 24.04.22	WA Bg 08:	30.09. – 03.10.22
WA Bg 04:	26.05. – 29.05.22	WA Bg 09:	15.12. – 18.12.22
WA Bg 05:	03.06. – 06.06.22		



(C) Dominik Ketz



Binz auf Rügen

Dünenpark



4 Tage
ab **102,- €**
pro Person

Einfach wohlfühlen – Natürlich Rügen

Rügens Reize bestehen nicht nur aus den grandiosen Kreidefelsen. Die weiten Buchenwälder auf Jasmund und in der Granitz sind mit ihren hohen, eleganten Bäumen einzigartig in Europa.

Binz ist das größte und bekannteste Seebad der Insel Rügen. Es bietet durch seine geschützte Lage ein mildes Reizklima mit 1.872 Sonnenstunden pro Jahr. Der breite Strand, der steinfreie Meeresgrund und die schwache Brandung machen Binz zu einem beliebten Badeparadies. Sei es beim Nordic Walking direkt am Strand oder beim Autogenen Training im Dünenpark – bei uns finden Sie die besten Voraussetzungen für einen gesunden und aktiven Aufenthalt.

Information zur Unterbringung:

In unserer familienfreundlichen Vier-Sterne-Ferienwohnanlage wohnen Sie in modern eingerichteten Appartements mit Balkon oder Terrasse. Zur Einrichtung gehören: Kabel-TV, Direktwahltelefon, Faxanschluss, Küchenzeile im Wohnbereich mit 4-Platten-Herd und Backofen, Kühlschrank, Kaffeemaschine und Toaster sowie Duschbad, Föhn und Fußbodenheizung.

Auf Nachfrage gluten- und laktosefreie Kost in unserem Frühstücksbistro möglich.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Kurtaxe
- » Autogenes Training
- » Nordic Walking

2 Kurse

Kostenlose Zusatzangebote

- » Nutzung der Wellness-Anlage des Dünenparks
- » Bei Bahnreise:
Transfer vom Bahnhof zum Dünenpark
- » Stöcke für Nordic Walking werden gestellt
- » Geführter Ortsrundgang Binz

Angebote gegen Entgelt

- » Seilgarten in Prora
- » Wasserski und Wakeboarden
- » Kajaktouren
- » Schnupperkurs Surfen oder Segeln

Preise pro Person

Ferienanlage Dünenpark Binz	NS	HS
Appartement 2-Pers.-Belegung pro Pers.	102,- €	142,- €
Einzelbelegung	155,- €	205,- €

Kinder bis 13 Jahre (ohne Präventionsprogramm) im Appartement der Eltern kostenfrei (inklusive Frühstück).

Rabatt für Verlängerungsnächte:
10 % auf den regulären Übernachtungspreis.

NS = Nebensaison, HS = Hauptsaison

Termine

WA Bi 01: 07.03. – 10.03.22 NS	WA Bi 13: 13.06. – 16.06.22 HS
WA Bi 02: 14.03. – 17.03.22 NS	WA Bi 14: 20.06. – 23.06.22 HS
WA Bi 03: 21.03. – 24.03.22 NS	WA Bi 15: 27.06. – 30.06.22 HS
WA Bi 04: 28.03. – 31.03.22 NS	WA Bi 16: 29.08. – 01.09.22 HS
WA Bi 05: 04.04. – 07.04.22 NS	WA Bi 17: 05.09. – 08.09.22 HS
WA Bi 06: 11.04. – 14.04.22 HS	WA Bi 18: 12.09. – 15.09.22 HS
WA Bi 07: 25.04. – 28.04.22 NS	WA Bi 19: 19.09. – 22.09.22 HS
WA Bi 08: 02.05. – 05.05.22 NS	WA Bi 20: 26.09. – 29.09.22 HS
WA Bi 09: 09.05. – 12.05.22 NS	WA Bi 21: 10.10. – 13.10.22 HS
WA Bi 10: 16.05. – 19.05.22 NS	WA Bi 22: 17.10. – 20.10.22 NS
WA Bi 11: 23.05. – 26.05.22 HS	WA Bi 23: 24.10. – 27.10.22 NS
WA Bi 12: 30.05. – 02.06.22 HS	



Borkum / Nordsee

Ruhig inmitten der Wogen



5 Tage
ab **235,- €**
pro Person

Gesundheit inmitten des Weltenerbes Wattenmeer

Deutschlands westlichste Insel besticht durch ihre eindrucksvolle Natur, die die Kulisse für ein ausgewogenes Gesundheitsprogramm liefert. Die größte ostfriesische Insel ist Thalasso-zertifiziertes Nordseeheilbad und bietet ganzjährig viele gesundheitsbezogene Aktivitäten für jung und alt. Kilometerlange Sandstrände, 120 km Rad- und Wanderwege, eine beeindruckende Seepromenade und viele weitere Insel-Besonderheiten lassen jeden Gast das Meeresheilklima auf seine besondere Weise spüren und sorgen für unvergessliche Erlebnisse. „Functional-Fitness“ beschreibt Outdoor- und Indoor-Aktivitäten mit und ohne Geräte und ist eine optimale Mischung aus Kraft und Ausdauer. Unterschiedliche Bewegungsmuster trainieren dabei nicht einzelne Muskeln, sondern komplexe Muskelgruppen, so dass die physische Leistungsfähigkeit und Funktionalität für den Alltag verbessert werden.

Information zur Unterbringung:

Alle Unterkünfte liegen in unmittelbarer Nähe zum Gesundheitszentrum Gezeitenland (hier finden alle Programmpunkte statt oder starten dort). Spezielle Kostformen, wie z. B. laktosefrei oder vegetarische Kost, auf Anfrage möglich.

Leistungen

- » 4 Übernachtungen
- Hotel Rummeni mit Frühstück,
- Inselhotel Rote Erde mit Halbpension
- » Gästebeitrag
- » Functional-Fitness

1 Kurs

Kostenlose Zusatzangebote

- » Tägliche Nutzung des Bad- und Fitnessbereiches im Gezeitenland
- » 1x Tageskarte für die Saunalandschaft im Gezeitenland
- » 1x Nutzung der Entspannungsliege
- » 1x Teezeromonie

Angebote gegen Entgelt

- » Vielfältige Wellness- und Massageangebote im Gezeitenland (Vergünstigungen bei Anreise in der Nebensaison)
- » Thalassotherapie (z. B. Meerwasser-Bäder, Schlackpackungen und Meersalz-Öl-Peelings)
- » Leihfahrrad, Strandkorbvermietung, Wattwanderungen (je nach Jahreszeit)

Preise pro Person

	NS	HS
Hotel Rummeni	235,- €	269,- €
Inselhotel Rote Erde***	287,- €	339,- €

Einzelzimmerzuschlag pro Übernachtung: 10,- €
Hotel Rummeni: WA Bk 01, 02 und WA Bk 15 nicht buchbar

Termine

WA Bk 01: 23.01. – 27.01.22 NS	WA Bk 09: 15.06. – 19.06.22 HS
WA Bk 02: 06.02. – 10.02.22 NS	WA Bk 10: 28.08. – 01.09.22 HS
WA Bk 03: 27.02. – 03.03.22 HS	WA Bk 11: 07.09. – 11.09.22 HS
WA Bk 04: 13.03. – 17.03.22 NS	WA Bk 12: 25.09. – 29.09.22 HS
WA Bk 05: 20.03. – 24.03.22 NS	WA Bk 13: 02.10. – 06.10.22 HS
WA Bk 06: 03.04. – 07.04.22 NS	WA Bk 14: 23.10. – 27.10.22 HS
WA Bk 07: 25.05. – 29.05.22 HS	WA Bk 15: 06.11. – 10.11.22 NS
WA Bk 08: 12.06. – 16.06.22 HS	

NS = Nebensaison, HS = Hauptsaison





Masserberg

Wanderparadies Naturpark Thüringer Wald



4 Tage / Halbpension
ab 124,- €
 pro Person

Idyllische Landschaft und Natur pur

Der Naturpark Thüringer Wald ist als Wanderparadies par excellence bekannt. Der Höhenwanderweg Rennsteig, einer der beliebtesten Wanderwege in Deutschland, und die idyllischen Seitentäler versprechen Natur pur, entspannende Stille, reichlich frische Mittelgebirgsluft und Kaiseraussichten.

Information zur Unterbringung:

Das Hotel Frankenblick★★★★S im Werrapark Resort empfängt Sie in 740 m Höhe mit einem traumhaften Panoramablick – bis weit ins Frankenland hinein. 81 zeitgemäß eingerichtete Zimmer, die mit Telefon und Flat-TV mit Radiokanälen sowie Dusche/WC mit Föhn und Kosmetikspiegel ausgestattet sind. WLAN in allen Zimmern. Schwimmbad, finnische Sauna und Dampfbad im Haus.

Die ungezwungene Verwöhnatmosphäre und die vielfältigen Bewegungs- und Entspannungsangebote machen Ihren Aufenthalt zu einem einmaligen Erlebnis. Wir bieten laktose-, glutenfreie und vegetarische Ernährung nach vorheriger Absprache an.

Leistungen

1 Kurs

- » 3 Übernachtungen mit Halbpension
- » Kurtaxe
- » Rücken-Fit

Kostenlose Zusatzangebote

- » Fitnessdrink zur Begrüßung und Hausführung
- » 1x Nackenmassage (15 Minuten)
- » Tägliche Nutzung von Schwimmbad und Sauna im Hotel
- » Leihbademantel und Saunatücher während des Aufenthaltes
- » 1 Stunde Kegeln (pro Gruppe)
- » Training im Fitnessstudio im Hotel Heubacher Höhe (3 km entfernt)

Angebote gegen Entgelt

- » Diverse Massagen und Wellnessanwendungen im Hotel
- » Indoor-Tennis, Squash und Bowling im Sportcenter Heubach (3 km entfernt)
- » E-Mountainbike-Verleih im Sportcenter Heubach (3 km entfernt)
- » Großer Skiverleih im Sportcenter Heubach (3 km entfernt)

Preise pro Person

Hotel Frankenblick★★★★S
 im Werrapark Resort

124,- €

Einzelzimmerzuschlag pro Übernachtung: 10,- €

Termine

WA Ma 01:	24.01. – 27.01.22	WA Ma 05:	11.08. – 14.08.22
WA Ma 02:	21.03. – 24.03.22*	WA Ma 06:	26.09. – 29.09.22
WA Ma 03:	11.04. – 14.04.22*	WA Ma 07:	17.11. – 20.11.22
WA Ma 04:	14.07. – 17.07.22	WA Ma 08:	12.12. – 15.12.22*

*an diesen Terminen erhalten Sie statt der Nackenmassage eine Heupackung sowie eine Rückenmassage mit Arnikaöl (ca. 40 Minuten)



Much

Das Bergische



4 Tage
ab **155,- €**
pro Person

Much – bergisch schön

Grüne Wälder und Wiesen, idyllische Täler mit rauschenden Bächen, malerische Seen und dazwischen urige Fachwerkdörfer – das ist das Bergische Land. Gerade noch im tiefen Wald, zeigt sich im nächsten Moment ein atemberaubender Blick von einem Höhenzug über die Landschaft. In Much können Sie die grüne Ruhe genießen.

Information zur Unterbringung:

Das Trans World Hotel Kranichhöhe befindet sich in idyllischer Lage innerhalb einer vielseitigen Ferienregion nahe Köln und Bonn. Dort werden die Gäste mit fantastischer Vielfalt begeistert, Sportler an ihre Grenzen gebracht, Wellnessliebhaber verwöhnt und Feinschmecker mit ausgezeichneter Küche wunschlos glücklich gemacht. Die vielen Freizeitmöglichkeiten drinnen wie draußen machen es zum idealen Ort im bergischen Rhein-Sieg-Kreis. Hier kommt man an und fühlt sich wohl.

Leistungen

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Aqua-Fitness
- » Entspannungstraining

2 Kurse

Kostenlose Zusatzangebote

- » Begrüßungsgetränk
- » Nutzung des Wellnessbereichs mit Schwimmbad und Saunen
- » Nutzung des Sport Clubs inkl. Teilnahme am Kursprogramm
- » Auswahl an Wanderkarten (z. B. Böllweg), E-Bike Touren u. v. m.
- » WLAN

Angebote gegen Entgelt

- » Beautybehandlungen
- » Massageanwendungen
- » MedyJet-Massage
- » Tennis
- » E-Bike

Preise pro Person

Trans World Hotel Kranichhöhe **155,- €**
Einzelzimmerzuschlag pro Übernachtung: 33,- €
Halbpension vor Ort zubuchbar

Termine

WA Mu 01:	13.01. – 16.01.22	WA Mu 07:	07.07. – 10.07.22
WA Mu 02:	10.02. – 13.02.22	WA Mu 08:	04.08. – 07.08.22
WA Mu 03:	03.03. – 06.03.22	WA Mu 09:	13.10. – 16.10.22
WA Mu 04:	21.04. – 24.04.22	WA Mu 10:	03.11. – 06.11.22
WA Mu 05:	19.05. – 22.05.22	WA Mu 11:	15.12. – 18.12.22
WA Mu 06:	23.06. – 26.06.22		





Warnemünde

Schiffe gucken und frische Brise – Ihre Auszeit an der Ostsee!



4 Tage
ab **159,- €**
pro Person

Aktive Gesundheit im Hotel „Am Alten Strom“

Warnemünde ist das ideale Erholungsziel für alle Ostsee-Liebhaber. Das Fischerdorf bei Rostock beeindruckt durch seinen breiten, weißen Sandstrand, frische Meeressluft und den idyllischen Alten Strom. Entdecken Sie Warnemünde bei Hafenrundfahrten oder Führungen, erkunden Sie Ausflugsziele in der Umgebung und genießen Sie Ihren Aufenthalt an der Ostsee.

Informationen zur Unterbringung:

Unser Hotel „Am Alten Strom“ liegt im Herzen von Warnemünde nur wenige Gehminuten vom Strand entfernt, in unmittelbarer Nähe des Bahnhofs und zahlreicher Freizeitmöglichkeiten. Besuchen Sie das Wellness-Vital-Thalasso-Zentrum des Hotels und gönnen Sie sich mit belebenden Massagen und Wellnessanwendungen Verwönmomente. Die komfortabel ausgestatteten und individuell gestalteten Zimmer bieten Ihnen nach einem ereignisreichen Tag einen Erholungshafen. Fast alle Zimmer sind mit einem Aufzug erreichbar. Das „Restaurant am Strom“, das Café „Mahlwerk“ und die Lobby-Bar „Zur Galeone“ laden Sie mit köstlichen Spezialitäten und Getränken zum Genießen ein!

Leistungen Programm A	2 Kurse
» 4 Übernachtungen mit Frühstück	
» Kurtaxe	
» Faszientraining	
» Progressive Muskelentspannung	

Leistungen Programm B	2 Kurse
» 4 Übernachtungen mit Frühstück	
» Kurtaxe	
» Gesundheitswandern	
» Progressive Muskelentspannung	

Leistungen Programm C	1 Kurs
» 3 Übernachtungen mit Frühstück	
» Kurtaxe	
» Rückenschule	

Kostenlose Zusatzangebote
» Saunanutzung
» Eine Flasche Wasser am Anreisetag
» WLAN

Angebote gegen Entgelt
» Rückenmassage
» Fußreflexzonenmassage
» Hot-Stone-Massage
» Pediküre
» Kosmetik
» Parkplatz

Preise pro Person			
Hotel „Am Alten Strom“	Saison A	Saison B	Saison C
Programme A + B	199,- €	239,- €	289,- €
Programm C	159,- €	189,- €	229,- €
Einzelzimmerzuschlag pro Übernachtung: 15,- €			
Halbpension auf Anfrage zubuchbar			

Termine Programm A					
WA Wü 01 A:	24.01. – 28.01.22	A	WA Wü 03 A:	03.04. – 07.04.22	B
WA Wü 02 A:	21.02. – 25.02.22	A	WA Wü 04 A:	24.10. – 28.10.22	B

Termine Programm B					
WA Wü 01 B:	13.06. – 17.06.22	C	WA Wü 03 B:	21.08. – 25.08.22	C
WA Wü 02 B:	17.07. – 21.07.22	C	WA Wü 04 B:	11.09. – 15.09.22	C

Termine Programm C					
WA Wü 01 C:	06.03. – 09.03.22	A	WA Wü 03 C:	26.09. – 29.09.22	C
WA Wü 02 C:	02.05. – 05.05.22	C	WA Wü 04 C:	28.11. – 01.12.22	A
A = Saison A, B = Saison B, C = Saison C					



Weissenhäuser Strand

Ihr Ferien- und Freizeitpark am Meer



4 Tage
ab **109,- €**
pro Person

Das Ostseebad Weissenhäuser Strand bietet Ihnen neben neuesten Wellness-, Kur- und Fitnessangeboten auch ein einzigartiges Landschaftsbild mit herrlicher Dünenlandschaft, einen 3 km langen Sandstrand, Steilküste und Niedermoorlandschaft. Nehmen Sie sich die Auszeit, um an den angebotenen Well-Aktiv-Programmen neue Energie und Kraft zu tanken.

Information zur Unterbringung:

Das ★★★★★ Strandhotel verfügt über geräumige Zimmer mit Doppelbett, Flat-TV, Radio, Telefon, Kühlschrank, Balkon, Föhn, Leihbademantel und Nespresso Kaffeemaschine.

Die Ferienwohnungen mit Balkon befinden sich in einem 3-geschossigen Haus mit Fahrstuhl. Die Ferienwohnungen mit einem kombinierten Wohn-/Schlafraum, Balkon und Doppelbett sind mit Dusche/WC, TV und Radio, Pantryküche, Telefon, Mikrowelle und Wasserkocher ausgestattet. Wir freuen uns auf Sie!

Ein Herz für Familien mit Kindern:

Gebührenpflichtige Kinderbetreuung im KidzClub ab 4 Jahren.

Leistungen Programm A

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Kurtaxe
- » Nordic Walking
- » Progressive Muskelentspannung

2 Kurse

Leistungen Programm B

- » 3 Übernachtungen mit Frühstück
- » Kurtaxe
- » Aqua-Fitness
- » Progressive Muskelentspannung

2 Kurse

Kostenlose Zusatzangebote

- » Täglich Eintritt in das Subtropische Badeparadies (3 Stunden)
- » Täglich Eintritt Abenteuer Dschungelland inklusive Kletterwand und Hochseilgarten
- » Bogenschießen (festgelegte Termine)
- » Für Gäste des Strandhotels: Tägliche Nutzung des Dünenbades

Angebote gegen Entgelt

- » Wasserski fahren und Wakeboarden
- » Tennis

Preise pro Person Ferien- und Freizeitpark am Meer

	Saison A	Saison B
1-Raum-Ferienwohnung	109,- €*	129,- €*
★★★★ Strandhotel im Doppelzimmer	129,- €	189,- €
Im Einzelzimmer	198,- €	258,- €

* Preis pro Person bei Doppelbelegung
Halbpension vor Ort buchbar
WA Ws 01 B, 02 B, 09 B und 10 B nur Strandhotel buchbar

Termine Programm A

WA Ws 01 A: 04.04. – 07.04.22 B	WA Ws 05 A: 19.09. – 22.09.22 B
WA Ws 02 A: 18.04. – 21.04.22 B	WA Ws 06 A: 03.10. – 06.10.22 B
WA Ws 03 A: 02.05. – 05.05.22 B	WA Ws 07 A: 17.10. – 20.10.22 B
WA Ws 04 A: 05.09. – 08.09.22 B	

Termine Programm B

WA Ws 01 B: 10.01. – 13.01.22 A	WA Ws 06 B: 21.03. – 24.03.22 A
WA Ws 02 B: 24.01. – 27.01.22 A	WA Ws 07 B: 31.10. – 03.11.22 A
WA Ws 03 B: 07.02. – 10.02.22 A	WA Ws 08 B: 14.11. – 17.11.22 A
WA Ws 04 B: 21.02. – 24.02.22 A	WA Ws 09 B: 28.11. – 01.12.22 A
WA Ws 05 B: 07.03. – 10.03.22 A	WA Ws 10 B: 12.12. – 15.12.22 A

A = Saison A, B = Saison B

Die Destinationen im Überblick





Wir nehmen uns Zeit und schenken Aufmerksamkeit.

Wenn wir Achtsamkeitsübungen ganz selbstverständlich in unseren Tagesablauf integrieren, verbessern wir nachhaltig unsere Lebensqualität. Achtsamkeit hilft uns dabei, den Alltag zu entschleunigen und Stress zu reduzieren. So gelingt es uns Faktoren, die uns krank machen, aus unserem Leben besser fern zu halten und mehr Gelassenheit zu entwickeln. Wer achtsamer sich selbst gegenüber ist, achtet auch mehr auf andere und auf die Umwelt. Klingt gut, oder? Na, dann: Es lebe die Achtsamkeit.



Reiserücktritt – Stornierung Umbuchung – Verlängerungen

Bei Reiserücktritt, Stornierung oder bei Umbuchung des gebuchten **Well-Aktiv-Programms** können beim Veranstalter Bearbeitungsgebühren von 15 € pro Buchung sowie evtl. nicht unerhebliche Stornierungskosten entstehen. Diese richten sich nach dem Reiserecht und sind vom Eingang der Rücktrittserklärung/Stornierung/Umbuchung abhängig, die

**schriftlich per Post,
Fax (0214 35769-171) oder
E-Mail (wellaktiv@gsm-gesund.de)**

beim Gesundheitsservice einzureichen ist. Wir empfehlen deshalb den Abschluss einer speziellen Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Unter www.wellaktiv.info/rv können Sie ganz unkompliziert und direkt eine Reiserücktrittsversicherung bei unserem Partner, MDT travel underwriting GmbH, abschließen. Selbstverständlich können Sie alternativ jeden anderen Versicherer Ihres Vertrauens wählen.

Der Veranstalter kann vom Vertrag zurücktreten, wenn bis vier Wochen vor Beginn des Well-Aktiv-Programms die Mindestteilnehmerzahl noch nicht erreicht wurde. Wir werden Sie dann unverzüglich über die Nichtdurchführung und mögliche Alternativangebote unterrichten.

Selbstverständlich können Sie die **Well-Aktiv-Programme** nutzen, um weitere Tage in den schönen Orten zu verbringen. Dies geschieht auf eigene Rechnung, wobei der Veranstalter bei der Zimmerreservierung jederzeit gerne behilflich ist.

Anmelden – so einfach geht das!

Sie wählen ein Programm aus dem Angebot unserer Partner und senden den nebenstehenden Anmelde-Coupon an Ihre **BKK ProVita**. Nach Eingang Ihrer Anmeldung wird sich unser Gesundheitsservice bzw. der Veranstalter vor Ort zwecks weiterer Abwicklung mit Ihnen in Verbindung setzen.

Die Teilnehmerzahl je Kurs ist begrenzt – bitte nennen Sie uns deshalb Alternativtermine. Eine Reservierungsbestätigung erhalten Sie, sobald die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist – spätestens aber bis 4 Wochen vor Reisebeginn. Mit dieser Reservierungsbestätigung kommt zwischen Ihnen und dem Veranstalter vor Ort ein Reisevertrag zustande.

Sie zahlen den in den Angeboten ausgewiesenen Eigenanteil für Übernachtung und Verpflegung vor Ort. Die Kosten des Gesundheitsprogramms werden von der **BKK ProVita** direkt mit dem Leistungspartner abgerechnet.

Bitte beachten Sie, dass die ausgewiesenen Preise nur für Teilnehmer am Gesundheitsprogramm gelten. Die Preise basieren auf einer angenommenen maximalen Zuschusshöhe durch die **BKK ProVita** für das Gesundheitsprogramm von 150 € (2 Kurse) bzw. 100 € (1 Kurs).

Sollten Sie Ihr Präventionsbudget bereits (teilweise) ausgeschöpft haben, muss der Differenzbetrag zum Katalogpreis hinzugerechnet werden. Die Kosten für An- und Rückreise trägt der Versicherte / Teilnehmer. Begleitpersonen können gerne zu den normalen Unterkunftspreisen mit anreisen.



BITTE ALLES IN DRUCKBUCHSTABEN AUSFÜLLEN!

Ich bitte um folgende verbindliche Buchung für insgesamt _____ Person(en) *verbindliche Alternative (falls ausgebucht)* Die Kasse fürs Leben.

*Angebots-Nr. (z. B. WA Bi 01) _____ 1 Kurs 2 Kurse _____ 1 Kurs 2 Kurse

Ort (z. B. Binz auf Rügen) _____

*Gewünschte Unterkunft (z. B. Hotel/Name) _____

Zeitraum (TT. MM. – TT. MM. JJ) _____

*Ich benötige: _____ Einzelzimmer _____ Doppelzimmer _____ Ferienwohnung(en) _____ Wohnmobilstellplatz **Besonderheiten** _____
z. B. Allergiker / Zimmerwunsch

Gewünschtes Hotel / Pension / gewünschte Fewo (sofern frei) _____

Person 1 (verantwortlich für die Anmeldung)

*Name, Vorname _____

*Geburtsdatum _____

*Straße _____

*PLZ, Wohnort _____

*Telefon (privat/dienstlich) _____

E-Mail _____

*Krankenkasse _____

*Versicherten Nr. _____

Bitte informieren Sie mich zukünftig kostenlos über neue Angebote per E-Mail/Post
 Ich bin Selbstzahler ohne Krankenkassenzuschuss
 Ich bin Begleitperson ohne Programmteilnahme

Sollten mehr als 2 Personen angemeldet werden, bitte separaten Anmelde-Coupon ausfüllen!

Person 2

*Name, Vorname _____

*Geburtsdatum _____

*Straße _____

*PLZ, Wohnort _____

*Telefon (privat/dienstlich) _____

E-Mail _____

*Krankenkasse _____

*Versicherten Nr. _____

Bitte informieren Sie mich zukünftig kostenlos über neue Angebote per E-Mail/Post
 Ich bin Selbstzahler ohne Krankenkassenzuschuss
 Ich bin Begleitperson ohne Programmteilnahme

(bitte ankreuzen) Ja, ich erkenne die allgemeinen Bedingungen (letzte Innenseite des aktuellen Well-Aktiv-Kataloges „Das sollten Sie wissen“) an.

Ich bin damit einverstanden, dass der Anmelde-Coupon mit den Daten aller angegebenen Personen an die Gesundheitservice Management GSM GmbH der Betriebskrankenkassen bzw. an die Leistungsanbieter weitergeleitet wird. Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich aus beruflichen oder privaten Gründen (z. B. unregelmäßige Arbeitszeiten, hohe zeitliche familiäre Belastung) an mehrwöchigen wohnortnahen Maßnahmen zur Primärprävention nicht teilnehmen kann. Bitte beachten Sie, dass ein Vertrag zwischen Teilnehmer und Well-Aktiv-Ort/Unterkunft entsteht.

Datum _____ **Unterschrift des Versicherten** (verantwortlich für die Anmeldung) _____

* Zu allen so gekennzeichneten Pflichtfeldern benötigen wir Ihre Angaben, um diese Well-Aktiv-Anmeldung bearbeiten zu können – auch für alle weiteren angemeldeten Personen.

KOSTENZUSAGE DER KRANKENKASSE (Nur von der Krankenkasse auszufüllen!)

Zuschusshöhe	Zuschusshöhe	Stempel, Datum,
Person 1 _____ €	Person 2 _____ €	Unterschrift der Krankenkasse _____

Bitte übersenden Sie Ihre Anmeldung per Post, Fax oder E-Mail an Ihre BKK ProVita. Telefon: 0981 / 188910-7, Telefax: 0981 / 188910-8890, E-Mail: info@bkk-provita.de

BKK ProVita

Service-Center Ansbach

Bahnhofstraße 4

91522 Ansbach



Die Kasse fürs Leben.

BKK ProVita

Münchner Weg 5
85232 Bergkirchen

Kostenfreies Servicetelefon

Tel.: 0800 6648808

info@bkk-provita.de

www.bkk-provita.de



**GEMEINWOHL
ÖKONOMIE** 
Ein Wirtschaftsmodell
mit Zukunft