

# Wohlfühlen in Bad Ramsach

Autor(en): **Tschan, J.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **66 (2009)**

Heft 7-8: **Männer-Leiden Prostatitis**

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-558116>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Wohlfühlen in Bad Ramsach

Eingebettet in die malerischen Höhenzüge des Baselbieter Juras liegt Bad Ramsach. Die lichten Wälder und farbenprächtigen Wiesen mit unzähligen Wanderwegen sowie die familiäre Atmosphäre des Kurhauses lassen den Alltag vergessen.

Bad Ramsach ist ein idealer (und auch rollstuhlgängiger) Ort zur Erholung oder Rehabilitation nach einer Erkrankung oder einem Spitalaufenthalt (s. a. GN 10/2007). Das Angebot umfasst neben klassischer Physiotherapie und Massagen auch Behandlungen mit Tra-

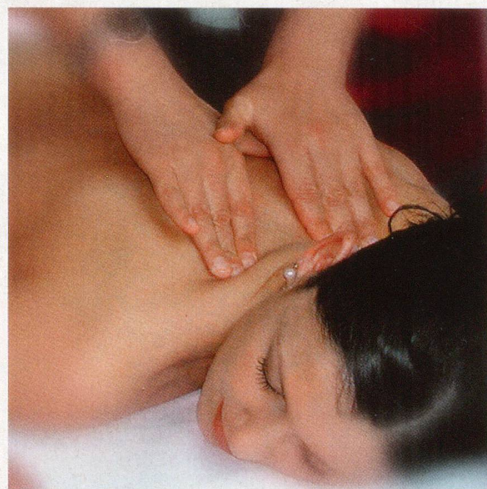
ditioneller Chinesischer Medizin und Akupunktur. Mineralheilwasser aus der hauseigenen Quelle speist das geheizte Mineralschwimmbad und wird für Trinkkuren in Flaschen abgefüllt. Hotel- und Tagesgäste benützen rege die täglichen Wassergymnastik- und «Aquafit»-Lektionen. Ein Behindertenlift verhilft zu einem komfortablen Zugang ins Bad.

Nach Wanderungen oder Fahrradtouren geht's zur Entspannung ins Bad, in die Sauna oder ins Dampfbad. Gymnastik- und Tai Chi in der Fitnessarena verbessern die körperliche Fitness und stärken den Geist.

Zusätzlich bietet das Hotel Bad Ramsach eine Palette an gesunden Pauschalwochen an: Die Saft-Fasten-Woche ist ideal zum Entschlacken und Regenerieren; Früchte und Gemüse werden, wenn immer möglich, aus biologischem Anbau bezogen. Die Kartoffelkosttage mit den vegetarischen Kartoffel-Gemüse-Gerichten gleichen den Säure-Basen-Haushalt aus. Nach der Methode von Dr. med. Detlef Pape ist die Pauschalwoche «Schlank im Schlaf» aufgebaut. Dieses ganzheitliche Programm mit gesundem Essen, Bewegung, Massagen und viel Schlaf unterstützt den Abbau von Übergewicht.

Auch der Panoramaausblick vom Balkon eines der 26 neu gestalteten Komfortzimmer auf die Vogesen und den Schwarzwald ist umwerfend. Nach wie vor gilt: Es tut gut, sich in Bad Ramsach verwöhnen zu lassen.

• J. Tschan



Entspannung und Ruhe in gepflegter Umgebung.

