

# BAYERISCHER WALD

WURFSENDUNG



*Bei uns*  
**KÖTZTINGER LAND**

Der  
Bayerische  
Wald

Erfrischend  
natürlich

BAD KÖTZTING · BLAIBACH · GRAFENWIESEN  
HOHENWARTH · MILTACH · RIMBACH · ZANDT

PAUSCHAL  
ANGEBOTE  
2023



[www.koetztinger-land.de](http://www.koetztinger-land.de)

 **Bayern**



Alle Angebote buchen Sie bitte direkt beim Kur- und Gästeservice Bad Kötzing

Telefon 09941 / 400 32 150

**Bad Kötzing, Bayerns jüngstes Kneippheilbad erwartet Sie mit attraktiven Angeboten. Erholung, Kuren und Gesundheitsurlaub in einer Landschaft wie aus dem Bilderbuch.**



Das junge Kneippheilbad ist ganz auf Gesundheit eingestellt: 12,6 ha großer Kurpark, Erste Deutsche Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin, das Mittelbayerische Rehabilitationszentrum, ambulante Kneippkurbetriebe, das SINOCUR® Präventionszentrum, die AQACUR Badewelt, ein breites Angebot für fitnessbegeisterte Gäste, zeitgemäße Einrichtungen für Wellness, Beauty und Gesundheit sowie Wandern in den endlosen Wäldern des Bayerischen Waldes und vieles mehr.

## Willkommen

### „Bei uns im Woid dahoam“

Hierzu haben wir extra für Sie ein spezielles Willkommens-Angebot in Zusammenarbeit mit unseren örtlichen Wirtschaftsbetrieben erstellt. Komm heim ... nach Bad Kötzing! Wir freuen uns auf Sie!

- 2x Übernachtung mit Frühstück
- Diverse Gutscheine der hiesigen Geschäftswelt, wie z. B. beim Einkauf: 5 – 10% Rabatt, ein frischgebrühtes Haferl Kaffee oder Cappuccino, ein frisch-gezapftes Bier, ein kleines Likörfläschchen u.v.m.
- Tageskarte für die AQACUR Bade- und Saunawelt
- Blüten- oder Waldhonig von heimischen Bienen aus Bad Kötzing
- Besuch der Ausstellung „Faszination Universum“ – Eine Reise durch Raum und Zeit
- Freizeitführer inkl. Wanderplan
- Gutschein für ein Glas Prosecco in der Spielbank Bad Kötzing

Ab-Preis pro Person im DZ

- Unterkunft Privatpension **95,00 EUR**
- Unterkunft Pension/Gasthof **105,00 EUR**
- Unterkunft Hotel **150,00 EUR**
- EZ-Zuschlag **10,00 – 36,00 EUR**

## Aktiv- und Vitalwoche

Bleiben Sie aktiv, fit und vital – unter dem Motto „Vorbeugen ist besser als heilen“. Wecken Sie die Lebensgeister in Verbindung mit frischer Luft, Wasser und viel Bewegung. Bad Kötzing wird Ihnen gut tun!

- 7x Übernachtung mit Frühstück
- Willkommensgeschenk
- 2x Wassergymnastik durch zertifizierte Trainer in der AQACUR Badewelt
- 2x Gymnastikstunde durch zertifizierte Trainer des Kneippvereins Bad Kötzing im SINOCUR (Sportraum)
- 2x Tageskarte für die AQACUR Bade- und Saunawelt
- 1x erfrischender Kneipp-Guss
- 1x wärmende Bayerwaldheupackung in der Softpackliege
- 1x entspannende Ganzkörpermassage (60 Minuten)

Ab-Preis pro Person im DZ

- Unterkunft Privatpension **369,00 EUR**
- Unterkunft Pension/Gasthof **409,00 EUR**
- Unterkunft Hotel **579,00 EUR**
- EZ-Zuschlag **21,00 – 126,00 EUR**

## Relax- und Beauty-Tage

Genießen Sie unsere „AQACUR-Badewelt“, entspannen und träumen Sie in einer wunderschönen Atmosphäre. Nehmen Sie eine kleine Auszeit vom Alltag und genießen Sie die Wohltaten eines Wellness-Urlaubs in vollen Zügen.

- 4x Übernachtung mit Frühstück
- 3x Tageskarte für die AQACUR Bade- und Saunawelt
- 1x Rasulanwendung
- 1x Seifenwaschung mit anschließender Seifenmassage oder 1x Teilkörpermassage mit Bodybutter nach Wahl
- 1x Aroma-Ganzkörpermassage
- 1x Klassische Gesichtsbehandlung (60 Minuten)
- Begrüßungssekt, Vitalmenü und ein Cocktail an der AQACUR-Sauna-Bar
- Gutschein für ein Glas Prosecco in der Spielbank Bad Kötzing

Ab-Preis pro Person im DZ

- Unterkunft Privatpension **349,00 EUR**
- Unterkunft Pension/Gasthof **369,00 EUR**
- Unterkunft Hotel **469,00 EUR**
- EZ-Zuschlag **12,00 – 72,00 EUR**



Kneippanwendungen im SINOCUR



Das Thermenium im AQACUR

## Verwöhn- und Wohlfühltag

Gönnen Sie sich selbst – und dem Menschen der Ihnen lieb und wichtig ist – regelmäßig eine wohlverdiente Pause vom Alltag in Form eines kurzen Wohlfühlarrangement.

- 2x Übernachtung mit Frühstück
- 2x Tageskarte für die AQACUR Bade- und Saunawelt
- Begrüßungssekt an der Sauna-Bar
- 1x Vitalmenü mit einem Getränk
- 1x Rasulanwendung
- 1x Seifenwaschung mit anschließender Seifenmassage oder 1x Teilkörpermassage mit Bodybutter nach Wahl
- 1x Maniküre oder Fußpflege
- Gutschein für ein Glas Prosecco in der Spielbank Bad Kötzing

Ab-Preis pro Person im DZ

- Unterkunft Privatpension **199,00 EUR**
- Unterkunft Pension/Gasthof **209,00 EUR**
- Unterkunft Hotel **249,00 EUR**
- EZ-Zuschlag **8,00 – 36,00 EUR**

## „Fitness für den Rücken“

Jeder Zweite in Deutschland leidet an Rückenschmerzen. Das muss aber nicht sein! Für alle, die ihrem Rücken etwas Gutes tun wollen, bieten wir ein spezielles Rückenangebot an.

Mit gezieltem Training und den richtigen Tipps von Profis machen Sie Ihren Rücken stark für die Belastungen des Alltags.

- 3x Übernachtung mit Frühstück
- 1x Rückenmassage (30 Minuten)
- 1x Aqua-Gymnastik bzw. Aqua-Jogging
- 1x Heusack
- 1x Tageskarte für die AQACUR Bade- und Saunawelt

Ab-Preis pro Person im DZ

- Unterkunft Privatpension **169,00 EUR**
- Unterkunft Pension/Gasthof **189,00 EUR**
- Unterkunft Hotel **259,00 EUR**
- EZ-Zuschlag **8,00 – 54,00 EUR**



Gymnastik



QiGong im Kurpark

## „TCM-Gesundheitswoche“

Die TCM-Klinik Bad Kötzing ist eine Universitätsklinik der TCM-Universität Peking.



TCM-KLINIK BAD KÖTZTING

In der „Ersten Deutschen Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin“ in Bad Kötzing werden die Patienten mit den jahrtausendealten Heilmethoden der traditionellen chinesischen Medizin und der erforderlichen „westlichen schulmedizinischen“ Therapie behandelt.

Das Kneippheilbad bietet seinen Gästen eine spezielle Gesundheitswoche, bei der die Prinzipien und Wirkweisen der chinesischen Medizin kennen gelernt werden können.

- TCM-Diagnose und Beratung durch einen TCM-Spezialisten
- Vortrag Prävention (Qi Gong)
- Einführung in das TCM-Gesundheitsportal – mit Dateneingabe, die auch zu Hause weitergeführt werden kann
- 3x Teilnahme an QiGong Übungseinheiten
- Vortrag zur TCM-Ernährung
- Tageskarte für die AQACUR Badewelt
- 5x Übernachtung mit Frühstück
- Anreise Sonntags – Kursbeginn am Montag

Ab-Preis pro Person im DZ

- Unterkunft Privatpension **415,00 EUR**
- Unterkunft Pension/Gasthof **435,00 EUR**
- Unterkunft Hotel **565,00 EUR**
- EZ-Zuschlag **15,00 – 90,00 EUR**

## Das Beste aus zwei Welten

Kneipp-Therapie und Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Sowohl die europäische Kneipptherapie als auch die fernöstliche Traditionelle Chinesische Medizin sind Medizinsysteme, die genauso viel Wert auf die Vermeidung von Krankheiten wie auf ihre sanfte und naturnahe Behandlung legen.

- 2x Übernachtung mit Frühstück
- 1x Anamnese und Beratung durch einen TCM-Spezialisten
- 1x TCM-Konstitutionstypen-Test
- 1x Kneipp'scher Guss
- 1x Heusack
- 1x Massage

Ab-Preis pro Person im DZ

- Unterkunft Privatpension **209,00 EUR**
- Unterkunft Pension/Gasthof **219,00 EUR**
- Unterkunft Hotel **269,00 EUR**
- EZ-Zuschlag **8,00 – 36,00 EUR**

Alle Angebote **inkl. Kurbeitrag und kostenloser Nutzung** des öffentlichen Nahverkehrs im GUTi-Tarifgebiet Bayerischer Wald. **Verlängerungstage möglich!**

## Auskunft und Buchung

Stadt Bad Kötzing  
Kur- und Gästeservice

Bahnhofstraße 15  
93444 Bad Kötzing

Telefon 09941 / 400 32 150  
E-Mail [tourist@bad-koetzing.de](mailto:tourist@bad-koetzing.de)

[www.bad-koetzing.de](http://www.bad-koetzing.de)  
[www.sinocur.de](http://www.sinocur.de)



Entdecken Sie Bad Kötzing online und besuchen Sie uns bei Social Media



[www.bad-koetzing.de](http://www.bad-koetzing.de)



[www.sinocur.de](http://www.sinocur.de)



#badkoetzing

## IGM® - GesundheitsInvest

Investieren Sie 2 Stunden in Ihre Gesundheit!



„Gesund und lange leben bei bestmöglicher Lebenszufriedenheit und Lebensqualität.“  
Wer will das nicht? Und es ist möglich! Jeder von uns hat es weitgehend selbst in der Hand. Wir brauchen dazu nur das notwendige Wissen und die wirksamen Methoden. Erfahren Sie, wie Sie mit dem IGM®-GesundheitsInvest SINOCUR® Ihre Gesundheit und Lebensqualität steigern können.

### Ablauf IGM®-GesundheitsInvest

Nach der Begrüßung werden Sie über einen Zeitraum von zwei Stunden von einem/einer unserer erfahrenen IGM-GesundheitsCoaches betreut und begleitet.

#### 1. Schritt

Ihr persönlicher Coach geht zunächst auf Ihre Anliegen und Erwartungen ein und stellt Ihnen den Ablauf des IGM®-GesundheitsInvest SINOCUR® vor.

#### 2. Schritt

Mittels Messungen, Fragebögen und auf Sie abgestimmten Tests wird Ihre gesundheitliche Situation bestimmt. Das Ergebnis dieser Untersuchungen ist Ihr individueller Gesundheitsbericht.

#### 3. Schritt

Im Einzelcoaching bespricht Ihr IGM-GesundheitsCoach nun die derzeitige Situation anhand des vorliegenden Gesundheitsberichts und entwickelt mit Ihnen gemeinsam ein genau für Sie passendes Gesundheitsziel. Ebenso berät Sie ihr Coach, was Sie unternehmen und welche ersten Schritte Sie zur Erreichung dieses Gesundheitsziels einschlagen können.

Entwickelt und wissenschaftlich begleitet wird dieses Gesundheitsprogramm von Prof. Dr. med. Dieter Melchart vom Gesundheitscampus Bad Kötzing der technischen Hochschule Deggendorf.



### Angebot und Leistungen

#### Gesundheitsbericht

Sie erhalten einen individuellen Gesundheitsbericht und somit eine Bestandsaufnahme Ihrer persönlichen gesundheitlichen Situation.

#### Individuelles Gesundheitscoaching

Erklärung und Bewertung des Gesundheitsberichts, Bestimmung eines Gesundheitsziels und Planung der ersten Schritte zum Erreichen dieses Ziels.

#### Starter-Kit

Sie erhalten ein Vorsorge-Starter-Kit bestehend aus einem Schrittzähler, einem Maßband und individuelle Info@zepte.

#### Gesundheit zum Lesen

„Gesund!“ – Das Buch von Professor Dr. med. Dieter Melchart zeigt, wie gesund wir sein können, wenn wir unseren Lebensstil ändern. Es enthält das 3-Schritte-Selbsteilungs-Programm.  
Buchhandelspreis: 15,99 EUR.



### Entscheiden Sie sich jetzt für Ihre Gesundheit!

Die Teilnahmegebühr am IGM®-Gesundheits-INVEST SINOCUR beträgt

■ Preis pro Person **49,00 EUR**

Terminvereinbarung direkt in unserem Kur- und Gästeservice Bad Kötzing



### Buchbare Termine in 2023

- **23. Februar** von 13.00 – 15.00 Uhr
- **12. April** von 9.00 – 11.00 Uhr
- **14. April** von 14.00 – 16.00 Uhr
- **2. Juni** von 14.00 – 16.00 Uhr
- **2. August** von 9.00 – 11.00 Uhr
- **17. August** von 13.00 – 15.00 Uhr
- **12. Sept.** von 13.00 – 15.00 Uhr
- **3. November** von 14.00 – 16.00 Uhr

Weitere Termine nach Vereinbarung

### Auskunft und Buchung

Stadt Bad Kötzing  
Kur- und Gästeservice

Bahnhofstraße 15  
93444 Bad Kötzing

Telefon 09941 / 400 32 150  
E-Mail [tourist@bad-koetzing.de](mailto:tourist@bad-koetzing.de)

[www.bad-koetzing.de](http://www.bad-koetzing.de)  
[www.sinocur.de](http://www.sinocur.de)

### Gesundheitstag

- IGM-GesundheitsInvest
- 90 Minuten  
Kneipp'sche Gesundheitslehre
- 60 Minuten Beweglichkeitstraining
- 90 Minuten „Schlauer Essen“  
einschließlich Verpflegung

■ **Preis pro Person 99,00 EUR**  
Mindestteilnehmerzahl 2 Personen





ab  
**285,-**  
EUR



**#GESUND  
KANNJEDER**



## Gesundheitsprogramm von Philipp Lahm

**3-tägiges Intensivprogramm in Theorie und Praxis in den Bereichen Bewegung, Ernährung, geistige Bewegung und Kneipp nach dem Bewegungs- und Ernährungskonzept von Phillip Lahm.**

**#gesundkannjeder** basiert auf dem persönlichen Lernprinzip von Philipp Lahm. Es folgt den Grundgedanken aus Motivation, Aktion und Reflexion. **Phillip Lahm** entwickelte anhand seiner Erfahrungen aus Profisport zusammen mit Experten aus Sport, Medizin und Ernährung ein Gesundheitsprogramm für jedes Leistungsniveau. Bewegung ist ein wesentlicher Baustein für eine gesunde Lebensweise.

**Wir ermitteln in einem Checkup** Ihren Status Quo, bewegen uns gemeinsam und unterstützen qualifiziert bei der Suche nach Ihrem zukünftigen Bewegungsprogramm.

**Eine ausgewogene Ernährung** stärkt nicht nur das Immunsystem, sondern bringt mehr Lebensenergie! Wir werden deshalb gemeinsam kochen und essen und nebenbei Ihr Wissen noch vertiefen. Ganz sicher können wir Ihren Speiseplan noch gesünder und leckerer machen.

**Mentale Stärke** ist ein wesentlicher Faktor für einen gesunden Körper. Wir werden mit viel Spaß und Kreativität unser Gehirn trainieren, aber natürlich auch schnelle effektive Entspannungsmethoden einüben.

**In unserem Kneippheilbad** dürfen die richtigen, alltagstauglichen Kneippanwendungen nicht fehlen. Unsere Wasseranwendungen ergänzen das Konzept von Phillip Lahm in perfekter Weise.

Nicht zuletzt gewähren wir einen Einblick in unser **Bad Kötztlinger Lebensstilprogramm**: „Möglichst lange und gesund leben bei bestmöglicher Lebenszufriedenheit und Lebensqualität“. An einem zusätzlichen Tag besteht die Möglichkeit dieses Gesundheitsangebot noch genauer kennen zu lernen um z. B. beim Waldbaden noch einmal kräftig Energie zu tanken.

### Programminhalte

- Begrüßungsimbiss zum Programmstart
- Getränke während des Programms
- 4 x Themenvorträge
- ausführlicher Fitness- und Beweglichkeitscheck + allgemeines Gesundheitsscreening
- täglich praktische Einheiten
- Übungen für die geistige Bewegung
- 1x Eventkochen mit gemeinsamem Mittagessen
- Entspannungsübungen
- täglich Kneippanwendungen

### Optionale Zusatztage

- 1** Einführung in das SINOCUR®-Lebensstilprogramm, Gehirntraining und Faszienworkout
- 2** Waldbaden im Bad Kötztling Kur- und Heilwald mit zertifizierten Waldtherapeuten

Betreuung durch ausgebildete Gesundheitscoaches und Kneipp-Gesundheitstrainerinnen. Das Programm findet im SINOCUR® Präventionszentrum und im unmittelbar angrenzenden Kurpark statt.

### Das nehmen Sie mit nach Hause

- 1x Workbook mit Übungen für Beweglichkeit, Ausdauer und Gehirntraining
- 1x Rezeptheft mit gesunden Gerichten
- 1x Zusammenstellung über Kneippanwendungen
- 1x Gesundheitsbericht
- und viele Ideen zur Verbesserung Ihres Lebensstils

### Weitere Leistungen

- 1x Tageskarte für die AQACUR Bade- und Saunawelt
- 1x Gutschein für ein Glas Prosecco in der Spielbank Bad Kötztling

### Preisinformation

- Preis pro Person **285,00 EUR** zzgl. Übernachtung und Verpflegung

Mindestteilnehmerzahl 2 Personen maximal 15 Personen. Gruppenanfragen auch zu anderen Terminen möglich.

- Buchung Zusatztag für Version 1 oder 2 **75,00 EUR**

### Termine 2023

Termine #gesundkannjeder im Jahr 2023: **Donnerstag** (Anreisetag mit Programm ab Mittag) **bis Samstag, Zusatztag am Sonntag**

- Osterwoche: **06. bis 08.04.** (09.04.)
- Im August: **10. bis 12.08.** (13.08.)
- Im November: **09. bis 11.11.** (12.11.)

**#GESUND  
KANNJEDER**

### Auskunft und Buchung

Stadt Bad Kötztling  
Kur- und Gästeservice

Bahnhofstraße 15  
93444 Bad Kötztling

Telefon 09941 / 400 32 150  
E-Mail [tourist@bad-koetzing.de](mailto:tourist@bad-koetzing.de)

[www.bad-koetzing.de](http://www.bad-koetzing.de)  
[www.sinocur.de](http://www.sinocur.de)



Aussenbereich der Sauna

# AQACUR

BADEWELT BAD KÖTZTING

**AQACUR Badewelt Bad Kötzting**  
 Bgm.-Seidl-Platz 1 · 93444 Bad Kötzting  
 Telefon 09941/9475-0 · Fax 09941/9475-119  
 info@aqacur.de · [www.aqacur.de](http://www.aqacur.de)

**Telefon für Voranmeldung und Reservierung**  
 09941/9475-131

**Gesundheit zum Verschenken:** Wert- sowie Geschenkgutscheine für die einzelnen Anwendungen erhalten Sie direkt an der Kasse oder in unserem Online-Shop [shop.aqacur.de](http://shop.aqacur.de)

Nehmen Sie eine kleine Auszeit vom Alltag und tauchen Sie ein in die verzauberte Welt der Düfte und Massagen. Erleben Sie eine vollkommen neue Dimension der Wohlfühlphilosophie. Genießen Sie die Biosauna, Dampfsauna, Rasul, Finnische Sauna, Saunagarten mit Außensaunen, Wasserbecken und Liegebereich, kneipp'schen Anwendungen und vieles mehr. Entspannen und träumen Sie in einer wunderschönen Atmosphäre.

Unsere Wellness-Oase finden Sie in der Saunalandschaft. Reservierungen sind vor Ort, aber auch telefonisch und nur in Kombination mit einem Saunabesuch einzulösen.

**Wir bitten um Voranmeldung unter Telefon**  
 09941/9475-131

Der Eintritt zur Sauna ist in den genannten Preisen nicht enthalten und gesondert zu entrichten.

**Gesundheit zum Verschenken:** Wert- sowie Geschenkgutscheine für die einzelnen Anwendungen erhalten Sie direkt an der Kasse oder in unserem Online-Shop [shop.aqacur.de](http://shop.aqacur.de)



Hamam-Seifenschaum-Massage

## Massage und Peelings

### Aroma-Massage

Die Aroma-Massage ist eine der angenehmsten Formen die Düfte und Wirkungen ätherischer Öle zu genießen.

- Teilkörpermassage 30 Min. inkl. Tee zum Abschluss
- Preis: **39,00 EUR**

- Ganzkörpermassage 45 Min. inkl. Tee zum Abschluss
- Preis: **49,00 EUR**

### Honig-Öl-Massage

Ganzkörpermassage auf der beheizten Stein-Massage-Liege. Honig enthält über hundert Wirkstoffe. Er wirkt entzündungshemmend und aktiviert Heilungsprozesse. Bei der Massage werden Entgiftungsprozesse unterstützt.

- Ganzkörpermassage 45 Minuten
- inkl. Tee zum Abschluss
- Preis: **49,00 EUR**



Massagen

### Zucker-Peeling

Peelings befreien die Haut von Ballast und lassen uns frisch und gesund aussehen. Zucker löst abgestorbene Zellen besonders sanft und fördert die Durchblutung. Die Haut kann atmen und die feuchtigkeitsspendenden Zusätze des kostbaren Peelings aufnehmen.

- Dauer ca. 20 Minuten
- Preis: **20,00 EUR**



Peelings

## Hamam-Massagen

### Kleine Hamam-Massage

Teilkörper Seidenhandschuh-Peeling mit anschließender Seifenschaummassage auf der beheizten Stein-Massage-Liege. Massage inkl. Aufwärmphase im Dampfbad (oder Vitalsauna) sowie Wassergüssen und Tee zum Abschluss.

- Dauer ca. 30 Minuten
- Preis: **39,00 EUR**

### Große Hamam-Massage

Ganzkörper Seidenhandschuh-Peeling mit anschließender Seifenschaummassage auf der beheizten Stein-Massage-Liege. Massage inkl. Aufwärmphase im Dampfbad (oder Vitalsauna) sowie Wassergüssen und Tee zum Abschluss.

- Dauer ca. 45 Minuten
- Preis: **49,00 EUR**

### Hamam-Bürstenmassage mit Seifenmassage

Ganzkörper Bürstenmassage mit Seifenschaum, Wassergüssen und Tee. Aktive Massage inkl. Aufwärmphase im Dampfbad (oder Vitalsauna) sowie Wassergüssen und Tee zum Abschluss.

- Dauer ca. 45 Minuten
- Preis: **49,00 EUR**

### AQACUR-Seifenbürsten-Ganzkörpermassage

Die Seifenbürstenmassage ist ein intensives Peeling der Haut, das insbesondere die Durchblutung fördert und den Energiefluss des Körpers anregt.

- Dauer ca. 30 Minuten
- Preis: **39,00 EUR**

### AQACUR-Seifenwaschung mit Seifenmassage

Nach der Waschung mit Seifenschaum genießen Sie eine Massage auf der Orientliege. Eingehüllt in einen weichen Schaumberg werden Sie von Kopf bis Fuß massiert. Wassergüsse und ein Glas türkischen Schwarztee runden die Zeremonie ab.

- Dauer ca. 30 Minuten
- Preis: **39,00 EUR**



Kaminzimmer

## Wellness-Arrangements

### Wohlfühltag im AQACUR

- 1 Tagesaufenthalt in der Saunalandschaft einschließlich Thermarium und Erlebnisbad
- Begrüßung an der Sauna-Bar mit Sekt-empfang
- 1x Vitalmenü und ein Getränk
- 1x Rasulanwendung
- 1x AQACUR-Seifenwaschung mit Seifenmassage oder 1x Teilkörpermassage mit Bodybutter nach Wahl (Hanf, Holunder-Zwetschge, Orange)

■ Preis: **95,00 EUR**

### Auszeit

- Tagesaufenthalt AQACUR
- Sektempfang und Vital-Cuisine-Menü mit einem Getränk
- Rasulanwendung
- Ganzkörper-Entspannungsmassage mit Aromaöl

■ Preis: **100,00 EUR**

### Milch und Honig

- Tagesaufenthalt AQACUR
- Honig-ÖL-Massage
- Honigjoghurt mit Pistazien & Pinienkernen

■ Preis: **65,00 EUR**

### Für Zwei

- Tagesaufenthalt AQACUR für 2 Personen
- Rasul-Pflegezeremonie für 2 Personen
- 2 Große Hamam-Massagen
- 2 Cocktails

■ Preis: **170,00 EUR**

### Schön für Sie und/oder Ihn

- Tagesaufenthalt AQACUR
- Kleine Hamam-Massage
- Gesichtsentspannungsmassage
- Kosmetische Fußpflege und Maniküre

■ Preis: **90,00 EUR**

### Aroma-Traum

- Tagesaufenthalt AQACUR
- Aroma-Ganzkörpermassage
- 1 Cocktail

■ Preis: **69,00 EUR**

### After Work

- AQACUR-Aufenthalt 3 Stunden
- Ganzkörper-Entspannungsmassage mit Aromaöl nach Wahl
- 1 Cocktail

■ Preis: **65,00 EUR**

## Rasul und Banja

### Rasul

Das Rasul ist eine Ganzkörper-Heilerde-Behandlung, wobei spezielle ausgesuchte Schlammarten auf die Haut aufgetragen werden und im dampfenden Aromabad durch die Hitze bis tief unter die Haut entschlackend und entgiftend wirken. Grobes Meersalz wird auf Fußsohlen und Fußbrücken aufgetragen, welche somit von Hornhautschichten befreit werden. Die Haut wird durchblutet, gereinigt, der Stoffwechsel wird angeregt. **Rasul – ein Muss für eine gesunde und strahlend schöne Haut.**

- Dauer ca. 45 Minuten
- Preis pro Person **20,00 EUR**

### Banja-Zeremonie mit Weniks-Ritual

**Highlight: Saunieren auf russische Art! Genießen Sie in kleiner Runde mit Freunden oder Familie das einmalige Flair unserer russischen Banja.**

In der Banja-Zeremonie erleben Sie die Tradition des wohltuenden Aufgusses mit Birkensud und Abschlagens mit Birkenzweigen (Weniks). Mit Hilfe dieser wird die heiße Luft und der Birkenduft in der Banja verteilt. Zum Ausklang reichen wir Ihnen im Clubraum frischen Tee. Das Ritual findet täglich in unserer original russischen Banja-Clubsaua, einem Blockhaus aus Rundstämmen statt.

Es wird in der Gruppe durchgeführt und kann ab 6 Personen gebucht werden.

- Das Ritual dauert ca. 3 Stunden
- Preis pro Person: **45,00 EUR**

### Bierbad im holzbefeuerten Badezuber

Beim Bierbad sitzen Sie ca. 45 Minuten entspannt in einem holzbefeuerten mittelalterlichen Badzuber (Bastupool).

Als Badezusatz verwenden wir Bier der Lindner-Brauerei Bad Kötzing. Zum Bierbad reichen wir Holzofenbrot, bayerische Handwurst und zwei Krügerl dunkles Bier. Das Ritual wird in der Gruppe ab 6 Personen durchgeführt.

- Dauer ca. 2 Stunden
- Preis pro Person: **30,00 EUR**



Gradierwerk

SCHLOSSGASTHOF



Träumen  
& zu sich finden

## Erholung pur in historischen Gemäuern

### Schnupper-Tage

bei Anreise: Di., Mi., Do., Fr., Sa.

**3 Übernachtungen mit Frühstück  
inkl. 4-Gänge-Verwöhhnpension**

- 1 Hot Stone Rücken-Massage
- 1 Flasche Schloss-Sekt
- 1 Kopfmassage mit Menthol
- Freie Nutzung des Wellnessbereiches

**Zimmer Pelkhoven Komfort 316,00 €**

**Zimmer Nothaft Komfort + 345,00 €**

**Schloss Suite 390,00 €**

**SCHNÄPPCHEN-ANGEBOT**  
bei Anreise So., Mo.:  
+1 Tag gratis p.P. (4 Nächte)

### Inklusivleistungen:

- Frühstücksbuffet mit Vitalecke und Saftbar
- Wohlfühlpension mit 4-Gänge-Menü oder Buffet
- Freie Nutzung unseres neuen Wellnessbereiches auf 1.800 qm mit Schwimmbad, ganzjährig beheiztem Außenpool, Airpoolliegen, 3 verschiedene Saunen und Whirlpool
- Weitläufige Außenanlagen, Liegewiesen, Biergarten und Fitnessraum
- Badetasche mit Bademantel, Saunatuch und Badeschuhen für die Zeit Ihres Aufenthaltes

Mehr Pauschalangebote auf unserer Homepage [www.schlossgasthof-roesch.de](http://www.schlossgasthof-roesch.de)



Schlossgasthof Rösch, Wolfgang Rösch, Kirchplatz 10, 93476 Blaibach

Tel: 09941/9467-0, [info@schlossgasthof-roesch.de](mailto:info@schlossgasthof-roesch.de)

[www.schlossgasthof-roesch.de](http://www.schlossgasthof-roesch.de)

### Ferienresidenz Am Weißen Regen

Am Regen 2 – 4 / 93444 Bad Kötzing

Tel. 09941/1015 – Fax 09941 / 401660

[info@fewo-weisser-regen.de](mailto:info@fewo-weisser-regen.de)

[www.fewo-weisser-regen.de](http://www.fewo-weisser-regen.de)

Vermietung: RDW Manuela Wittmann

Niederbühlsweg 5, 94234 Viechtach

Hausausstattung: 20 Appartements

## Ferienresidenz „Am Weißen Regen“ • Bad Kötzing

**Tagespreis**

2 Personen ab **52,-** EUR

Mindestaufenthalt: 2 Übernachtungen zzgl. ShortStay  
zzgl. Kurtaxe pro Person/ Tag 1,50 EUR

inklusive Eintritt Badewelt AQACUR und kostenlose Nutzung öffentlicher Nahverkehr im GUTi Tarifgebiet Bayerischer Wald – inklusive Tiefgarage oder Stellplatz – Haustier pauschal 25,00 EUR Kostenloses w-lan/wifi

2- bis 3-Zimmer-Appartements für 1– 5 Personen mit Balkon oder Terrasse! Die Appartements verfügen über einen Wohn-Schlafraum mit komplett ausgestatteter Küche (Mikrowelle, Wasserkocher, Kühlschrank mit Gefrierfach), Sat-TV, entweder ein bzw. zwei Schlafräume, im Wohnraum teilweise Schlafsofa, Tiefgaragenstellplatz. Haustiere herzlich willkommen.

Gepflegte Appartement-Anlage, zentrumsnah und doch im Grünen, idyllisch an einer romantischen Flußbiegung gelegen.

Freier Eintritt in die komplette Bade- und Saunawelt AQACUR inkl. Riesenreifenrutsche, ca. 200 m neben den Appartements gelegen – täglich 3 Stunden (auch ohne Eintritt buchbar)

**NEU: Wohlfühlappartements mit neuer Ausstattung, Spülmaschine etc.**





# WILLKOMMEN IM Birkenhof

- ✦ Indoor Bade- & Saunalandschaft mit Indoor-Pool, Whirlpool, Fitnessraum sowie 10 verschiedenen Saunen und Dampfbädern
- ✦ 1.000 qm Dachpool-Deck mit Infinity-Pool (30-32°C), Sky-Loft, Sauna und Ruhereiche
- ✦ 10 individuelle Relax- und Ruheräume
- ✦ 20.000 qm Gartenreich mit Schaukelliegen, Chakra-Weg, Yoga-Plateau und vielen lauschigen Ruheplätzen
- ✦ Wellnesspagode für Massage und Kosmetik
- ✦ Restaurant „GaumenZauber“ mit sechs Sitzbereichen für Ihre 3/4-Kulinarik
- ✦ Body- & Mind-Fitnessprogramm u.a. mit Aquafitness, Yoga, Outdoor-Aktiv-Kursen, geführten Wanderungen u.v.m.
- ✦ Gemütliche Bar für einen entspannten Ausklang des Wellnessstages
- ✦ Last but not least: ein freundliches und herzliches Team!



magisch. mystisch. menschlich.



*Zeit, die wir  
uns nehmen, ist Zeit,  
die uns etwas gibt.*  
Ernst Ferstl

Wir freuen uns auf Sie!  
[www.hotel-birkenhof.de](http://www.hotel-birkenhof.de)

Spirit&SPA Birkenhof am Elfenhain · Familie Gmach  
Auf der Rast 7 · 93479 Grafenwiesen  
Tel.: +49 - (0) 99 41/40 04-0 · [info@hotel-birkenhof.de](mailto:info@hotel-birkenhof.de)

**Klassifizierung:** 4 Sterne (DEHOGA) · Ferienhotel Birkenhof Johann Gmach KG, AG Rgsb. HRA 6436 · **Haustiere:** a.A. erlaubt  
**Ausstattung:** 82 Zimmer (Doppelzimmer, Einzelzimmer, Suiten), 1 Restaurant mit Terrasse, Hotelbar, Fitnessraum · **Kurbeitrag:** 0,90 € p.P./Tag  
**Wellness:** Hallenbad, Whirlpool, 10 Saunen/Dampfbäder, ganzjährig beheizter Dachpool, Massage & Beauty · **Kinder:** Kinderermäßigung, Happy Family-Wochen  
**Freizeit:** Body&MindFitness-Wochenprogramm (aktive+meditative Kurse), Wandertouren ab Hotel, Skilift/Loipe (10 km), Reiten im Nachbarort, Kanutouren am Fluss Regen

505,-  
pro Pers. ab €

## Wünsch Dir Was

**3 Übernachtungen** inklusive einer Anwendung  
(aus einer Auswahl von 7 Möglichkeiten).  
Bei 5 und 7 ÜN inklusive 2 bzw. 3 Anwendungen

## Fabelhafte Pause

**2 Übernachtungen** inklusive „Sensitive Relax-  
Massage“ (ca. 40 Min., auch als Duo-Anwendung)

379,-  
pro Pers. ab €

## TAGESPREIS

inklusive ¾-Kulinarik  
Lassen Sie sich verwöhnen im ElfenReich,  
in NeptunsReich und  
im neuen WaldReich

144,-  
pro Pers. ab €



# Ulrichshof

BABY & KINDER BIO-RESORT  
★★★★  
SUPERIOR

Familotel 'Bayerischer Wald'



## DAS WELLNESSHOTEL DER KINDERHOTELS

### ULRICHSHOF Highlights

- 9 Sport- und Spaßpools und 81 m lange Riesenwasserrutsche
- Über 5.500 m<sup>2</sup> großer Wellnessbereich
- Wellnessangebote für die ganze Familie im Wald-SPA
- Separater Eltern-SPA mit Natur-BAD und Teichsauna (ab 16 J.)
- Kinderbetreuung tägl. von 9–20 Uhr
- Zahlreiche Indoor- & Outdoorspielmöglichkeiten
- Hoteleigener Reitstall und Streicheltiere
- Regionale, nachhaltige Küche

### ULRICHSHOF Entdecker

Sie haben schon viel vom ULRICHSHOF gehört und möchten ihn kennenlernen? Ein Aufenthalt der Entdeckungen in aller Ruhe mit der ganzen Familie.

- 4 Übernachtungen inkl. Verwöhn Pension
- 1x Entspannung auf der AlphaSphere-Liege
- 1x 6-Gang Candle-Light-Dinner (Mi oder Sa-Abend für 2 Pers.)
- 1x Ponyreiten für ein Kind

Reisetermine: 26.02.–31.03. | 16.–28.04. | 01.–17.05. |  
11.06.–14.07. | 10.–30.09. | 05.11.–15.12.2023

ab 706,- Euro pro Person  
(4 Nächte im Apartment Mini)



Baby & Kinder Bio-Resort ULRICHSHOF

Zettisch 42 | D-93485 Rimbach | +49 9977 950-0 | reservierung@ulrichshof.com

[www.ulrichshof.com](http://www.ulrichshof.com)



## Herzlich Willkommen im Wellness- und Sporthotel Bayerischer Hof

Erleben Sie stilvolles Ambiente, genießen Sie unsere regionalen Spezialitäten, den ausgezeichneten Service an Bar und im Restaurant, 4.500 qm Wellness- & SPA-Oase, unser Fitnessstudio, Tagungsräume und traditionelle Gastfreundschaft seit über 60 Jahren!



### Verwöhnwochenende

- 3x Übernachtungen inklusive Gourmet Halbpension von Donnerstag bis Sonntag
- davon 1x Candle-light-Dinner
- 1x „Champagner“- Sprudelbad mit hochwertigen Pflegeextrakten für 2 Personen
- 1x individuelle Aromaöl-Teilmassage pro Person
- Begrüßungsgetränk
- Kostenfreie Benutzung vom Wellness-Spa-Garden inklusive Saunalandschaft

- Preis pro Nacht im DZ **ab 234,00 EUR**
- Preis pro Nacht im EZ **ab 121,00 EUR**

### 5 Nächte reisen – 4 Nächte bezahlen

- 5x Übernachtungen inklusive Gourmet Halbpension von Sonntag bis Freitag
- Sie erhalten eine Übernachtung geschenkt! (in ausgewählten Zeiträumen)
- Begrüßungsgetränk
- Kostenfreie Benutzung vom Wellness-Spa-Garden inklusive Saunalandschaft

- Preis pro Nacht im DZ **ab 190,00 EUR**
- Preis pro Nacht im EZ **ab 99,00 EUR**

### Schnuppertage

- 4x Übernachtungen inklusive Gourmet Halbpension von Sonntag bis Donnerstag
- 1x Wohltuendes Entspannungsbad für 2 Personen
- 1x Juice Break (Salat, Saft, Tee) an der Spa Bar pro Person
- Begrüßungsgetränk
- Kostenfreie Benutzung vom Wellness-Spa-Garden inkl. Saunalandschaft

- Preis pro Nacht im DZ **ab 190,00 EUR**
- Preis pro Nacht im EZ **ab 99,00 EUR**



#### Hotel Bayerischer Hof

Andreas Gsellhofer e.K.  
Dorfstraße 32 - 93485 Rimbach  
Telefon 09941 77000 0  
Telefax 09941 77000 999  
Email [info@wellnessn.de](mailto:info@wellnessn.de)

Weitere Angebote finden Sie bei uns unter [www.wellnessn.de](http://www.wellnessn.de)

Angebote nicht buchbar an Weihnachten, Silvester und Neujahr. Angebote sind nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Auf Anfrage weitere Angebote für Geschäftsreisende, Tagungen und Gruppenreisen etc. Zuzüglich Hotel- und Kurabgabe - Verlängerungsnacht: Preis auf Anfrage

## Wissenswertes – Hinweise und Impressum

### Zu Gast im Kötztlinger Land

Dieser Prospekt gilt für das Jahr 2023.

Er vermittelt einen allgemeinen Überblick über die Pauschal- und Gesundheitsangebote im Kötztlinger Land. Alle Informationen in diesem Prospekt beruhen auf den Angaben der verschiedenen Leistungsträger, für deren Vollständigkeit von den Orten im Kötztlinger Land keine Gewähr übernommen werden kann. Dem quartiersuchenden Gast ermöglichen sie, sich mit dem Leistungsträger ihrer Wahl direkt in Verbindung zu setzen.

Für Satzfehler und irrtümliche Auslassungen, veränderte Angaben sowie für Änderungen nach der Drucklegung des Prospektes usw. übernehmen wir keine Haftung. Die Reihenfolge der aufgeführten Angebote bedeutet keine Rangordnung. Für die Richtigkeit von Textangaben in Bild- und Werbeanzeigen haftet alleine der Auftraggeber (Leistungsträger).

Die Preise gelten vorbehaltlich einer von der allgemeinen Wirtschaftsentwicklung abhängigen Verteuerung oder Einführung von Steuern. Soweit nicht angegeben, wird außerdem bei einer Übernachtung die ortsübliche Kurtaxe erhoben.

Verbindlich ist das vom Leistungsträger erteilte Preisangebot.

### Absatzwerbung

Dieser Prospekt dient lediglich der Absatzförderung und Information. Aus falschen Angaben oder nicht erfüllten Leistungszusagen des Leistungsträgers kann keine Schadensersatzpflicht gegenüber dem Ersteller des Prospektes abgeleitet werden.

### Reiserücktritt: Buchen ohne Risiko

Ein gebuchter Aufenthalt stellt nach Buchungsbestätigung durch den Leistungsträger einen Vertrag dar, den beide Seiten erfüllen müssen. Tritt ein Gast – aus welchen Gründen auch immer – einen gebuchten Aufenthalt nicht an und entsteht dem Leistungsträger dann ein Schaden, weil die Leistungen nicht für den gleichen Zeitraum weitervermittelt werden können, ist der ausgebliebene Gast schadensersatzpflichtig. Das gilt auch, wenn die Ursache für die Absage ein schicksalhaftes Ereignis ist, das der Gast nicht vermeiden konnte, so z. B. Krankheit, ein Unfall oder sonstige gravierende Ereignisse, auch im engsten Familienkreis. Wir empfehlen Ihnen, eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen.

**Unsere AGB's, die Gastaufnahmebedingungen und weitere rechtliche Hinweise finden Sie auf [www.koetztinger-land.de](http://www.koetztinger-land.de)**

[www.koetztinger-land.de](http://www.koetztinger-land.de)



### Impressum

#### Herausgeber

Werbegemeinschaft Kötztlinger Land  
**Konzept und Gestaltung & Lithographie**  
LABOR 2 – Designagentur,  
93444 Bad Kötzing, [www.labor2.de](http://www.labor2.de)

#### Bildnachweis

[www.gesundes-bayern.de](http://www.gesundes-bayern.de) (Bert Willer und Gert Krautbauer), Stefan Gruber, Ludwig Jilek, Michael Schreiner, Ulrichshof, Gahr & Popp, Mara de Matos – Mara Photo-design, Archive der Tourismusbüros und der beteiligten Beherbergungsbetriebe

#### Druck

LABOR 2 – Werbeproduktion



# Waldbaden in Bad Kötzing

## Im Stadtwald von Bad Kötzing

Der Wald lehrt uns, dass die Natur immer im Wandel ist – also auch Du selbst!

Tritt ein in die Atmosphäre des Waldes und vergiss die Umwelt draußen. Was wäre momentan besser? Tief die frische klare Luft einatmen, die Lungenflügel bis in die äußersten Spitzen mit der feuchten klaren Waldluft füllen und die Welt draußen vergessen.

Entschleunigen durch absichtsloses achtsames Schlendern, Eintauchen in den Wald mit allen Sinnen, die Ruhe genießen und in den Geräuschen des Waldes versinken.



## Informationen zur Teilnahme

- Die Waldbadeeinheiten finden unter Anleitung von zertifizierten Wald-Gesundheitstrainern statt.
- Mindestteilnehmerzahl 4 Personen / Maximal 10 Personen
- Vorherige Anmeldung im Kur- und Gästeservice Bad Kötzing ist erforderlich
- Teilnahmegebühr: **15,00 EUR für ca. 3 Stunden**
- Festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung, sowie ein Rucksack mit einem Getränk sind mitzubringen.



## Buchbare Termin 2023

- |                 |                         |
|-----------------|-------------------------|
| ■ 23. April     | von 09.30 bis 12.00 Uhr |
| ■ 13. Mai       | von 13.30 bis 16.00 Uhr |
| ■ 02. Juli      | von 09.30 bis 12.00 Uhr |
| ■ 12. Juli      | von 09.30 bis 12.00 Uhr |
| ■ 14. Juli      | von 13.00 bis 16.00 Uhr |
| ■ 05. August    | von 13.30 bis 16.00 Uhr |
| ■ 19. August    | von 13.30 bis 16.00 Uhr |
| ■ 03. September | von 09.30 bis 12.00 Uhr |
| ■ 08. September | von 13.00 bis 16.00 Uhr |

## Auskunft und Anmeldung

Stadt Bad Kötzing  
Kur- und Gästeservice

Bahnhofstraße 15  
93444 Bad Kötzing

Telefon 09941 / 400 32 150  
E-Mail [tourist@bad-koetzing.de](mailto:tourist@bad-koetzing.de)

[www.bad-koetzing.de](http://www.bad-koetzing.de)  
[www.sinocur.de](http://www.sinocur.de)