DEUTSCHLAND

Kunzmanns Hotel:
Authentische Ayurveda Kuren in Bad Bocklet



D E T A I L P R O G R A M M

INHALTSVERZEICHNIS

REISEDETAILS 3
Reiseverlauf 3
Allgemeine Beschreibung 3
Kur/Hausprogramm 3
Unterkunft 4
Verpflegung 5
Umgebung 6
PRAKTISCHE HINWEISE 7
Atmosfair / Anreise / Transfers 7
Gesundheit und Impfungen 7
Mitnahmeempfehlungen 7
Versicherung 7
Nebenkosten / Trinkgelder 8
Umwelt 8
Sonstiges 8
LAND UND LEUTE 9
Religion und Kultur 9
Essen und Trinken 9
ANHANG 9
Reiseliteratur 9
Ihre Reisenotizen 10
Kontaktdaten und Anmeldung 12

REISEDETAILS

REISEVERLAUF

- Ayurveda nach indischer Familientradition
- Spazieren im idyllisch grünen Kurpark
- Erneuern der individuellen Vitalität



ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

Das Kunzmann´s Hotel, idyllisch in die Hügellandschaft der bayerischen Rhön eingebettet, ist der ideale Ort für eine Ayurveda Kur in Bayern. Bad Bocklet bietet mit viel Ruhe und Europas stärkster Stahlquelle hervorragende Voraussetzungen, um körperlich und seelisch zur Ruhe zu kommen und mit Unterstützung der ayurvedischen Medizin nachhaltige Regeneration und Heilung zu erreichen.



Genießen Sie von unserer weitläufigen Liegewiese oder Ihrem Balkon aus die traumhafte Aussicht auf die malerische Natur oder entspannen Sie sich in der 1000qm großen Relax-Oase oder der Hotel-Lobby vor gemütlichem Kaminfeuer. Erleben Sie authentischen therapeutischen Ayurveda in Bayern und genießen Sie einen wohltuenden Aufenthalt.

Das Hotel wurde 1926 eröffnet, damals noch als kleine Pension, und ist seitdem im Familienbesitz der Familie Kunzmann. 2010 übernahm der Urenkel Gregor Kunzmann in der vierten Generation das Haus, das mittlerweile komplett renoviert und modernisiert wurde. Im Jahre 2014 entstand die Idee wohltuende Ayurveda Kuren im Hotel anzubieten. Seitdem leitet Ebba-Karina Sander das ayurvedische Kurzentrum im Haus.



Zusätzlich zum Ayurveda Kurzentrum steht Ihnen ein großzügiger Spa-Bereich mit Saunen und einem schönen Pool zur Verfügung.

KUR/HAUSPROGRAMM

Madukkakuzhy - Ayurveda seit 1938

Ayurveda ist seit 5.000 Jahren das traditionelle indische Medizinsystem. Es betrachtet den ganzen Menschen in seiner körperlichen und mentalen Konstitution und behandelt die Ursachen vieler chronischer Erkrankungen und nicht nur deren Symptome. Die Familie Madukkakuzhy aus Kerala in Südindien lebt und praktiziert seit 8 Generationen diesen originalen therapeutischen Ayurveda und betreibt ihr Gesundheitszentrum in Indien seit 1938. Seit 2015 arbeiten der Ärztl. Direktor, Dr. Jobin J. Madukkakuzhy und sein Kollege Dr. Sajan Joseph in Bad Bocklet unter Verantwortung deutscher Ärzte mit einem Team von fünf indischen Therapeuten und einem indischen Koch nach dem gleichen überlieferten Prinzip. Die Therapeuten wurden alle in Kerala im Stammhaus

Madukkakuzhy ausgebildet. Das Kunzmann's Hotel ist das einzige Zentrum in Deutschland, das sowohl in Deutschland als auch in Indien unter gleicher ärztlicher Leitung und im gleichen Konzept arbeitet.

Dem Team stehen die Ärzte aus dem Mutterhaus, des Madukkakuzhy Ayurveda Zentrums in Kerala Südindien, beratend zur Seite. Durch einen sehr regelmäßigen und engen Kontakt wird die Qualität dieser Ayurveda Kur garantiert.



Die Kuren werden ganz individuell auf Sie abgestimmt. Entsprechend Ihrer Konstitution erhalten Sie individuelle Anwendungen im gebuchten Leistungsumfang. Es wurden in der Vergangenheit sehr gute Behandlungsergebnisse in vielen Hauterkrankungen wie Psoriasis, Neurodermitis etc. Ebenfalls bei Parkinson, Diabetes, Burn-Out und Erschöpfungssyndromen konnten schon Erfolge erzielt werden.

Als neueste Errungenschaft wurde ein traditioneller Behandlungstisch aus Kerala importiert, mit dem nun noch authentischere Ayurveda Behandlungen möglich sind. Tägliches Yoga unter fachkundiger Anleitung oder Walking im Park ergänzen das Spektrum.



Ebba-Karina Sander, Leiterin der Ayurveda-Abteilung im Hotel Kunzmann's bietet dreimal wöchentlich angeleitete Meditation für alle Gäste und Bewohner in Bad Bocklet an. Willkommen sind alle „Neueinsteiger" und „Schnupperer", aber natürlich auch erfahrene Meditierer. Es werden jedes Mal verschiedene Meditationswege vorgestellt, so ist für Jeden etwas dabei.

Bitte beachten Sie, dass eine Anreise nur von Montag bis Samstagmittag (gegen 12:00 Uhr) möglich ist, da der Ayurveda-Arzt am Sonntag nicht im Haus ist.

UNTERKUNFT

Die meditative Ruhe und Lage direkt am Kurpark gibt dem Hotel und seinen Zimmern einen ganz besonderen Charme. Von allen Zimmern genießen Sie den Blick ins Grüne, je nach Ausrichtung entweder auf die rückseitigen Obstwiesen, den benachbarten Kurpark oder die weiten Saaleauen. Jede Jahreszeit hat dabei ihre ganz eigene Stimmung. Das ständige Wechselspiel der Farben greift auch in das Design der Zimmer und Suiten im Kunzmann´s ein. Bewegung ist das Thema.



Das Haus hat eine eigene Ayurveda-Etage ausgebaut. Dort liegen vier Classic Doppelzimmer. Hier haben Sie während Ihrer Ayurveda Kur besonders kurze Wege zu den Anwendungsräumen. Sie können natürlich auch die Zimmer in den anderen Etagen buchen.

Die Zimmer verfügen über Schreibtisch, Sitzgelegenheit und ein topmodernes Badezimmer mit Dusche/WC, Haartrockner und Kosmetikspiegel. Kühlbox, Safe, Radiowecker, Telefon und kostenloses W-LAN runden das Wohlfühlangebot ab. Alle Zimmer sind Nichtraucher-Zimmer und bequem per Aufzug erreichbar.

Einzelzimmer Classic bzw. Classic Plus
18 m² mit Balkon, Blickrichtung Nordost (Classic) bzw. Südwest (Classic plus)

Doppelzimmer Classic
25 m² mit Balkon, Blickrichtung Nordost bzw. Südwest

Einzelzimmer Komfort
21 m² mit Balkon, Blickrichtung Südwest
28 m² ohne Balkon, Blickrichtung Nordost

Doppelzimmer Komfort
28 m² mit Balkon, Blickrichtung Südwest / Südost
28 m² ohne Balkon, Blickrichtung Nordost

Doppelzimmer Superior
Die Superior Doppelzimmer verkörpern die Philosophie des "Sowohl-als-auch" in perfekter Form: auf ca. 32 m² erwartet Sie ein optisch getrennter Wohn- und Schlafbereich mit französischem Balkon in Richtung Südost oder Zimmer mit westseitigem Balkon und Blick auf die freie Natur.

Junior Suite
Tauchen Sie ein in romantische Stunden zu zweit. Auf großzügigen ca. 38 m2 erwartet Sie ein optisch getrennter Wohn-und Schlafbereich. Das Interieur, geformt von Abenteuer und die kontrastreiche Farbkomposition wie ein lauer Sommerabend vermitteln das Gefühl von Kraft und Freiheit. Genießen Sie inspirierende Momente auf dem großen Südwest-Balkon.

Kunzmann's Suite
Spüren Sie die Kraft der Elemente und die Philosophie des "Sowohl-als-auch": Auf ca. 43 m² in den beiden Kunzmann's Suiten. Sie sind südwest- oder südostseitig gelegen und verfügen entweder über einen großzügigen Balkon oder eine große Terrasse mit Blick über die traumhafte Parkanlage von Bad Bocklet bis hin zu den sanften Hügeln der Rhön.

VERPFLEGUNG

In der Ayurvedischen Medizin ist die Ernährung wichtiger Teil der Behandlung und damit der Heilung. Sie gilt als einer der Bausteine in der ayurvedischen Medizin, neben den Massagen und den Körpertherapien wie Yoga. Alle Speisen werden individuell für Sie und Ihren Dosha-Typ und entsprechend Ihrem Gesundheitszustand täglich frisch zubereitet. Ayurvedische Vollverpflegung bestehend aus Frühstück, Mittags- und Abendmenü entsprechend Dosha-Typ und Beschwerdebild. Während einer Ayurveda-Behandlung ist die Ernährung rein vegetarisch, um den Körper zu entlasten. Ganztags stehen für Sie eine Heißwasser-Trinkkur, Ingwerwasser, Teeauswahl und die Bad Bockleter Heilquelle bereit.



UMGEBUNG

Das Kunzmann's Hotel liegt in der Nähe einer weitläufigen Parklandschaft. Im Zentrum des Parks ist die historische Wandelhalle, die aufgrund ihrer charakteristischen Bauform den Rahmen für zahlreiche Konzerte und kulturelle Veranstaltungen bietet. Wer ein etwas aktiveres Programm sucht, findet in den angrenzenden Saaleauen ein gut ausgebautes Netz an Wanderwegen und Radrouten. Ein besonderer Tipp für Ihren Aufenthalt in Bayern ist die 9 km lange Tour am Promenadenweg bis nach Bad Kissingen.



Das Biedermeierbad: Ein Kleinod besonderer Art, dessen Besichtigung Sie keinesfalls versäumen sollten, ist der Lesesaal im rechten Seitenflügel des Brunnenbaus. Der konsequent im Biedermeierstil eingerichtete, lichte Saal gibt ein Bild von Lebensstil und Lebensart früherer (Kurgast)Generationen.

Die Kurkapelle Bad Bocklet - Musik von Jazz bis Klassik: Die heutige Kurkapelle unter der Leitung von Stefan Hegedüs, erfreut sich in Bad Bocklet bei Einheimischen und Gästen großer Beliebtheit. Die Konzerte sind interessant und abwechslungsreich gestaltet. Die Gäste und Zuhörer erwartet ein hohes musikalisches und künstlerisches Niveau. Die Vielfalt der Musik und die verschiedenen Formationen in der Besetzung prägen die Kapelle, das damit ein breitgefächertes Repertoire anbietet.

PRAKTISCHE HINWEISE

ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

Mit dem Zug fahren Sie bis nach Bad Kissingen. Vom Bahnhof Bad Kissingen werden Sie ab einem Aufenthalt von 7 Tagen kostenlos abgeholt. Oder nutzen Sie den kostenlosen Bäderbus Frankfurt-Fulda-Bad Bocklet. Der Shuttle bringt Sie von Ostern bis Ende Oktober und zu Weihnachten bis nach Bad Bocklet. Der kostenlose Bustransfer ist nur buchbar in Verbindung mit der Buchung eines mindestens einwöchigen Aufenthaltes. Samstags fährt dieser Bus ab Frankfurt und Fulda jeweils ab dem Hauptbahnhof u. a. direkt nach Bad Bocklet.

Bitte informieren Sie das Hotel mindestens 24 Std. vor der Anreise, dass Sie den kostenfreien Shuttle nutzen möchten. Gerne buchen wir Ihnen ein günstiges RIT-Bahnticket für eine entspannte und umweltschonende An- und Abreise.

Mit dem Auto: Bad Bocklet ist mit dem Auto sehr gut zu erreichen und liegt nahe der A 7, die Von Flensburg bis Füssen führt – zwischen Fulda und Würzburg. Von Norden nehmen Sie die Ausfahrt „Bad Brückenau“ von Süden die Ausfahrt „Bad Kissingen / Oberthulba“. Dort folgend Sie bitte den Hinweisschildern zum Kunzmann's Hotel.



GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie Magen- und Darmverstimmungen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.

MITNAHMEEMPFEHLUNGEN

Wir empfehlen Ihnen bequeme Kleidung für die Yoga Einheiten mitzubringen. Des Weiteren raten wir aufgrund der ayurvedischen Öle, die bei den Massagen eingesetzt werden, möglichst zum Tragen von kochfester Wäsche, die gut gereinigt werden kann.



VERSICHERUNG

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reiserücktrittskosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit bei Bedarf eine Reisegepäck- und Soforthilfe-Versicherung abschließen. Die gewünschten Versicherungen können Sie entweder direkt bei der Buchung, oder auch nachträglich bei NEUE WEGE buchen. So können Sie sich ganz beruhigt auf den Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



NEBENKOSTEN / TRINKGELDER

Sie können im Hotel in Bar, mit EC-Karte oder mit Kreditkarte bezahlen.

Trinkgeld

Es ist schön, wenn das gesamte Team vom Service bis zur Küche, den Reinigungskräften und den Ayurveda-Therapeuten gleichmäßig Anteil am Trinkgeld hat. Daher empfehlen wir das Trinkgeld am Ende Ihres Aufenthaltes an der Rezeption für das gesamte Team abzugeben. Wir empfehlen, je nach Zufriedenheit 30-50 Euro für die Woche einzuplanen.

UMWELT

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten!
Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Achten Sie darauf, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.



SONSTIGES

Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

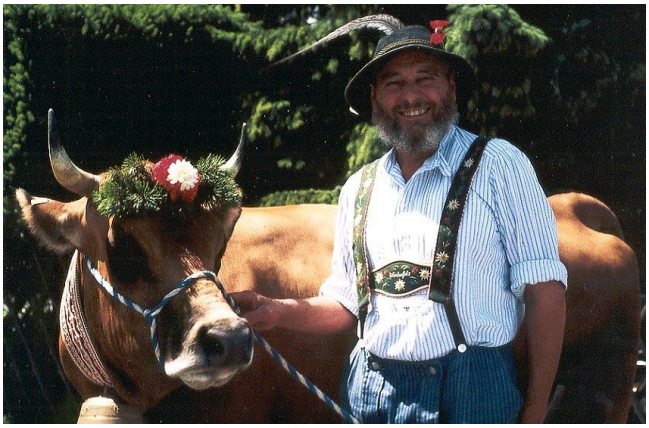
Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das CSR-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen. Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Für den Erhalt des CSR-Siegels in 2009 hat NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten verfasst. Mit den Re-Zertifizierungen im März 2011 und 2014 unterstreichen wir den kontinuierlichen Verbesserungsprozess in Bezug auf unsere Nachhaltigkeitsziele. Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter:
www.neuewege.com/csr

LAND UND LEUTE

RELIGION UND KULTUR

Der Großteil der Einwohner in Bayern ist Katholisch. Die katholische Kirche prägt demnach die bayerische Kultur zu einem großen Teil. In keinem anderen Bundesland gibt es so viele kirchliche Feiertage wie in Bayern. Die Religion wird hier offen zelebriert mit zahlreichen Wallfahrten, Prozessionen und Gottesdiensten.

Die alten Traditionen und Brauchtümer haben in Bayern einen hohen Stellenwert. Volkslieder, Volkstanz und Volksmusik gehören zu Volksfesten dazu. Zahlreiche Heimat- und Trachtenvereine und Musikkapellen tragen diese Traditionen weiter.



ESSEN UND TRINKEN

Bayern ist bis weit über seine Grenzen bekannt für seine deftige Küche. Leberkäse, Weißwurst, Brezeln und Griebenschmalz sind nur einige Beispiele hierfür. Generell ist die bayerische Küche recht fleischlastig. Schweinshaxe, Schweinebraten oder Tafelspitz kommen häufig auf den Teller. Als Beilage werden häufig Krautsalat, Kartoffelsalat oder Knödel gereicht. Das wohl bekannteste Getränk in Bayern ist das Weizenbier.

Obwohl die Küche generell recht deftig ist, gibt es mittlerweile auch viele Restaurants, die sich auf leichte Küche spezialisiert haben. Auch vegetarische und vegane Gerichte sind weit verbreitet.

ANHANG

REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Deutschland beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle eine Auswahl an Reiseführern empfehlen, die sich auf die Region Bayern konzentrieren.

Abend, Bernhard Dr.:
Baedeker Reiseführer Oberbayern.
Baedeker (2016).
ISBN: 3829714335

Schetar, Daniela:
MARCO POLO Reiseführer Oberbayern.
Mairdumont (2016).
ISBN: 3829728549



IHRE REISENOTIZEN

KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



Johanna Henderichs
Europa
j.henderichs@neuewege.com
02226-1588-103



Ann-Christin Hammer
Europa
a.hammer@neuewege.com
02226-1588-104

NEUE WEGE Seminare & Reisen
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach
Tel: +49 (0)2226-1588-00, Fax: +49 (0)2226-1588-070
info@neuewege.com, www.neuewege.com

NEUE WEGE ist seit 2009 mit dem CSR (Corporate Social Responsibility) Nachhaltigkeitssiegel zertifiziert!