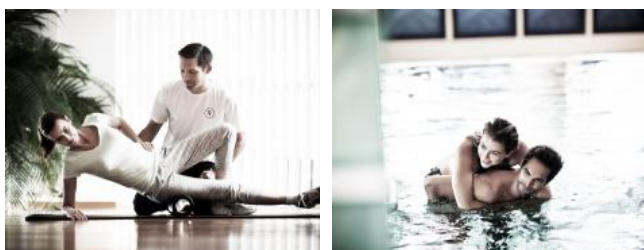


## REDUCE HOTEL VITAL \*\*\*\*S



### REDUCE GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF

Manchmal ist es Zeit innezuhalten. Befreien Sie sich von der Last des Alltags und brechen Sie auf zu einer Reise zu sich selbst. Die 4\* Superior Hotels des Reduce Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf stehen ganz im Zeichen der Gesundheit und des Wohlbefindens. Unsere Gesundheitsexperten begleiten Sie auf dem Weg zu einem gesundheitsbewussten Lebensstil.

Entdecken Sie exklusiven Thermengenuss und erstklassigen Hotelkomfort. Auf insgesamt 4.000 m<sup>2</sup> bietet sich Ihnen eine Thermen-, Sauna- und Sinneswelt der Extraklasse. Großzügige Thermalpools indoor & outdoor, Whirlpools, außergewöhnlich vielfältiges Saunavergnügen und ein reizvolles "Reich der Sinne" sind exklusiv für Hotelgäste.

### REDUCE HOTEL VITAL \*\*\*\*S / MODUL RÜCKEN

#### IHR LEISTUNGSANGEBOT / MODUL RÜCKEN

Kreuzschmerz ade. Das Modul "Rücken" zielt auf die langfristige Kräftigung der Rückenmuskulatur ab. Ausgehend von einer sorgfältigen Analyse erfolgt ein individueller Trainingsverlauf - geleitet von Sportwissenschaftler und Physiotherapeuten.

- 2 Übernachtungen / 1 Person im Doppelzimmer oder Einzelzimmer
- Inklusive Halbpension "Plus" (Frühstücksbuffet, Light Lunch und 4-Gang Wahlmenü am Abend)
- 1 Rückenanalyse inkl. Auswertung (25 Min., Sportwissenschaftler)
- 1 Rückentherapie zum Aufbau der Rückenmuskulatur (25 Min., Sportwissenschaftler)
- 1 physiotherapeutische RückenFit Einheit (25 Min., Physiotherapeutin)
- 1 Rücken-Intensiv Massage (25 Min.)
- Weitere Zusatzleistungen wie:
- Aktivprogramm mit Wassergymnastik
- Koordinationstraining, Rückenfit, Nordic Walking, Cellulite Training
- Säfte, Mineralwasser und Obst im "Reich der Sinne"
- Freies Parken in der Hotelgarage
- Gratis Verleih von Nordic Walkingstöcken
- Bademantel und -tücher für die Dauer des Aufenthaltes
- Exklusiver Thermengenuss im hoteleigenen "Reich der Sinne"
- ACHTUNG: für die Terminvereinbarung bitte direkt an das Hotel wenden

### REDUCE HOTEL VITAL \*\*\*\*S / MODUL BEWEGUNG

#### IHR LEISTUNGSANGEBOT / MODUL BEWEGUNG

Ein Impuls für ein bewegtes Leben. Das Modul "Bewegung" bietet einen professionellen Einstieg in ein gesundheitsorientiertes Bewegungsprogramm.

- 2 Übernachtungen / 1 Person im Doppelzimmer oder Einzelzimmer
- Inklusive Halbpension "Plus" (Frühstücksbuffet, Light Lunch und 4-Gang Wahlmenü am Abend)
- 1 Leistungsdiagnostik inkl. Laktatmessung (50 Min., Sportwissenschaftler)
- 1 sportwissenschaftliche Trainingsberatung (25 Min., Sportwissenschaftler)
- 1 Personal Training (45 Min.)
- Weitere Zusatzleistungen wie:
- Aktivprogramm mit Wassergymnastik
- Koordinationstraining, Rückenfit, Nordic Walking, Cellulite Training
- Säfte, Mineralwasser und Obst im "Reich der Sinne"
- Freies Parken in der Hotelgarage
- Gratis Verleih von Nordic Walkingstöcken
- Bademantel und -tücher für die Dauer des Aufenthaltes
- Exklusiver Thermengenuss im hoteleigenen "Reich der Sinne"
- ACHTUNG: für die Terminvereinbarung bitte direkt an das Hotel wenden

# BESSER-LEBEN

**BALANCE**

## REDUCE HOTEL VITAL \*\*\*\*S / MODUL BEWUSSTE ERNÄHRUNG

### IHR LEISTUNGSANGEBOT / MODUL BEWUSSTE ERNÄHRUNG

Anreise Sonntag bis Donnerstag

Wir zeigen Ihnen den Weg zu einer gesunden Ernährung. Die Bio-Impedanz-Analyse gibt Aufschluss über die Zusammensetzung Ihrer Körpermasse und wertet das Verhältnis der fetthaltigen zur fettfreien Körpermasse aus.

- 2 Übernachtungen / 1 Person im Doppelzimmer oder Einzelzimmer
- Inklusive Halbpension "Plus" (Frühstücksbuffet, Light Lunch und 4-Gang Wahlmenü am Abend)
- 1 Messung der Körperzusammensetzung (Bio-Impedanz-Analyse)
- 1 Individuelle Ernährungsberatung
- Weitere Zusatzleistungen wie:
- Aktivprogramm mit Wassergymnastik
- Koordinationstraining, Rückenfit, Nordic Walking, Cellulite Training
- Säfte, Mineralwasser und Obst im "Reich der Sinne"
- Freies Parken in der Hotelgarage
- Gratis Verleih von Nordic Walkingstöcken
- Bademantel und -tücher für die Dauer des Aufenthaltes
- Exklusiver Thermengenuss im hoteleigenen "Reich der Sinne"
- ACHTUNG: für die Terminvereinbarung bitte direkt an das Hotel wenden

### ADRESS

Elisabeth-Allee 2  
7431 Bad Tatzmannsdorf  
Austria

<https://www.reduce.at/reduce-vital/>

---