




















Hilfe fürs Kofferpacken







Für ein erfolgreiches Gesundheitsprogramm darf die richtige Ausrüstung nicht fehlen. Wir empfehlen Ihnen folgende Objekte einzupacken:

-  Amtlicher Lichtbildausweis
-  3-G Nachweis
-  E-Card
-  Genaue Mitnahme und Angabe von derzeit verordneten Medikamenten
-  Benötigte Hilfsmittel und Heilbehelfe
-  Geeignete und eventuell wetterfeste Trainingskleidung
-  Schwimmbekleidung
-  Jahreszeitengerechte Alltagskleidung
-  Regenjacke
-  Badeschuhe
-  Turnschuhe
-  Toiletteartikel (Haarfön befindet sich am Zimmer)

Falls vorhanden:

-  Letzter Laborbefund
-  Sonstige relevante Befunde
-  Blutgruppenausweis
-  Gerinnungsausweis
-  Pulsuhr und Brustgurt
-  Nordic Walking Stöcke
-  Fahrradhelm (Sie können Fahrräder vor Ort ausleihen)

Eventuell:

-  Badehaube
-  Sonnenbrille
-  Handschuhe
-  Stirnband/Haube
-  Hausschuhe
-  Wir empfehlen für Therapien im Outdoorbereich Wanderschuhe und Socken

Trainingsequipment stellen wir Ihnen vor Ort ausreichend zur Verfügung.

GÄSTEWÄSCHEREI

Ihre Wäsche können Sie in unserer Gästewäscherei waschen. Waschmitteltabs können Sie an der Rezeption kaufen.

