



curhaus

BAD KREUZEN · BAD MÜHLLACKEN

ANGEBOTSFOLDER 2025





HERZLICH WILLKOMMEN IN DEN CURHÄUSERN!

HOTEL CURHAUS BAD KREUZEN

Ihr Ort für ganzheitliche Erholung und Gesundheit.

Ab Seite 4

HOTEL CURHAUS BAD MÜHLLACKEN

Auszeit vom „Zuviel“ im Leben, Wohlfühltag zum Fasten und Kraft tanken.

Ab Seite 34

HOTEL CURHAUS BAD KREUZEN

1. ZENTRUM FÜR TRADITIONELLE EUROPÄISCHE MEDIZIN

Entdecken Sie die Traditionelle Europäische Medizin (TEM) im Hotel Curhaus Bad Kreuzen, dem ersten Zentrum dieser Art. Hier vereinen sich Jahrhunderte alte Heilkunst mit moderner Medizin, um Ihre Gesundheit ganzheitlich zu fördern. Angelehnt an die Lehren von Hippokrates und Galenos betrachten wir den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele. Durch die Typisierung nach den vier Säfte- und Temperamentenlehren bieten wir maßgeschneiderte Anwendungen, die Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren und Ihr Wohlbefinden steigern. Tauchen Sie ein in die Heilkraft der Natur und finden Sie zurück zu den Wurzeln echter Gesundheit.



ZUM RUNDUM WOHLFÜHLEN

Erleben Sie puren Komfort in unseren individuell gestalteten Zimmern! Genießen Sie das traumhafte Panorama. Bitte beachten Sie, dass die meisten Zimmer mit Teppichboden ausgestattet sind. Bei Allergien informieren Sie uns bitte direkt bei der Buchung. Zur perfekten Erholung bieten wir bewusst kein WLAN auf den Zimmern an. In unserem Café sowie in der Oase der Begegnung können Sie kostenlos unser WLAN nutzen.

STUDIO

| | | |
|---|------------------|---------|
| Einbettzimmer „Studio“ Dusche / WC / TV / Balkon | 25m ² | € 160,- |
| Zweibettzimmer „Studio“ Dusche / WC / TV / Balkon | 39m ² | € 160,- |



KOMFORT

| | | |
|--|------------------|---------|
| Einbettzimmer „Komfort“ Dusche / WC / TV / Balkon | 21m ² | € 152,- |
| Zweibettzimmer „Komfort“ Dusche / WC / TV / Balkon | 23m ² | € 152,- |



KLÖSTERLICH

| | | |
|--|------------------|---------|
| Einbettzimmer „Klösterlich“ Etagendusche / WC / TV | 14m ² | € 108,- |
|--|------------------|---------|



Preise pro Person und Nacht, inkl. Vollpension
„Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7), exkl. Ortstaxe



WICHTIGE INFOS

Keine Abzüge bei Paketen sowie bei nicht konsumierten Mahlzeiten. Ab 2 Nächten buchbar. In unserem Haus, einem Ort der Ruhe und Regeneration, sind Gäste ab 16 Jahren herzlich willkommen.

Aufpreise:

- Doppelzimmer zur Einzelbelegung € 25,- pro Nacht
- Hund € 15,- pro Nacht (bei Reservierung unbedingt angeben)

Die Anreise ist zwischen 14.00 - 16.00 Uhr. Am Abreisetag steht Ihnen das Zimmer bis 10.00 Uhr zur Verfügung. Bitte beachten Sie, dass Pauschalangebote mit dem Frühstück enden.

Urlaub vom Auto

Abholung vom Bahnhof Amstetten, Grein oder Bad Kreuzen bei Bedarf möglich. Info ca. 3 Tage vor Anreise unter 072 66 / 6281 erbeten!

Zusätzliche Therapien

Zur besseren Therapieeinteilung empfehlen wir Ihnen gewünschte Anwendungen vorab telefonisch oder per Mail zu reservieren.

Telefon: 07266/6281 - 151

E-Mail: therapie.badkreuzen@marienschwestern.at

Am Sonntag finden keine Therapien statt.

Nicht durch Pauschalangebote abgedeckte Zusatzanwendungen sowie nicht inkludierte Gästeprogrammangebote sind extra zu bezahlen.

Zuschüsse

Bitte erkundigen Sie sich vorab bei Ihrer Krankenkasse über mögliche Zuschüsse. Wir sind Partner der KFL OÖ, BVAEB, LKUF, KFG, KUF Tirol, des Österr. Kneippbundes und Gsund leben in Bad Kreuzen.

Für Stornierungen bzw. bei vorzeitiger Abreise gelten die Bestimmungen des Österreichischen Hotelreglements.

DONAU.Erlebnis Card mit vielen Vorteilen unter www.donaucard.info





„Gesunde Auszeit“ – rundum wohlfühlen und die Natur genießen!

- Reichhaltiges Frühstücksbuffet, mittags und abends Wahlmenü mit Salatbuffet.
- Jedes Package beginnt mit dem Abendessen und endet nach dem Frühstück. Auch Gäste mit Unverträglichkeiten genießen Lebensmittel aus der BioRegion Mühlviertel. (Bei Buchung unbedingt bekannt geben)
- Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen
- Naturbadeteich, großes Hallenbad, Bio-Sauna, Finnische Sauna und Infrarot-Kabine
- Größter Kneipp-Garten Österreichs mit Heilkräutern, Kneipp-Anlage, Barfußparcours und Gradierwerk. 125 km Wander-, Nordic Walking- und Laufwege in der BioRegion Mühlviertel
- E-Bikeverleih und E-Ladestation kostenpflichtig, Schneeschuhverleih kostenlos
- Badetasche mit Bademantel und -tücher für die Zeit Ihres Aufenthalts gratis
- Teilnahme an Gebeten der Schwestern und Eucharistiefeier möglich
- Attraktives 5-Säulen-Gästeprogramm. Meditation, Sing-Runde, Vorträge über Traditionelle Europäische Medizin. Themenworkshops (Räucher- oder Kräutervorträge) gegen Aufpreis.



TEM –

TRADITIONELLE EUROPÄISCHE MEDIZIN

Entdecken Sie die Kraft der Traditionellen Europäischen Medizin

(TEM) bei uns! Unser Curhaus vereint bewährte Heilkunst mit moderner Schulmedizin, um Ihre Gesundheit zu fördern und Beschwerden zu lindern. Bei uns lernen Sie, wie Sie auch in stressigen Zeiten gesund bleiben können.

Jahrtausende alte Heilkunst

Die TEM schöpft aus fast 3000 Jahren Wissen und Praxis. Berühmte Namen wie Hildegard von Bingen, Paracelsus und Sebastian Kneipp haben diese Tradition geprägt. Heute kombinieren wir Methoden wie Aderlass, Schröpfen, Heilpflanzen, Wickel und Bäder mit modernen Erkenntnissen. Die TEM ergänzt und unterstützt die Schulmedizin.

Ganzheitliche Wirkung

Die TEM betrachtet den Menschen in seinem Zusammenspiel mit der Umwelt und legt den Fokus auf Prävention und die Behandlung chronischer Erkrankungen. Wir helfen bei Stress, Erschöpfung, Migräne, Schlafstörungen, Verdauungsproblemen und mehr. Die TEM basiert auf der Vier-Elemente-Lehre und den vier Temperamenten (Sanguiniker, Choleriker, Phlegmatiker, Melancholiker) und behandelt den ganzen Menschen, nicht nur Symptome.

Die Wahrnehmung mit allen Sinnen unterstützt den TEM-Arzt neben dem Gespräch bei der Diagnose. Iris-, Zungen- und Pulsbefundung helfen Medizinerinnen und Therapeuten, eventuelle Schwachpunkte zu erkennen, die noch symptomlos sind, aber sich irgendwann als Krankheit manifestieren können. Mit dem Gast wird in unserem Curhaus ein Konzept erstellt, die Selbstregulation und die Selbstheilung anzuregen.

Mehr Infos auf unserer Website unter www.curhaus.at

Die Archetypen

Sanguiniker sind energiegeladen und extrovertiert. Sie sind unbekümmert, optimistisch, lebensfroh, neugierig, kreativ, humorvoll, leben im Moment und sind nicht nachtragend. Ihre Schwächen sind Übertreibung und Oberflächlichkeit.



Melancholiker sind introvertierte Denker mit künstlerischen Fähigkeiten. Sie arbeiten intuitiv und mit Menschenkenntnis, sind analytisch, gewissenhaft, nachdenklich und tiefgründig. Sie neigen zum Grübeln und halten im sozialen Umgang Distanz.

Choleriker sind extrovertierte Macher, die schnell und entschlossen handeln. Sie lösen Probleme konstruktiv, beherzt, ehrgeizig und einsatzfreudig. Sie sind selten zufrieden und können aufbrausend und ungeduldig sein. Viele Workaholics sind Choleriker.



Phlegmatiker sehen das Leben gelassen und schätzen Ruhe, Genuss und Zufriedenheit. Sie sind konzentriert, ausdauernd, introvertiert, beobachtend und diplomatisch, mit der Fähigkeit zuzuhören und zu vermitteln. Jedoch sind sie wenig begeisterungsfähig, unentschlossen und starrköpfig. Bei äußerem Druck verweigern sie und ziehen sich zurück.

Welcher Archetyp sind Sie? Scannen Sie den QR-Code und machen Sie den Test!



Wohlfühltag

Gönnen Sie sich Entspannungstage, die Seele und Körper verwöhnen. Abschalten, entspannen und die pure Erholung genießen - fernab vom Alltag. Ihre Ruheoase wartet auf Sie!

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- 1 Kräuter-Auflage und 1 TEM Guss
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm
- Gymnastik am Morgen (MO–FR)

STUDIO


| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 474,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 637,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 947,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 450,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 605,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 899,- |

KLÖSTERLICH

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 330,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 445,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 659,- |

A photograph of two women walking on a dirt path through a lush green forest. The woman on the left is wearing a pink long-sleeved shirt and blue jeans, while the woman on the right is wearing a white long-sleeved shirt and dark pants. They are both smiling and looking towards the camera. The background is filled with vibrant green foliage and trees.

Behandlungen
zubuchbar
+43 (0) 7266 / 6281
DW 151

Auszeit und Wellness

7 NÄCHTE GENIEßEN - 6 BEZAHLEN

Diese Woche weckt neue Lebensfreude und Energie! Verbringen Sie glückliche Tage, ob entspannt im Haus oder aktiv in der Natur bei schönen Wanderungen.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 5)

KLÖSTERLICH

7 Nächte DI-DI
statt € 756,-
nur € 648,-

KOMFORT

7 Nächte DI-DI
statt € 1.064,-
nur € 912,-

STUDIO

7 Nächte DI-DI
statt € 1.120,-
nur € 960,-

Begrenzte Personenanzahl pro Woche!

Nur
buchbar
von Di - Di

Ein Wohlfühltag für mich

Genießen, entspannen wohlfühlen - den ganzen Tag lang.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- Tagesaufenthalt im Ruheraum
- Wählen Sie aus einem unserer Wohlfühlpakete:
 - Gesunder Rücken: 1 Wechsel-Arm-Nackenguss
1 Kräuterauflage
1 Heilmassage, 20 Min.
 - Detox-Paket: 1 Heusack Leber
1 TEM-Peeling
 - Entspannung pur: 1 TEM-Balance Behandlung, 25 Min.
1 Heusack klein



Tipp

Zusätzliche Behandlungen
buchbar +43 (0) 7266 / 6281-151

1 Tag € 155,-
Montag bis Samstag buchbar

Erfolg, der bleibt: Vor- und Nachbereitung als Erfolgsgeheimnis!

Unser Service endet nicht mit Ihrem Fasten- oder Detox-Aufenthalt. Schon vorab erhalten Sie wertvolle Tipps für die Entlastungswoche, um sanft in die Reinigung zu starten. Für die Zeit danach versorgen wir Sie mit leckeren Rezepten und nützlichen Informationen. So können Sie die positiven Effekte des Fastens in Ihren Alltag integrieren und das neue, leichte Lebensgefühl beibehalten, die Ernährungsveränderung, den Fastenerfolg und das leichtere Lebensgefühl zu erhalten.

Einzigartig: Das besondere Extra für jeden Fasten- und Detox-Gast



DER „LEICHTER LEBEN COACH“- Ihre Online-Betreuung zu Hause

Eine Woche vor und zwei Wochen nach Ihrer Fasten- oder Detox-Woche erhalten Sie täglich Anregungen, Übungen, Infos und Rezepte online. Abgestimmt auf die 5 Säulen der Gesundheit: Ernährung, Lebensordnung, Heilpflanzen, Bewegung, Wasser und Wickel. Unsere App „Leichter Leben Coach“ wurde im Juni 2019 mit dem European Health & Spa Award als „Beste technische Produktinnovation“ ausgezeichnet. Mehr Infos unter www.leichter-leben-coach.at

„FASTEN UND LOS GEHT'S“

Lust auf Wohlgefühl und mehr Leichtigkeit? Dann fasten Sie doch! Welche Art des Fastens zu Ihnen passt und deshalb auch am besten gelingen kann, zeigt Ihnen ein einfacher Test. Eine Woche Basenfasten, ein Detox-Weekend, Entlastungstage oder doch lieber Intervallfasten? Die fix und fertigen Sorglos-Pakete, von der Einkaufsliste bis zum schmackhaften Rezept, bieten alles was Sie brauchen, damit Sie sofort loslegen können. Noch nie war Fasten so einfach!

128 Seiten Informationen, Tipps und Rezepte. ISBN 978-3-7088-0809-3



Detox auf Europäisch – intensiv

EXKLUSIV BEI DEN MARIENSCHWESTERN!

Wollen Sie sich leichter und vitaler fühlen?

Unsere maßgeschneiderte Detox-Kur aktiviert Ihre Selbstheilung und lindert Beschwerden. Starten Sie erfrischt und voller Energie neu durch!

- Vollpension mit typgerechter, ausgewogener und leicht bekömmlicher Detox- bzw. Fastenernährung
- Ausleitung mit individuellen Kräutern
- 1 Anfangsuntersuchung 45 Min. durch einen TEM-Arzt
- Typgerechte Ernährungsberatung, 20 Min.
- Ärztlich verordnete Behandlungen wie Wickel, Güsse, Bäder
- 1 Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.
- Anleitung zur Selbstanwendung Darmreinigung
- 2x Ausleitungs-Ölmassage, 30 Min.
- Archetypisches Saunaritual
- TEM Bewegungsimpuls nach ärztl. Empfehlung (MO–FR)
- Ernährungsvorträge und Gespräche
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm
- TEM-Abschlussuntersuchung
- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten und los geht’s“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)



STUDIO

| | | |
|-----------|-------|-----------|
| 6 Nächte | SO-SA | € 1.534,- |
| 13 Nächte | SO-SA | € 3.068,- |

KOMFORT

| | | |
|-----------|-------|-----------|
| 6 Nächte | SO-SA | € 1.486,- |
| 13 Nächte | SO-SA | € 2.972,- |

KLÖSTERLICH

| | | |
|-----------|-------|-----------|
| 6 Nächte | SO-SA | € 1.246,- |
| 13 Nächte | SO-SA | € 2.492,- |

Info

DETOX auf Europäisch

Mit Heilkräutern, individueller Ernährung, Wasseranwendungen und Bewegung wird ein typgerechtes Konzept erstellt, um Stoffwechselprodukte auszuleiten, Emotionen zu lösen und Gewicht zu reduzieren. Wohlfühl-Atmosphäre inklusive – für Anti-Aging und Prävention vom Feinsten!



Fasten in der Traditionellen Europäischen Medizin

Entdecken Sie die Kraft des Fastens! Unsere Fastenprogramme sind perfekt auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Finden Sie zu neuer Energie und innerem Gleichgewicht – mit Fasten, das wirklich zu Ihnen passt.

- Fastenvollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- 1 Anfangsuntersuchung 30 Min. durch einen TEM-Arzt
- 1 ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.
- Anwendungen aus der Traditionellen Europäischen Medizin (3 Wickel und 3 Güsse/Bäder)
- Bewegungseinheiten (MO–FR)
- Tägliche Fastenbegleitung mit Austauschgesprächen
- Vorträge und Impulse zum Fasten
- Gemeinschaftliche Aktivitäten – speziell auf Ihre Fastenwoche abgestimmt, wie geführte Wanderungen, Vorträge und Meditationen
- TEM-entsprechender individueller Einsatz von Kräutern (Tees, Pastillen usw.)
- Individueller Einsatz von Ausleitungsverfahren

KLÖSTERLICH

6 Nächte SO-SA
€ 1.065,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA
€ 1.305,-

STUDIO

6 Nächte SO-SA
€ 1.353,-

BASENFASTEN MIT SABINE GRUBER

Genießen Sie wohltuende Basenkosten wie wärmende Getreidebreie, farbenfrohe Gemüsegerichten und leckeren Gemüsesuppen – ganz ohne Rohkost. Lassen Sie sich von der basischen Vielfalt inspirieren und tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes!

Termine:

02.03. bis 08.03.2025

09.11. bis 15.11.2025

GEMÜSE- UND KRÄUTERFASTEN MIT MONIKA LECHNER-KRONSTEINER

Genießen Sie köstliche Suppen, frische Säfte und fein abgestimmte Gerichte aus vielfältigem Gemüse und aromatischen Kräutern. Eine sanfte Fastenform, die nährt und belebt!

Termine:

23.03. bis 29.03.2025

05.10. bis 11.10.2025

BUCHINGER/LÜTZNER FASTEN MIT SIGRID KASTNER

Genießen Sie frisch zubereitete Obst- und Gemüsesäfte, basische Gemüsebrühen und -püreesuppen. Verzichten Sie bewusst auf feste Nahrung und unterstützen Sie Ihren Körper bei der natürlichen Regeneration.

Termine:

06.04. bis 12.04.2025

16.11. bis 22.11.2025



Mini Basenfasten

Gönnen Sie sich in wenigen Tagen tiefgehende Erholung. Mit gezielten Impulsen entlasten Sie Ihren Körper schnell und tanken neue Energie.

- Vollpension „Gesunde Fastenauszeit“
- Vorträge und Impulse zum Fasten und Tipps zur Ernährungsumstellung
- 2 Bewegungseinheiten
- Tägliche Fastenbegleitung mit Austauschgesprächen

Tipp

Therapie-Paket zubuchbar
 (nur in Kombination mit diesem Angebot möglich)
 1 Bauchwickel und 1 TEM Reflexologie 30 min.
 Statt € 101,50 nur € 91,-

Aktiv-Gesundheitstage

Aktiv im malerischen Mühlviertel! Genießen Sie abwechslungsreiche Bewegungseinheiten wie Stretching, Wassergymnastik und Wanderungen in der Natur. Finden Sie neue Energie und lassen Sie Körper und Geist in Einklang kommen.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- Tägliche Bewegungs- und Entspannungseinheiten
- 1 TEM Guss, 1 Ausleitungsölmassage

Begleitung: Christine Brookhouse
(Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainerin, Ärztlich geprüfte Fasten- Basenfastenbegleiterin, Yogalehrerin)

STUDIO

3 Nächte DO-SO
€ 553,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO
€ 529,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO
€ 409,-

Termine:

13.03. bis 16.03.2025

23.10. bis 26.10.2025

Begleitung: Sigrid Kastner
(Diätologin, spirituelle Fastenbegleiterin)

STUDIO

3 Nächte DO-SO
€ 633,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO
€ 609,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO
€ 489,-

Termine:

22.05. bis 25.05.2025

11.12. bis 14.12.2025



KneippCur

BELEBENDES WASSER AUF UNSERER HAUT

Erleben Sie die wohltuende Kraft der Kneippkur und bringen Sie Körper und Geist wieder in Einklang. Durch bewährte Anwendungen wie Güsse, Bäder und Wickel wird Ihr Immunsystem gestärkt, der Stoffwechsel angeregt und die innere Balance gefördert. Tauchen Sie ein in eine Welt der natürlichen Heilmethoden und spüren Sie, wie Sie durch gezielte Wasseranwendungen und ganzheitliche Therapien neue Energie schöpfen.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 7)
- **1 ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung**
- **Vom Arzt verordnete Kneipp-Anwendungen** (Wickel, Güsse, Bäder, Inhalationen)
- **5x Gruppengymnastik pro Woche**
- **1 Heilmassage, 20 Min.**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm**

STUDIO

| | | |
|-----------|-------|-----------|
| 6 Nächte | SO-SA | € 1.283,- |
| 13 Nächte | SO-SA | € 2.566,- |
| 20 Nächte | SO-SA | € 3.849,- |

KOMFORT

| | | |
|-----------|-------|-----------|
| 6 Nächte | SO-SA | € 1.235,- |
| 13 Nächte | SO-SA | € 2.470,- |
| 20 Nächte | SO-SA | € 3.705,- |

KLÖSTERLICH

| | | |
|-----------|-------|-----------|
| 6 Nächte | SO-SA | € 995,- |
| 13 Nächte | SO-SA | € 1.990,- |
| 20 Nächte | SO-SA | € 2.985,- |

Aktion

13 Nächte zum Preis von 12!
20 Nächte zum Preis von 18!



„Das Wasser ist das allererste, vorzüglichste und
allgemeinste Heilmittel für den menschlichen Körper.“

Sebastian Anton Kneipp

Verwöhntage für die Frau

ZEIT FÜR MICH

Nach diesem Motto wollen wir Frauen in jeder Lebensphase genüssliche und entspannende Wohlfühltage bescheren. Bei der innovativen ganzheitlichen Frauenheilmassage werden Lymph- und Hormonsystem, sowie die Organfunktionen aktiviert.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- 1 Frauenheilmassage „MANNEA“, 60 Min.
- 1 TEM Guss, 1 Heusack auf die Leber
- Entspannung nach Jacobson
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm



STUDIO

| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte DO-SO | € 614,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 772,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.086,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte DO-SO | € 590,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 740,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.038,- |

KLÖSTERLICH

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 470,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 580,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 798,- |

Info

Frauenheilmassage „MANNEA - ganzheitliche Gesundheitsmethode“

Diese Ganzkörper-Spezialmassage entfaltet ihre wohltuende Wirkung in jeder Lebensphase: von der Pubertät über die Wechseljahre, bei Kinderwunsch, während der Schwangerschaft und in der Zeit nach der Geburt. Sie unterstützt bei Endometriose, Migräne, Schlafstörungen, Stressabbau, Schilddrüsenerkrankungen, Atemwegserkrankungen, Allergien, Verdauungsprobleme und Blasenbeschwerden – für ein spürbar verbessertes Wohlbefinden.

Frauenbalance

WOHLFÜHLEN UND NATURWISSEN VEREINT

Kräftigen Sie Ihr Immunsystem und stärken Sie Ihren Darm und die Organe mit unserem Power-Programm. Wählen Sie zwischen den zwei Schwerpunkten „Ausgleichen und harmonisieren mit Sommerkräuter“ und „Immunsystem stärken“. Ein Powerprogramm mit Mehrwert!

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 7)
- **Frauenheilmassage, 60 Min.**
- **Workshops mit je 3h**

Termine:

„Ausgleichen und harmonisieren mit Sommerkräuter“
26.06. bis 29.06.2025

„Immunsystem stärken“
02.10. bis 05.10.2024



STUDIO

3 Nächte DO-SO
€ 579,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO
€ 555,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO
€ 435,-

Kräuterkurs

mit Monika Lechner-
Kronsteiner

Kräuterwanderung, Verarbeitungsmöglichkeiten und Zubereitung von Heilpflanzenprodukten zum Thema.

Ernährungs- seminar

mit Sigrid Kastner

Spezielle Tipps für die Frau im Sommer bzw. Herbst mit praktischer Umsetzung sowie Fragemöglichkeit.

Räucher Workshop

mit Ulrike Hausleithner

Wie wird geräuchert/ welche Pflanzen und Harze kann man verräuchern. Herstellen einer Räuchermischung zum Thema Wohlfühlen & Frauengesundheit.





Ganzheitliche Gesundheit für mich

MIT TRADITIONELLER EUROPÄISCHER MEDIZIN

Gesundheit für mich – eine Woche, die ganz Ihnen gewidmet ist! Bringen Sie Körper, Geist und Seele in Einklang und genießen Sie individuelle Behandlungen, die Ihr Wohlbefinden nachhaltig stärken. Jetzt Zeit für sich selbst nehmen – für Ihre Gesundheit, für Ihr Wohlbefinden.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 7)
- **1 Anfangsuntersuchung 45 Min. durch einen TEM-Arzt** inkl. Iridologie, Zungen- und Pulsbefundung
- **TEM-Gesundheitsanwendungen, abgestimmt auf Ihr persönliches Temperament** (3 Wickel, 3 Güsse/Bäder)
- **1 Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.**
- **TEM-Ernährungsberatung & TEM-Abschlussuntersuchung**
- **Bewegung- oder Entspannungseinheit (MO–FR)**



STUDIO

6 Nächte SO-SA
€ 1.387,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA
€ 1.339,-

KLÖSTERLICH

6 Nächte SO-SA
€ 1.099,-

Tipp

Kombinieren Sie beide Pakete für Ihr zweiwöchiges TEM-Erlebnis.



Info

Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“

Schließen Sie Ihre Augen und genießen Sie individuell abgestimmte Massagetechniken und -griffe, Reflexpunktbehandlungen sowie Kräuter und Öle nach Ihrem Archetyp.

Ganzheitliche Gesundheit für mich - intensiv

Sammeln Sie weitere Erfahrungen mit der TEM.

Kann nur aufbauend auf das Angebot

„Ganzheitliche Gesundheit für mich“ gebucht werden!

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- 1 Ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung
- TEM-Gesundheitsanwendungen, abgestimmt auf Ihr persönliches Temperament (3 Wickel, 4 Güsse/Bäder)
- 1 Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.
- Bewegungs- oder Entspannungseinheiten (MO–FR)
- 2x Meditatives Bogenschießen
- TEM-Abschlussuntersuchung



STUDIO

| | |
|-----------------|-----------|
| 6 Nächte SO-SA | € 1.387,- |
| 13 Nächte SO-SA | € 2.774,- |

KOMFORT

| | |
|-----------------|-----------|
| 6 Nächte SO-SA | € 1.339,- |
| 13 Nächte SO-SA | € 2.678,- |

KLÖSTERLICH

| | |
|-----------------|-----------|
| 6 Nächte SO-SA | € 1.099,- |
| 13 Nächte SO-SA | € 2.198,- |



Aktion

13 Nächte zum Preis von 12!



Bewegung für die Seele

IHR PLATZ IN DER NATUR

In die Pedale treten oder die Wanderstöcke zur Hand nehmen. Erkunden Sie die Umgebung des sanft-hügeligen Mühlviertels. Die schönsten Wander- und Radtouren warten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Genießen Sie bewegende Tage für Leib und Seele im Haus und in der Natur draußen.

- Halbpension (Frühstück und Abendessen)
- 1 Sportler-Guss und 1 Heilmassage, 30 Min.
- Kostengünstiger E-Bike Verleih im Haus
- Rad- oder Wanderkarte der Region
- Lunchpaket und Mittagessen zubuchbar

Wir bitten um rechtzeitige Reservierung der E-Bikes.

Kosten: Ganzer Tag € 30,- / Halber Tag € 20,-
Wander- bzw. Walkingstöcke können Sie sich kostenlos ausleihen.

STUDIO

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 469,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 597,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 853,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 445,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 565,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 805,- |

KLÖSTERLICH

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 325,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 405,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 565,- |

Oberösterreichs erstes Wanderdorf

Bad Kreuzen ist Oberösterreichs erstes Wanderdorf.

Hier bewegen sich Menschen im Einklang mit der Natur, um Ihr Leben aus natürlicher Motivation dauerhaft in Fluss zu bringen.



Radl-Tipp

R1. 14 Mondstein-Runde

Genießen Sie eine traumhafte Gipfelradtour! Beginnend aus der Strudengau-Schlucht – einst einer der gefährlichsten Donauabschnitte – zum mystischen Mondstein (600 m). Über zwei Panorama-Bergrücken radeln Sie zum höchsten Punkt. Grandiose Fernblicke, kurze Anstiege, erholsame Terrassen, ein purer Genuss!

🕒 2h 09 min

↔️ 27 km

↑ 558 m

gute Kondition & mittelschwere Route



Wander-Tipp

Kreuzner Herzklopfen Runde

Nehmen Sie sich Zeit, am besten einen ganzen Tag - Wandern Sie durch den Wald, zu Quellen und Kapellen. Genießen Sie die traumhafte Aussicht ins Donautal!

🕒 3h 5m

↔️ 10,3 km

↑ 334 m

Traumtour &
mittelschwere Route



Kneippweg Runde

Für Körper und Geist. Neben der wunderschönen Natur am Kempbach gibt es auch 8 Motorik Stationen, welche zum Auspowern einladen.

🕒 1h 19m

↔️ 4,2 km

↑ 158 m

Traumtour &
mittelschwere Route



Tanz- und Bewegungstage für Frauen

TANZ DER ELEMENTE

Feuer, Wasser, Erde, Luft. Die Naturelemente bieten uns uralte und wunderbar kraftvolle Bilder für Tanz und Entspannung. Wir laden Frauen ein, die heilsame Kraft intuitiver Bewegung in einer kleinen Gruppe gemeinsam zu entdecken. Werfen Sie Ballast ab, spüren und stärken Sie Ihre Lebenskraft, finden Sie in genussvollen Bewegungen: Tänzerisch, kreativ, wohltuend, bestärkend.

- **Vollpension** „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- **Täglich Tanz-, Bewegungs- und Entspannungseinheiten**

Begleitung: Miriam Kubiena,
Coach für Sozial-, Tanz- und
Bewegungspädagogik

Termin:
20.02. bis 23.02.2025

Teilnehmerzahl: 5-10 Personen

STUDIO

3 Nächte DO-SO
€ 643,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO
€ 619,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO
€ 499,-

Preise exkl. Therapie-Paket.

Therapie-Paket zubuchbar

1 TEM Balance Behandlung

1 Heusack klein

statt € 84,- nur € 75,-





Herz-Meditation

„JUGUM“ DAS EUROPÄISCHE KLOSTER-YOGA

Die Herz-Meditation der Klostermedizin beinhaltet ganzheitliche Übungen und stärkt die Stress- und Immunkompetenz.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- Einführung und Anleitung zur täglichen Herz-Meditation
- Broschüre mit genauen Anleitungen zur Herz-Meditation und zu deren Hintergrund
- Tägliches Angebot von TEM-Leibarbeit
- Optionale Abendangebote (Vorträge, Tanztherapie, Heilkräuter)
- 1 ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 30 Min.
- 1 TEM-Heusack, 2 Güsse

Begleitung: Privatdozent
Dr. Karl-Heinz Steinmetz

Termin:
14.09. bis 18.09.2025

STUDIO

3 Nächte SO-DO
€ 817,-

KOMFORT

3 Nächte SO-DO
€ 785,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte SO-DO
€ 625,-

Eins sein mit Pfeil und Bogen

AKTIVTAGE BOGENSCHIESSEN

Tauchen Sie ein in eine jahrtausende alte Kunst und schenken Sie sich und Ihrem Körper wieder mehr Achtsamkeit. Entdecken Sie die Kraft des Loslassens und finden Sie zurück zu Ihrer inneren Balance.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- 2x Bogenschießen in der Gruppe, 60 Min.
- 1x Meditatives Bogenschießen einzeln, 50 Min.
- Geführte Meditation und Entspannung
- Einführung in das Bogenschießen & Zielformulierung, sowie gemeinsamer Abschluss mit Feedback & Reflexionen



STUDIO

3 Nächte DO-SO
€ 694,-

KOMFORT

3 Nächte DO-SO
€ 670,-

KLÖSTERLICH

3 Nächte DO-SO
€ 550,-

Begleitung: Dagmar Illibauer

Termine:

26.06. bis 29.06.2025
25.09. bis 28.09.2025

Teilnehmerzahl: 4-8 Personen

Info

Meditatives Bogenschießen beeinflusst Erkrankungen und Beschwerden auf körperlicher und seelischer Ebene positiv und beschleunigt deren Heilung. Durch das Wiedergewinnen von innerer Ruhe, Gelassenheit und Stärke können die Hürden des alltäglichen Lebens somit leichter angegangen und bewältigt werden.



SingCur

SINGEND DIE LEBENSFREUDE STÄRKEN

Gemeinsam singen und bewegen, die Seele beflügeln, das Herz weiten und Zuversicht gewinnen! In liebevoller Gemeinschaft fördern wir Ihre Selbstheilungskräfte und bringen Körper und Geist in Einklang. Erleben Sie Momente voller Freude und innerer Bewegtheit!

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- 2 Kräuter Auflagen
- 2 TEM Güsse
- Heilsames Singen

STUDIO

6 Nächte SO-SA
€ 1.157,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA
€ 1.109,-

KLÖSTERLICH

6 Nächte SO-SA
€ 869,-

Begleitung: Monika Müksch

Termin:

01.06. bis 07.06.2025

Teilnehmerzahl: 8-16 Personen



Aderlass nach Hildegard von Bingen

KRÄFTIGT, ENTGIFTET UND STÄRKT
DAS ABWEHRSYSTEM.

Beim Aderlass nach Hildegard von Bingen wird maximal ein Drittel jener Menge, die beim Blutspenden „abgezapft“ wird, entnommen. Schlackenreiches Blut mit krankmachenden Stoffen wird aus dem Körper eliminiert, die Blutneubildung angeregt und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Zur Durchführung des Aderlasses eignen sich nur die ersten sechs Tage nach Vollmond. Nach der Befundung erhalten Sie weitere Gesundheitsimpulse für zuhause! Bitte planen Sie auf jeden Fall einige Tage der Ruhe und Schonung nach dem Aderlass ein.

Aderlass-Termine

| | |
|---------------------|---------------------|
| Mi 15.01./Do 16.01. | Fr 11.07. |
| Do 13.02./Fr 14.02. | Mi 10.09./Do 11.09. |
| Di 18.03./Mi 19.03. | Mi 08.10./Do 09.10. |
| Mi 16.04./Do 17.04. | Do 06.11./Fr 07.11. |
| Mi 14.05./Do 15.05. | Di 09.12./Mi 10.12. |
| Do 12.06./Fr 13.06. | |

Unsere Tipps für eine optimale Vor- und Nachbereitung finden Sie auf unserer Homepage: www.curhaus.at



Aderlass-Tag

Ein Aderlass-Tag – ein Tag für Ihre Gesundheit. Tun Sie Körper und Geist etwas Gutes und schenken Sie sich bewusste Erholung.

- 1 Aderlass inkl. Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Frühstück und Mittagessen nach Hildegard von Bingen
- Themenbezogener Vortrag und Therapieimpulse

Der genaue Beginn wird bei Buchung mitgeteilt, Ende ca. 14 Uhr.

Aderlass-Auszeit

Gönnen Sie sich eine Aderlass-Auszeit und genießen Sie einige Tage der Erholung vor und nach dem Aderlass. Nehmen Sie sich die Zeit, um zur Ruhe zu kommen und Ihrem Körper eine wohltuende Pause zu schenken.

- 3, 4 oder 6 Nächte zu den Aderlass-Terminen mit Ihrer Ernährung nach Hildegard von Bingen
- Aderlass, Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Themenbezogener Vortrag
- Therapieimpulse
- 5-Säulen-Gästeprogramm

Am Aderlass-Tag
verzichten wir auf
zusätzliche Therapien,
damit Ihr Körper zur Ruhe
kommt



AMBULANT

| | |
|-------|---------|
| 1 Tag | € 155,- |
|-------|---------|

STUDIO

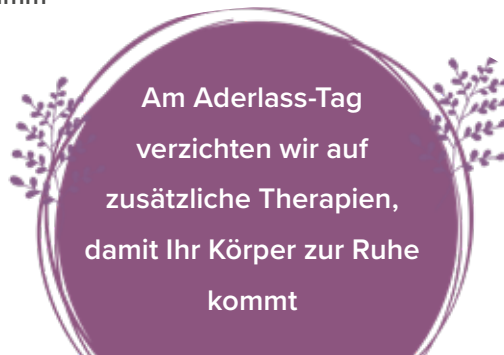
| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte DO-SO | € 549,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 702,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.013,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 525,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 670,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 965,- |

KLÖSTERLICH

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte DO-SO | € 405,- |
| 4 Nächte SO-DO | € 510,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 725,- |





Kneippen und Meditieren

MIT SR. HUBERTA

Eintauchen in die Stille und aus den Quellen des Lebens Heil erfahren. Sich für das Leben und seine Herausforderungen stärken.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- 2 Kräuterauflagen, 2 TEM-Güsse, 2 Teilmassagen (20 Min.)
- 5 Morgengymnastikeinheiten
- Meditation zu biblischen Impulsen, einfache meditative Tänze
- Zeit der Stille

STUDIO

5 Nächte SO-FR
€ 950,-

KOMFORT

5 Nächte SO-FR
€ 910,-

KLÖSTERLICH

5 Nächte SO-FR
€ 710,-

Termin:

11.05. bis 16.05.2025

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

STUDIO

4 Nächte SO-DO
€ 647,-

KOMFORT

4 Nächte SO-DO
€ 615,-

KLÖSTERLICH

4 Nächte SO-DO
€ 455,-

Karmel-Besinnungstage

MIT SR. EMMANUELA

Finden Sie den Weg nach innen zur Quelle lebendigen Wassers.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 7)
- Tägliche Impulsvorträge und Abendimpulse

„Mit Maria, der Mutter meines Freundes“

30.03. bis 03.04.2025

„Was jetzt Halt gibt“

12.10. bis 16.10.2025

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.



Besinnliche Tage

MIT PATER ANTONIO

Auch unsere Seele braucht Nahrung. Finden Sie inneren Halt.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 7)
- **Tägliche Impulse aus dem Schatz der Karmelspiritualität & aus dem Wort Gottes**

„Ein Zeichen voll Hoffnung“

28.02. bis 02.03.2025

„Dankbare Herzen“

26.09. bis 28.09.2025

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

STUDIO

2 Nächte FR-SO
€ 339,-

KOMFORT

2 Nächte FR-SO
€ 323,-

KLÖSTERLICH

2 Nächte FR-SO
€ 235,-

Exerzitien im Advent

MIT PATER PAUL WEINGARTNER

Den Advent still beginnen – sich hinbereiten auf Weihnachten.
Herzensweit werden für das Licht, das uns geboren ist.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 7)
- **Tägliche Impulse:**
 - Die Kraft der Stille entdecken, Schweigendes Gehen
 - Adventliches Singen und Beten

„Da gingen ihnen die Augen auf.“ (LK24,31)

30.11. bis 04.12.2025

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.



STUDIO

4 Nächte SO-DO
€ 617,-

KOMFORT

4 Nächte SO-DO
€ 585,-

KLÖSTERLICH

4 Nächte SO-DO
€ 425,-

Unsere Workshops

SPROSSEN, MIKROGRÜN UND CO MIT MONIKA LECHNER-KRONSTEINER

Tauchen Sie ein in die Welt der Sprossen: Lernen Sie Sprossen und Mikrogrün selbst anzubauen, einfache Verarbeitungsmöglichkeiten und die positiven Effekte auf Ihre Gesundheit kennen. Inklusive Verkostung, Rezepte und einer kleinen Portion selbst angebautes Mikrogrün.



Termin: Freitag, 31.01.2025, 14.00 - 17.00 Uhr | Freitag, 24.10.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00

ENDOMETRIOSE MIT SIGRID KASTNER

Starke Blutungen, Schmerzen und seelische Probleme während der Menstruation können auf Endometriose hindeuten. Wir beleuchten ganzheitliche Ansätze wie Ernährung und Kräuter, und stellen dazu eine Teemischung und einen Balsam her.

Termin: Freitag, 28.02.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00

FRÜHLINGSKRÄUTER - UNSERE NÄHRSTOFFBOMBEN MIT MONIKA LECHNER-KRONSTEINER

Entdecken Sie die Schätze der Natur: Bei unserer Kräuterwanderung lernen Sie, essbare Frühlingskräuter zu erkennen, richtig zu sammeln und in köstliche Gerichte wie Salate, Suppen und Limonaden zu verwandeln. Genießen Sie frische Kostproben, Rezepte und wertvolle Tipps.



Termin: Mittwoch, 02.04.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00

RÄUCHERN ZU BELTANE MIT ULRIKE HAUSLEITHNER

Beltane ist eines der acht Jahreskreisfeste und fällt auf die Nacht vom 1. Mai. Mit viel Brauchtum und Symbolen wird der Höhepunkt des Frühlings und des kommenden Sommers gefeiert. Gemeinsam wird eine stimmige Räuchermischung hergestellt und es wird erklärt, wie man sich sein persönliches Maifest gestalten könnte.

Termin: Freitag, 25.04.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00

PMS MIT SIGRID KASTNER

Ein fein reguliertes Zusammenspiel von Hormonen bewirkt wiederkehrende Veränderungen im weiblichen Körper. Wir befassen uns mit dem Zyklus, Zyklusunregelmäßigkeiten, Beschwerden rund um die Menstruation wie PMS, zu starke, schmerzhafte oder ausbleibende Blutung. Dazu gibt es Tipps, wie wir unseren Körper speziell mit Ernährung und Kräutern unterstützen können.

Termin: Freitag, 09.05.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00

WALDGESUNDHEIT MIT ULRIKE HAUSLEITHNER

Unsere heimischen Wälder sind wahre Alleskönner: Sie liefern uns frische Luft, sauberes Wasser, Bau- und Heizmaterial. Aber das ist längst nicht alles – sie stärken auch unsere Gesundheit.

Aus diesem reichhaltigen Angebot lassen sich sowohl Heilmittel als auch Gesundes für unseren Gabentisch herstellen.

Termin: Freitag, 25.07.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00



WECHSELJAHRE MIT SIGRID KASTNER

Die Hormonumstellung in den Wechseljahren verursacht körperliche und seelische Veränderungen, die unterschiedlich wahrgenommen werden. Wir zeigen, wie Ernährung und Kräuter das Wohlbefinden fördern, und stellen dazu eine Teemischung und Lotion her.

Termin: Mittwoch, 24.09.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00

RÄUCHERN ZU DEN RAUHNÄCHTEN MIT ULRIKE HAUSLEITHNER

Mit den Rauh Nächten beginnt eine ganz besondere Zeit, die des „Abschließens“ und „Erwartens“. Warum gibt es diese Zeit zwischen den Jahren und welche Bräuche sind verankert? Gemeinsam wird eine passende Räuchermischung hergestellt, um Haus und Hof zu räuchern und um innere Einkehr zu erlangen.

Termin: Freitag, 28.11.2025, 14.00 - 17.00 Uhr

Preis: € 62,00

HOTEL CURHAUS BAD MÜHLLACKEN

SPIRITUELLES GESUNDHEITZENTRUM UND KLOSTER

Das Hotel Curhaus Bad Mühlacken im historischen Kloster der Marienschwestern vom Karmel ist ein Ort, an dem Körper und Seele zur Ruhe kommen. Eingebettet in die idyllische Landschaft des Pesenbachtals, erwartet Sie ein Rückzugsort, der es Ihnen ermöglicht, neue Kraft zu schöpfen. Fernab vom Trubel des Alltags, steht bei uns ganzheitliches Wohlbefinden im Mittelpunkt. Mit besonderem Fokus auf Fasten, gesunde Ernährung und Entgiftung bieten wir Ihnen eine Oase der Entspannung. Gönnen Sie sich eine Auszeit, lassen Sie die Hektik hinter sich und finden Sie ganz zu sich selbst.





Dem Leben auf der Spur

MIT ALLEN SINNEN IM AUGENBLICK AUFMERKSAM DA SEIN

In unserem kleinen und feinen spirituellen Gesundheitszentrum erfahren Sie familiäre Atmosphäre, aufmerksame Zuwendung und heilsame Geborgenheit. Die Verbindung mit uns Schwestern des Mutterhauses und der Klosterkirche gibt Ihnen Raum zur Ruhe zu kommen und einen gesunden Lebensrhythmus zu finden. Freude und Hoffnung, aber auch Trauer und Angst bringen wir in unserem Beten – sozusagen von unserer Herzmitte aus – zu Gott, von dem Heil und Heilung kommt. Ein entsprechendes Bild dazu finden Sie im Tabernakel unserer Klosterkirche, der durchlässig ist für das, was von außen kommt, aber auch Licht von innen nach außen lässt.



Sr. M. Margret Grill
Generaloberin Marienschwestern vom Karmel

Kongregation der Marienschwestern
Mutterhaus
Bad Mühlacken 55
4101 Feldkirchen a. d. Donau, Austria
Tel. +43 (0) 676 632 1955
mutterhaus@marienschwestern.at

BEGEGNUNG VON MENSCH ZU MENSCH

Es gibt immer wieder Anlässe, Situationen und Umstände im Leben, in denen Menschen sich für ihre Nöte und Bedrängnisse verschiedenster Art nach einer heilsamen Auszeit für ihre verwundete und erschöpfte Seele sehnen, in der die Gedanken wieder Halt und Orientierung, die Gefühle ihre Klarheit und der Geist seine Lebensquelle findet, die eigene Lebensspur neu fokussiert werden kann. Bei uns haben Sie die Möglichkeit, uns Schwestern auf verschiedene Art zu begegnen:

- bei heilsamen Singrunden und bei Meditationsabenden
- bei Exerzitien und Besinnungstagen aus den Quellen der Karmelspiritualität schöpfen
- in vertraulichen Einzelgesprächen

Im Pesenbachtal, einem der schönsten Plätze Österreichs, finden Sie in der Natur wandernd zu innerer Ruhe, Stille, Kraft und Klarheit.

GELEBTE SPIRITUALITÄT

Gemeinsame und persönliche Gebetszeiten sowie die Feier der Eucharistie prägen unsere klösterliche Tagesstruktur. Aus dem Gebet beziehen wir Ruhe und Kraft für unseren Dienst an den Menschen. „Gott ist wie ein Quell, aus dem jeder schöpft, was sein Gefäß fasst“, so der Hl. Johannes vom Kreuz. Wir schöpfen täglich aus dieser Quelle und schenken weiter, was wir empfangen. Auch Sie sind herzlich eingeladen, an unseren Gebetszeiten teilzunehmen und durch deren heilsamen Rhythmus, im Jetzt die Spur zum Leben zu entdecken und zur Mitte zu finden. Unsere spirituellen Angebote wie Meditation und geistliche Begleitung können helfen, diese Erfahrung zu vertiefen.

GEBETSZEITEN DER SCHWESTERN

Montag bis Freitag

| | |
|-----------|----------------------|
| 7.00 Uhr | Laudes (Morgengebet) |
| 12.00 Uhr | Mittagsgebet |
| 16.30 Uhr | Rosenkranz |
| 17.00 Uhr | Vesper |
| 18.45 Uhr | Heilige Messe |

Samstag

| | |
|-----------|----------------------|
| 11.00 Uhr | Heilige Messe |
| 16.30 Uhr | Rosenkranz |
| 17.00 Uhr | Vesper, Salve Regina |

Sonntag und Feiertag

| | |
|-----------|---------------|
| 09.00 Uhr | Heilige Messe |
| 11.30 Uhr | Mittagsgebet |
| 17.00 Uhr | Vesper |

Spirituelles Gesundheitszentrum & Kloster



Info

| | |
|---|----------------|
| Einbettzimmer „Komfort“ (Dusche / WC / TV) | € 152,- |
| Zweibettzimmer „Komfort“ (Dusche / WC / TV) | € 152,- |
| Zweibettzimmer „Studio“ (Dusche / WC / TV) | € 160,- |

WICHTIGE INFOS

Bitte erkundigen Sie sich vorab direkt bei Ihrer Krankenkasse um mögliche Zuschüsse zu Ihrem Kuraufenthalt in unserem Haus. Wir sind Partner des Österr. Kneippbundes und der Generali Versicherung „Rundum Gsund“.

Preise pro Person/Nacht inkl. „Gesunde Auszeit“ (Vollpension) exkl. Ortstaxe. Kein Halbpensions-Abzug bei Paketen sowie bei nicht konsumierten Mahlzeiten.

Aufpreis für Doppelzimmer zur Einzelbelegung € 25,- pro Nacht.

Jedes Package beginnt mit dem Abendessen und endet nach dem Frühstück. Wir verwenden hochwertige Lebensmittel und keinerlei Fertigprodukte, bei uns werden die Mahlzeiten frisch gekocht und darauf sind wir stolz. Allergien und Unverträglichkeiten bitte vor der Anreise bekannt geben.

Für Stornierungen bzw. bei vorzeitiger Abreise gelten die Bestimmungen des Österreichischen Hotelreglements.

Anreise: 14.00–16.00 Uhr

Abreise: bis 10.00 Uhr



DONAU.Erlebnis Card mit vielen zahlreichen Vorteilen unter www.donaucard.info

„Gesunde Auszeit“ – rundum wohlfühlen und die Natur genießen!

Schöpfen Sie aus dem Vollen unserer umfangreichen Angebote und Aktivitäten zum aktiven wie passiven Genießen. Ob Sie an der Teebar entspannen, den Pesenbach entlang wandern und an Kraftorten verweilen, eine Runde im Kräutergarten drehen, mit dem E-Bike die Reize des Mühlviertels erkunden oder bei Wyda innere Balance finden, wir bieten für jede Vorliebe etwas.

- **Reichhaltiges Frühstücksbuffet / mittags und abends Wahlmenü mit Salatbuffet**
- **Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen**
- **Naturbadeplatz am Pesenbach, Cur- und Klosterpark, Hallenbad mit Dampfbad, Bio-Sauna und Finnischer Sauna**
- **Herrliche Wander-, Nordic Walking, und Laufwege in der BioRegion Mühlviertel – Fahrräder, E-Bikes und Schneeschuhe während des Aufenthalts gratis (wir bitten um Anmeldung bzw. Reservierung für die kostengünstigen E-Bikes)**
- **E-Ladestation im Hof (kostenpflichtig)**
- **Kuscheliger Bademantel, Badetücher und Badetasche für die Zeit Ihres Aufenthalts gratis**
- **Möglichkeit am gemeinsamen Gebet der Schwestern, sowie an der Eucharistiefeier**
- **Attraktives 5-Säulen-Gästeprogramm - Wyda, aktives Erwachen, Entspannungseinheiten, geführte Wanderungen, Schweigewanderungen, Kirchenführungen, Kloasteryoga, Vorträge und vieles mehr.**
- **Kräutergarten der Traditionellen Europäischen Medizin - täglich von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang geöffnet**



Verwöhntage für die Frau

NEUE KRAFT UND ENERGIE

Gönnen Sie sich eine Auszeit! Frauen in jeder Lebensphase werden bei uns genüssliche, erholsame und entspannende Wohlfühltag nach Ihrem Geschmack erleben.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 39)
- **1 Frauenheilmassage, 60 Min.**
- **1 TEM-Guss, 1 Heusack**
- **Geführte Entspannung**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm**
(Details auf Seite 39)

Ein Angebot, das überzeugt und ausgezeichnet wurde!



Wohlfühltag

AUSZEIT VOM ALLTAG

Einfach einmal „offline“ gehen und alle Pflichten hinter sich lassen – das wünscht sich jeder ab und zu. Bei uns dürfen Sie in gemütlicher Atmosphäre Wohlfühlzeit und -anwendungen genießen und ihre Batterien wieder aufladen. Wer mag, kann die Tage für Detox und Reinigung nutzen. Wir servieren dazu leichte Basenkost.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 39)
- **1 TEM-Guss**
- **1 Kräuter-Auflage**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 39)

STUDIO

| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte | € 614,- |
| 4 Nächte | € 772,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.086,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte | € 590,- |
| 4 Nächte | € 740,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.038,- |

Info

Die sanfte Behandlungstechnik der Frauenheilmassage arbeitet über Reflexpunkte und segmentale Hautzonen und aktiviert Lymph- und Hormonsystem, sowie Organfunktionen.

STUDIO

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte | € 474,- |
| 4 Nächte | € 637,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 947,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte | € 450,- |
| 4 Nächte | € 605,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 899,- |

Tipp

Massage zubuchbar!

Radeln für die Seele

GENÜSSLICH DIE GEGEND ERKUNDEN

Von der traumhaften hügeligen Landschaft des Granitlandes bis hin zur Donau bietet unsere Region zahlreiche abwechslungsreiche Touren.

- Halbpension (Frühstück und Abendessen)
- 1 Sportler-Guss und 1 Heilmassage, 30 Min.
- Gratis Fahrrad und kostengünstiger E-Bike Verleih im Haus (wir bitten um rechtzeitige Reservierung)
- Gerne können Sie Ihr eigenes Fahrrad mitnehmen, hierfür bieten wir einen sicheren Abstellplatz
- Radkarte der Region
- Lunchpaket und Mittagessen zubuchbar
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm (Details auf Seite 39)

Tipp

Mit der **Donau.Erlebnis Card** erhalten Sie eine Gratisfahrt mit der Fähre in eine Richtung: „Ottensheim-Linz“ und eine gratis Hin- und Rückfahrt „Ottensheim-Wilhering“

STUDIO

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte | € 469,- |
| 4 Nächte | € 597,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 853,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte | € 445,- |
| 4 Nächte | € 565,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 805,- |

Wohlfühltag für mich

Frischer Schwung für den Körper und Streicheleinheit für die Seele. Auch als Entschlackungstag buchbar.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 39)
- 1 Kräuterauflage
- 1 Wechsel-Knieguss
- 1 Heilmassage, 20 Min.
- Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm- (Details auf Seite 39)

MONTAG BIS
FREITAG
BUCHBAR!

1 Tag € 155,-
mit persönlicher Ruheoase

Geführte Fastenwochen mit Themenschwerpunkt

INDIVIDUELLE REINIGUNG UND ENTLASTUNG

- **Fasten-Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 39)
Vegane Fastenverpflegung, z.B. nach Hildegardfasten, nach Buchinger/Lütznert und Basenfasten
- **Alle Fastenangebote sind auch mit individueller und ableitender Kostform nach Absprache mit der Ärztin möglich**
- **Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen**
- **Ärztliche Untersuchung 20 Min. und individueller Kurplan**
- **6 Anwendungen aus der Traditionellen Europäischen Medizin** (Wickel, Güsse, Bäder, Waschungen)
- **Ausleitungs-Ölmassage, 30 Min.**
- **Fastenbegleitung durch geprüfte Fastenleiter**
Ihre Fastenbetreuung ist täglich 24 Stunden für Sie da
- **Gemeinschaftliche Aktivitäten –**
speziell auf Ihre Fastenwoche abgestimmt, wie geführte Wanderungen, Vorträge, Austauschrunde und Meditationen
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm**
(Details auf Seite 39)

- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten für ein neues Lebensgefühl“ oder „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.307,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.259,-

Tipp

ASCHERMITTWOCH 05.03.

Fastensuppe statt Heringsschmaus

Geführte Fastenwochen mit Themenschwerpunkt

INTENSIVE FASTENMETHODEN

SO 19.01. - SA 25.01.2025

Fasten nach der
Klostermedizin

Sr. Michaela Pfeiffer-Vogl
Elisabeth Rabeder

SO 09.02. - SA 15.02.2025

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

SO 23.02. - SA 01.03.2025

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

SO 09.03. - SA 15.03.2025

Fasten und heilsame
Bewegung

Christine Brookhouse

SO 16.03. - SA 22.03.2025

Fasten für die eigene
Lebendigkeit

Beatrix Peterstorfer

SO 23.03. - 29.03.2025

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

SO 06.04. - SA 12.04.2025

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

SO 13.04. - SA 19.04.2025

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 27.04. - SA 03.05.2025

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

So 25.05. - SA 31.05.2025

Hildegardfasten

Beatrix Wondraczek

SO 08.06. - SA 14.06.2025

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 20.07. - SA 26.07.2025

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

SO 03.08. - SA 09.08.2025

Fasten für die eigene
Lebendigkeit

Beatrix Peterstorfer

SO 24.08. - SA 30.08.2025

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 14.09. - SA 20.09.2025

Fasten mit allen Sinnen

Ulrike Lackner

SO 28.09. - SA 04.10.2025

Fasten nach der TEM

Marie Spiesmaier

SO 19.10. - SA 25.10.2025

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

So 26.10. - SA 01.11.2025

Hildegardfasten

Beatrix Wondraczek

SO 16.11. - SA 22.11.2025

Fasten und heilsame
Bewegung

Christine Brookhouse

SO 07.12. - SA 13.12.2025

Spirituelles Fasten & Kneippen

Sr. Huberta Rohrmoser
Elisabeth Rabeder

Basenfasten

ENTLASTENDE ERNÄHRUNG UND SANFTES FASTEN

Für alle, die es sanfter angehen wollen und nicht ganz auf feste Nahrung verzichten möchten oder jene, die eine sanftere Variante bevorzugen – kurzum, für alle, die nicht Vollfasten wollen oder aus gesundheitlichen Gründen nicht können, ist dieses Angebot ideal.

Das **Basenfasten nach Mühlackener Art** entlastet mit basischer, leichter pflanzlicher Kost in Verbindung mit hochwertigen Kräutern, Gewürzen und Ölen die Verdauung. Mit einer Woche Basenfasten können sie dem Stoffwechsel viel Gutes tun und den Säure-Basenhaushalt wieder ausbalancieren. Schon nach wenigen Tagen fühlen Sie sich wieder rundum wohler. Müdigkeit, Verdauungsprobleme oder Kopfweh lassen nach.

- **Basenfasten-Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 39)
Vital- oder Basenkost laut Ihrer persönlich gewählten Intensität
- **Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen**
- **1 Ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung**
- **6 Anwendungen aus der Traditionellen Europäischen Medizin**
(Wickel, Güsse, Bäder, Waschungen)
- **Individuelle, vertiefende und typgerechte Ernährungsberatung**
- **Begleitung durch Ernährungsexperten in der Gruppe**
- **Ausleitungs-Ölmassage, 30 Min.**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 39)
- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten für ein neues Lebensgefühl“ oder „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.307,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.259,-



Detox auf Europäisch

EXKLUSIV BEI DEN MARIENSCHWESTERN

Möchten Sie körperlich wie mental Ballast abwerfen? Dann ist diese auf Ihren Typ und Ihre Bedürfnisse abgestimmte Reinigung und Entgiftung das Richtige. Die Selbstheilung wird angekurbelt, und Beschwerden werden gelindert. Sie kehren erholt und energiegeladen in den Alltag zurück.

- **Vollpension mit typgerechter, ausgewogener und leicht bekömmlicher Detox- bzw. Fastenernährung**
(Details auf Seite 39)
- **Ganztags Kräutertee-Bar mit verschiedenen Bio-Heilpflanzen**
- **1 Ärztliche Untersuchung 40 Min. und Kurplanerstellung**
- **Individuelle, vertiefende und typgerechte Ernährungsberatung**
- **Begleitung durch Ernährungsexperten in der Gruppe**
- **1 Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“, 60 Min.**
- **2x Ausleitungs-Ölmassagen, 30 Min.**
- **Vortrag zu Ausleitende Anwendungen und Fragerunde**
- **Info zum Archetypischen Saunaritual**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm**
(Details auf Seite 39)
- **EXTRA FÜR SIE:**
 - 1 Buch „Fasten für ein neues Lebensgefühl“ oder „Fasten und los geht's“
 - Leichter Leben Coach gratis (für 1 Jahr)



STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.534,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.486,-

Info

DETOX auf Europäisch

In der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) mit ihrem Schatz an Heilkräutern, individueller Ernährung, Wasseranwendungen, speziellen Impulsen zu Bewegung und Lebensstil kann für jeden Gast ein typgerechtes Konzept erstellt werden. Ziel ist, angesammelte Stoffwechselprodukte auszuleiten, gestaute Emotionen wieder in Fluss zu bringen und zu viele Kilos loszuwerden. Die Atmosphäre zum Wohlfühlen hilft beim Entrümpeln und Entspannen! Anti-Aging und Prävention vom Feinsten!

KneippCur

BELEBENDES WASSER AUF UNSERER HAUT

Im Jahr 1821 wurde Sebastian Kneipp geboren. Seine nach ihm benannte Wasserkur hält das Immun- und Gefäßsystem auf Trab und uns fit bis ins hohe Alter! Der Kräuterpfarrer oder Wasserdoktor, wie ihn die Leute nannten, hat mit seinen Güssen, Bädern und Wickel für die meisten Beschwerden Hilfe parat. Unsere Kneipp-Ärztin schneidert Ihnen bedürfnisgerechte Anwendungen auf den Leib!

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 39)
- **1 Ärztliche Untersuchung 20 Min. und Kurplanerstellung**
- **Vom Arzt verordnete Kneipp-Anwendungen** (Wickel, Güsse, Bäder, Waschungen)
- **1 Heilmassage, 20 Min.**
- **Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm** (Details auf Seite 39)

2 ODER 3
WOCHEN
AUF
ANFRAGE

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.283,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.235,-



Aderlass nach Hildegard von Bingen

KRÄFTIGT, ENTGIFTET UND STÄRKT DAS ABWEHRSYSTEM

Beim Aderlass nach Hildegard von Bingen werden maximal 150 ml Blut entnommen, das ist nur ein Drittel jener Menge, die beim Blutspenden „abgezapft“ wird. Schlackenreiches Blut mit krankmachenden Stoffen wird aus dem Körper eliminiert, die Blutneubildung angeregt und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Zur Durchführung des Aderlasses eignen sich nur die ersten sechs Tage nach Vollmond. Nach der Befundung erhalten Sie weitere Gesundheitsimpulse für zuhause! Bitte planen Sie auf jeden Fall einige Tage der Ruhe und Schonung nach dem Aderlass ein.

Aderlass-Termine:

Di 14.01. | Do 13.02.
Mi 19.03. | Do 17.04.
Di 13.05. | Do 12.06.
Di 15.07. | Do 14.08.
Di 09.09. | Do 09.10.
Fr 07.11. | Fr 05.12.

Aderlass-Tag

- 1 Aderlass inkl. Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Frühstück und Mittagessen nach Hildegard von Bingen
- Ganztags Teebar
- Themenbezogener Vortrag und Therapieimpulse

1 Tag

€ 155,-

Aderlass für Kenner

- 1 Aderlass inkl. Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Frühstück nach Hildegard von Bingen & Teebar

Vormittag

€ 128,-

STUDIO

| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte | € 549,- |
| 4 Nächte | € 702,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.013,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|---------|
| 3 Nächte | € 525,- |
| 4 Nächte | € 670,- |
| 6 Nächte SO-SA | € 965,- |

Aderlass Auszeit

- 3, 4 oder 6 Nächte zu den Aderlass Terminen mit entlastender Ernährung
- Aderlass, Blutanalyse und ärztliche Befundung
- Themenbezogener Vortrag
- Therapieimpulse
- 5-Säulen-Gästeprogramm

Kontemplative Exerzitionen

SEHNSUCHT NACH DER STILLE

Ein einfaches Gebet für Menschen, die Sehnsucht nach Stille haben und einen unmittelbaren Zugang zu Gott suchen.

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 39)
- **Einführung in die Kontemplation nach F.Jalics SJ**
- **Meditation in der Stille in Einheiten zu je 25 Min.**
- **Eucharistiefeier mit Ansprache zum Exerzitionenweg**
- **Zeit, um in die Natur hinauszugehen**
- **Durchgehend Schweigen, mit Einzelbegleitung**
- **die Annehmlichkeiten des Hauses genießen** (Sauna, Schwimmbad, Teebar, Wassertretbecken,...)

Exerzitionen

IM KRÄUTERGARTEN

Der Stille lauschen, seine innere Kraftquelle nähren, Gott näher kommen. Tage der Achtsamkeit, in denen man mit allen Sinnen das Innen und Außen wahrnimmt. Leib, Geist und Seele atmen auf!

- **Vollpension „Gesunde Auszeit“** (Details auf Seite 39)
- **1 Heusack zur Leberaktivierung, 1 Basenfußbad, 1 Wechsel-Knieguss und 1 Aromamassage 20 Min.**
- **Täglich Gelegenheit zur Teilnahme an der Eucharistiefeier**
- **Gemeinsames Meditieren und durchgehend Schweigen**
- **Einführung in die Kontemplation nach F. Jalics SJ;**
- **Achtsame Körperübungen am Morgen und 2 einfache meditative Tänze und die Annehmlichkeiten des Hauses genießen** (Sauna, Schwimmbad, Teebar, Wassertretbecken,...)



STUDIO

7 Nächte SO-SO € 1.120,-

KOMFORT

7 Nächte SO-SO € 1.064,-

Der Kursbeitrag über € 126,- ist im Vorhinein an die Marienschwestern vom Karmel zu überweisen.

Begleitung:

Sr. Huberta Rohrmoser

Termin:

12.01. bis 19.01.2025

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

STUDIO

6 Nächte SO-SA € 1.148,-

KOMFORT

6 Nächte SO-SA € 1.100,-

Begleitung:

Sr. Huberta Rohrmoser

Termin:

29.06. bis 05.07.2025

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

Stille Tage

IM KLOSTER

Stille ist nicht leer. Stille ist voller Antworten.

Entfaltung von innerer Ruhe und Achtsamkeit, Zeit für die eigenen Bedürfnisse, aufatmen und loslassen. Der Stille lauschen, Kraft tanken und die Natur mit allen Sinnen genießen.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 39)
- Altes Wissen über Kräuter (Kräuterplauderei)
- Gemeinsame Meditationen und Zeiten der Stille
- Achtsame Körperübungen und stille Spaziergänge
- 1 Aromamassage, 1 Kräuterauflage und 1 Knieguss
- Ganztags Kräutertee-Bar
- Hinausgehen in die Natur und die Annehmlichkeiten des Hauses genießen

Silvester einmal ganz anders

IN STILLE UND VERTRAUEN IN DAS NEUE JAHR

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne – Schöpfen Sie Kraft aus Ihrem Inneren und vertrauen Sie Ihren Impulsen. Gebete der Schwestern, ein Einzelzimmer und das Pesenbachtal bieten Raum für Besinnung, Meditation und Neuorientierung.

- Vollpension „Gesunde Auszeit“ (Details auf Seite 39)
- Impulse und Bibelmeditation
- Einfache meditative Tänze
- Gelegenheit zur Teilnahme am Chorgebet und an der Eucharistiefeier der Schwestern
- Natur und Annehmlichkeiten des Hauses (Sauna, Schwimmbad, Teebar, Kneippbecken) genießen

STUDIO

| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte | € 589,- |
| SO-MI / MI-SA | |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.108,- |

KOMFORT

| | |
|----------------|-----------|
| 3 Nächte | € 565,- |
| SO-MI / MI-SA | |
| 6 Nächte SO-SA | € 1.060,- |

Begleitung:

Sr. Huberta Rohrmoser

Termin:

18.05. bis 24.05.2025

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

WICHTIG
BEREITSCHAFT
ZUM
SCHWEIGEN!

Begleitung:

Sr. Huberta
Rohrmoser

Termin:

30.12.2025 bis 01.01.2026

Beginn Montag 16.30 Uhr

Ende Mittwoch 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl: mind. 6 Pers.

STUDIO

| | | |
|----------|-------|---------|
| 2 Nächte | MO-MI | € 376,- |
|----------|-------|---------|

KOMFORT

| | | |
|----------|-------|---------|
| 2 Nächte | MO-MI | € 360,- |
|----------|-------|---------|

Der Kursbeitrag über € 55,- ist im Vorhinein an die Marienschwestern vom Karmel zu überweisen.

Therapieangebot BAD KREUZEN & BAD MÜHLLACKEN

AUCH AMBULANT BUCHBAR

Ärztliche Untersuchungen

| | |
|--------------------------|----------|
| Erstordination (20 Min.) | € 69,00 |
| Erstordination (45 Min.) | € 138,00 |
| Kontrolle (15 Min.) | € 55,00 |
| Kurzordination (10 Min.) | € 41,00 |

Ärztliche Untersuchungen nach der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

| | |
|---|----------|
| TEM-Erstordination (45 Min.) | € 156,00 |
| TEM-Kontrolle (15 Min.) | € 55,00 |
| * HRV Messung mit ärztl. Auswertung (45 Min.) | € 163,00 |

Wickel nach der

Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

| | |
|-----------------------------------|---------|
| Moor, Lehm oder Topfen klein | € 21,50 |
| Moor, Lehm oder Topfen mittel | € 33,00 |
| Moor, Lehm oder Topfen groß | € 46,00 |
| Bio-Heusack klein | € 29,00 |
| Bio-Heusack groß | € 41,00 |
| Bio-Kräuterauflage | € 25,50 |
| Kalter Wickel/Salzwickel | € 17,00 |
| Salzhemd/Spanischer Mantel | € 36,50 |
| Essigaufgabe/Melissenaufgabe Herz | € 13,00 |
| Paraffinpackung | € 22,50 |

Klassische Massagen

| | |
|-------------------------------|---------|
| Heilmassage manuell (20 Min.) | € 41,00 |
| Heilmassage manuell (30 Min.) | € 55,00 |
| Heilmassage manuell (45 Min.) | € 74,00 |
| Heilmassage manuell (60 Min.) | € 96,50 |

Spezialmassagen

| | |
|---|----------|
| Bindegewebssmassage (25 Min.) | € 55,00 |
| Breuss-Massage (45 Min.) | € 93,00 |
| Bürstenmassage (20 Min.) | € 41,00 |
| Colonmassage (25 Min.) | € 55,00 |
| Craniosacral-Behandlung (60 Min.) | € 120,00 |
| Dorn-Massage (45 Min.) | € 93,00 |
| Faszienbehandlung (30 Min.) | € 57,00 |
| Frauenheilmassage (60 Min.) | € 113,00 |
| Fußreflexzonenmassage (25 Min.) | € 55,00 |
| Kräuter-Stempelmassage (25 Min.) | € 72,00 |
| Kräuter-Stempelmassage (50 Min.) | € 112,00 |
| Lymphdrainage manuell (25 Min.) | € 59,00 |
| Lymphdrainage manuell (40 Min.) | € 82,00 |
| Lymphdrainage manuell (50 Min.) | € 103,00 |
| ** Aroma-Teilmassage (20 Min.) | € 41,00 |
| ** Honig- Entschlackungsmassage (25 Min.) | € 67,00 |

Anwendungen

ÄRZTLICHE VERORDNUNG EMPFOHLEN

Bäder mit Kräuterextrakten

| | |
|----------------------------|---------|
| Vollbad mit Kräuterzusatz | € 25,50 |
| Wechsel-Armbad oder Fußbad | € 20,00 |
| Kohlensäurebad | € 25,50 |

Güsse

| | |
|--|---------|
| Wechselgüsse | € 20,00 |
| Kalte Güsse | € 13,50 |
| Blitz- und Vollgüsse | € 23,50 |
| Lumbalguss/ansteigender Rückenguss | € 23,50 |
| Oberkörperwaschung/Trockenbürstung pro Tag | € 11,00 |

Inhalationen

| | |
|-------------------|---------|
| *Inhalation | € 15,50 |
| Kräuter-Kopfdampf | € 15,50 |

| | |
|---------------------------|---------|
| ** Klangmassage (25 Min.) | € 55,00 |
| ** Klangmassage (45 Min.) | € 74,00 |

Spezialmassagen nach der

Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

| | |
|---|----------|
| Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“ (30 Min.) | € 76,00 |
| Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“ (60 Min.) | € 131,00 |
| Archetypisches TEM-Peeling (20 Min.) | € 55,00 |
| Ausleitungs-Ölmassage (30 Min.) | € 64,00 |
| TEM-Balance Behandlung (25 Min.) | € 55,00 |
| * TEM-Pulsbehandlung (30 Min.) | € 64,00 |
| * Blutig Schröpfen (20 Min.) | € 55,00 |

Gymnastik

| | |
|---|---------|
| Wassergymnastik einzeln (20 Min.) | € 56,00 |
| Wassergymnastik in der Gruppe (20 Min.) | € 7,00 |
| Gruppengymnastik am Morgen (25 Min.) | € 7,00 |
| Wirbelsäulengymnastik in der Gruppe (25 Min.) | € 7,00 |
| Beckenbodengymnastik einzeln (20 Min.) | € 56,00 |
| Beckenbodengymnastik Gruppe (45 Min.) | € 9,50 |

Gymnastik nach der

Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)

| | |
|--------------------------------------|---------|
| Wyda in der Gruppe (45 Min.) | € 9,50 |
| Wyda einzeln (20 Min.) | € 56,00 |
| * Leibarbeit in der Gruppe (45 Min.) | € 9,50 |

Einzelheilgymnastik

| | |
|-------------------------------|----------|
| Einzelheilgymnastik (20 Min.) | € 56,00 |
| Einzelheilgymnastik (30 Min.) | € 67,00 |
| Einzelheilgymnastik (45 Min.) | € 93,00 |
| Einzelheilgymnastik (60 Min.) | € 124,00 |
| Medi Tape klein | € 26,00 |
| Medi Tape groß | € 49,00 |
| * Atemtherapie (30 Min.) | € 67,00 |
| * Elektrotherapie (15 Min.) | € 21,00 |
| * Ultraschall | € 21,00 |

Beratungsgespräche

| | |
|---------------------------------|----------|
| Ernährungsberatung (30 Min.) | € 67,00 |
| Ernährungsberatung (45 Min.) | € 93,00 |
| Ernährungsberatung (60 Min.) | € 124,00 |
| * TEM Kräuterberatung (30 Min.) | € 64,00 |
| * TEM Kräuterberatung (60 Min.) | € 119,00 |
| * Teeberatung (10 Min.) | € 18,00 |
| * TEM Räucherberatung (30 Min.) | € 64,00 |
| * TEM Körper räuchern (60 Min.) | € 132,50 |

Spezielle Leistungen – Stressabbau und Entspannung

| | |
|---|----------|
| * Einführung Bogenschießen in der Gruppe | € 49,00 |
| * Therapeutisches Bogenschießen (30 Min.) | € 93,00 |
| * Therapeutisches Bogenschießen (60 Min.) | € 140,00 |
| * Meditatives Bogenschießen (30 Min.) | € 67,00 |
| * Meditatives Bogenschießen (60 Min.) | € 124,00 |

Preise für Fußpflege und Kosmetik finden Sie auf unserer Homepage www.curhaus.at

Gruppenangebote in Bad Kreuzen ab 3 Personen.

* Nur in Bad Kreuzen buchbar

** Nur in Bad Mühlacken buchbar

Tipp

Reservieren Sie vorab Ihre zusätzlichen Wunschtherapien, dies ermöglicht eine bessere Therapieeinteilung. Termine bei unserer Kosmetikerin und Fußpflegerin reservieren Sie bitte direkt an der Rezeption. Anwendungen und Therapien werden täglich außer an Sonntagen angeboten.

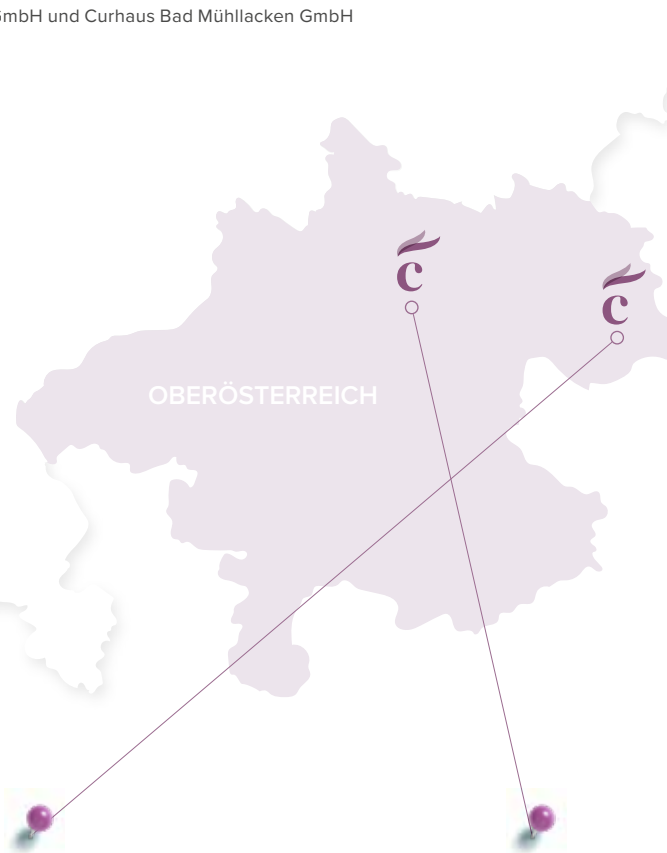
Bad Kreuzen: +43(0) 7266 / 6281-151
 therapie.badkreuzen@marienschwestern.at

Bad Mühlacken: +43(0) 7233 / 7215
 badmuehlacken@marienschwestern.at

Angeführte Preise sind Europreise inkl. Mehrwertsteuer.

Gültig ab 01.01.2025. Preisänderungen, Satz- und Druckfehler sind vorbehalten.

Bilderrechte ©TourismusverbandDonauOberösterreichCMVisuals, Oberösterreich Tourismus GmbH / Martin Fickert, Curhaus Marienschwestern GmbH und Curhaus Bad Mühlacken GmbH



Curhaus Marienschwestern GmbH

1. Zentrum für Traditionelle Europäische Medizin

Bad Kreuzen 106

4362 Bad Kreuzen, Austria

Tel. +43 (0) 72 66/6281

badkreuzen@marienschwestern.at

Curhaus Bad Mühlacken GmbH

Zentrum für Gesundheit und Spiritualität

Bad Mühlacken 55

4101 Feldkirchen a. d. Donau, Austria

Tel. +43 (0) 72 33/7215

badmuehlacken@marienschwestern.at

www.curhaus.at

