



Wellness & Gesundheit

Vulkaneifeltherme Bad Bertrich

Freuen Sie sich auf ein entspannendes Ambiente, das ganz dem Wohlbefinden und der Gesundheit gewidmet ist. Tauchen Sie ein in Deutschlands einzige Glaubersalztherme, die Sie mit 32°C Naturwärme und einer Fülle an Mineralstoffen verwöhnt. Die Vulkaneifel Therme in Bad Bertrich kombiniert Schwimmbad und die einzigartige Saunalandschaft, die dem Vulkanismus nachempfunden ist, mit wohltuenden Anwendungen und erschafft so ein umfassendes Gesundheitserlebnis.

Entfliehen Sie dem Alltag bei erholsamen Stunden in der Therme. Lassen Sie den Stress bei einer Vulkan-Natur-Fango-Seifenschaumbürstung mit einer besonderen Seife, die der sanften Tiefenreinigung dient, hinter sich. Durch diese Bürstung lockert sich die Muskulatur, der Blut- und Lymphfluss wird gefördert und das Gewebe gestrafft. So tun Sie bei dieser kleinen Auszeit für die Seele gleichzeitig auch Ihrem Körper etwas Gutes.



Öffnungszeiten Therme:

Täglich 9:00 - 22:00 Uhr

Sauna:

Mo. - Do. 11:00 - 22:00 Uhr,

Fr. - So. & feiertags 9:00 - 22:00 Uhr

Therapie- und Wellnessbereich:

Mo. - Fr. 9:00 - 20:00 Uhr

Sa. 9:00 Uhr - 18:00 Uhr

So. & feiertags 10:00 - 18:00 Uhr

Geänderte Öffnungszeiten über Weihnachten und Neujahr. Weitere Informationen und Preise auf der Webseite der Vulkaneifeltherme.

Vulkaneifeltherme Bad Bertrich

Clara-Viebig-Straße 3 - 7, 56864 Bad Bertrich

Tel.: 02674 913070

Mail: info@vulkaneifeltherme.de

Web: www.vulkaneifeltherme.de

**Deutschlands einzige
Glaubersalztherme
- 32° naturwarm -**

Kaisersesch

Waldhotel Kurfürst

Auf der Wacht 21, 56759 Kaisersesch

Tel.: 02653 98910

E-Mail: info@waldhotel-kurfuerst.com

Web: www.waldhotel-kurfuerst.de

Täglich geöffnet.

Anmeldung erwünscht.

Lutzerath

Hotel Restaurant Maas

Triererstr. 30, 56826 Lutzerath

Tel.: 02677 93630

E-Mail: service@hotel-maas.de

Web: www.hotel-maas.de

Wellnessbereich mit zahlreichen Arrangements. Sauna, Massagen, Beauty-Anwendungen. Von Mittwoch bis Samstag ist unsere Kosmetikerin für Sie da - vereinbaren Sie gerne einen Termin.

Reguläre Öffnungszeiten im Winter.



Wellness

Cochem

Moselstern ** Hotel „Brixiade & Triton“**

Uferstraße 10-13, 56812 Cochem

Tel.: 02673 9310

E-Mail: info@moselstern.de

Web: www.moselstern.de

Wellnessbereich „**MOSEL-SPA**“

Täglich geöffnet: Innenpool, mehrere Saunen, Dampfsauna, Eisbrunnen, Wärmebank & Kneipp-Fußbäder, Ruhebereich mit Burg- & Moselblick.

Betriebsferien: 02. - 25.01.2023

Reguläre Öffnungszeiten im Winter.

Ernst

Hotel-Restaurant Pollmanns

Moselstraße 53, 56814 Ernst

Tel.: 026718683

E-Mail: info@hotel-pollmanns.de

Web: www.hotel-pollmanns.de

Eingeschränkte Öffnungszeiten im Winter.

Betriebsferien: 02.01. - 28.02.2023

In unserer Wellnesslandschaft „**Moselsonne**“ möchten wir Ihnen Geborgenheit, Ruhe und tiefe Erholung schenken. Zwei wärmende Saunen, ein wohltuendes Dampfbad, die erfrischende Erlebnis-dusche, der erholsame, lichtdurchflutete Ruheraum mit gemütlichem Außenbereich und eine große Palette an verwöhnenden und pflegenden Behandlungen sorgen für strahlende innere und äußere Schönheit und neues Wohlbefinden.

Hotel Filla Andre

Moselstraße 1-7, 56814 Ernst

Tel.: 026714688

E-Mail: hotel@filla-andre.de

Web: www.filla-andre.de

Eingeschränkte Öffnungszeiten im Winter.

Betriebsferien: 03. - 15.01.2023

Wellness-Morgen rund um die Traube: Gesichts- und Körperbehandlungen mit Naturkosmetik aus der Traube und dem Weinblatt.

Termine nach Vereinbarung.



Wellness

Senheim-Senhals

Hotel Halfenstube & Villa Spa 1894

Moselweinstr. 30/31, 56820 Senheim-Senhals

Tel.: 02673/4579

E-Mail: info@halfenstube.de

Web: www.wellness-villa1894.de

Veranstaltungen im Veranstaltungskalender.

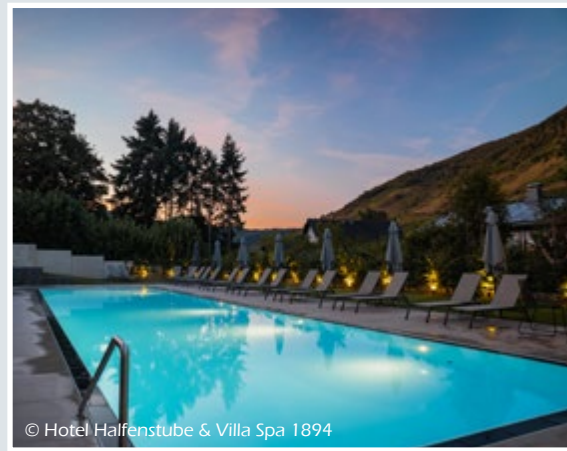
Betriebsferien: 18. - 27.12.2022

Wellness Villa SPA:

- Saunalandschaft & Ruheräume
- Beheizter Außenpool 5 x 20 m
- Verschiedene Angebote rund um Spa, Kosmetik und Massage



© Hotel Halfenstube & Villa Spa 1894



© Hotel Halfenstube & Villa Spa 1894

Treis-Karden

Ferienhaus Ilona

Im Fronhof 3, 56253 Treis-Karden

Tel.: 02672-2617

E-Mail: Stefan@muentnich.de

Web: www.traumferienwohnungen.de

Unser Ferienhaus ist mit einer Sauna ausgestattet, die Benutzung ist im Mietpreis inklusive.

Schloß-Hotel-Petry OHG

St. Castor-Straße 80, 56253 Treis-Karden

Tel.: 02672 9340

E-Mail: info@schloss-hotel-petry.de

Web: www.schloss-hotel-petry.de

Reguläre Öffnungszeiten im Winter.

Betriebsferien: 08.01. - 03.02.2023

Spa Belle Etage - Wellness, Wein und Wohlfühlen

Täglich von 10:00 bis 19:00 Uhr nach Vereinbarung. Auf über 500 m² Finnische Sauna, Dampfbad, Wärmebänke mit Fußbädern, Erlebnisduche mit Sommerschauer, Herbstgewitter, Eisregen, Eisbrunnen, Infrarotkabine Fußpflege, Massage und Kosmetik, Partnerbadewanne.

Diabetes- und Ernährungsberatung

„Essen mit Freude“

Frau Dagmar Reis, Diabetesberaterin DDG
Ernährungstherapeutin
Tel: 02674 9139815
Mobil: 0151 12397361
Web: www.essen-mit-freude.de

Termine nach Absprache.

Diabetes- und Ernährungspfad

Gecoachtes Erleben im Park

Offene Sprechstunde

Mit Fragen rund um die Ernährung

Meditative Trinkübungen

Mit Informationen über Wasser und Glaubersalzwater in Bad Bertrich

Ergotherapie & Entspannungswandern

Entspannungswandern mit Alpakas

Alpaka-Coaching, Burn-Out-Coaching

Ergotherapie

Ergotherapie für Kinder und Elternberatung,
Online-Beratung und vor Ort bei: psychischen,
beruflichen, sozialen oder familiären Themen,
tiergestützte Therapie mit Katzen und Alpakas.

Praxis Herzraum

Catrin Drogi, Ergotherapeutin
Tel.: 0175 / 152 40 75
E-Mail: ergodrogi@gmail.com
Web: www.ergotherapiepraxis-drogi.de
www.herzraum.ergotherapiepraxis-drogi.de

Gesundheitswandern

NATUR AKTIV ERLEBEN - Wieder die Freude an sanfter Bewegung in der Natur entdecken durch eine behutsame Wanderung mit leichten Gymnastik-Übungen mit unserem zertifizierten Gesundheitswanderführer Dr. André Uzulis.

Termine: 20.11. / 18.12. / 08.01. / 05.02. / 26.02. / 26.03. | Anmeldung erforderlich
Beginn jeweils um 10:30 Uhr, Dauer ca. 2 - 3 Std. | 7 € (6 € mit Gästekarte)
Treffpunkt: GesundLand Tourist-Information Bad Bertrich, Kurfürstenstraße 32



Gesundheit

Thermenerlebnis „GesundLand Tag“

Vulkaneifeltherme Bad Bertrich

Clara-Viebig-Str. 3 - 7, 56864 Bad Bertrich

Tel.: 02674 913070

E-Mail: info@vulkaneifeltherme.de

Web: www.vulkaneifeltherme.de

Buchbar täglich (Terminvereinbarung bis 4 Tage vor Behandlungstermin).

Handtücher und Bademäntel gegen Leihgebühr erhältlich.

Inklusiv-Leistungen:

- 1 Tageskarte Therme & Sauna
- 1 Vulkan-Natur-Fango-Seifenschaumbürstung (30 Min. inkl. Nachruhe)

Preis pro Person: 59,- EUR

Venenpfad

Bad Bertrich.

Im Landschaftstherapeutischen Park Römerkessel. Ganzjährig zugänglich.

Wassergymnastik - Vulkaneifeltherme

Vulkaneifeltherme Bad Bertrich

Clara-Viebig-Str. 3 - 7, 56864 Bad Bertrich

Tel.: 02674 913070

E-Mail: info@vulkaneifeltherme.de

Web: www.vulkaneifeltherme.de

Fast täglich - außer Sonn- und Feiertags:

Mo. - Fr. 13:30 Uhr

Mo. - Sa. 09:30 Uhr

Bitte beachten Sie die aktuellen Bestimmungen.



Fitness-Trail & Fitness-Hotspot Cochem

Fitness-Trail

Der erste Fitness-Trail in Rheinland-Pfalz befindet sich im Stadtwald auf der Höhe über Cond und hat eine Gesamtlänge von 1.200 m. Entlang der gekennzeichneten Laufstrecke befinden sich drei Stationen für Übungen mit dem eigenen Körpergewicht:

1x Boden, 1x tiefe Barrenstange in doppelter Ausführung, 1x Parallelbarren in doppelter Ausführung)

Der Trail ist für 5 Runden ausgelegt, sodass insgesamt 6.000 m und 15 verschiedene Übungen absolviert werden können. Der Schwierigkeitsgrad der Übungen nimmt mit jeder Runde zu. Die Anlage eignet sich für individuelle Nutzer und auch für Kleingruppen von bis zu 4-5 Personen. Zusätzlich sind Anleitungstafeln an den Stationen vorhanden. Der Laufftreff des TV Cochem bietet vor Ort angeleitete Trainingsstunden an.



Fitness-Hotspot

Der Fitness-HotSpot befindet sich direkt angegliedert an Station 1 des Fitness-Trail. Er ist hochwertig ausgestattet und bietet ausreichend Platz auch für größere Trainingsgruppen. Ausstattung:

3x Klimmzugstangen, 1x Hängelleiter, 1x Sprossenwand, 1x Schrägbank, 1x Parallelbarren, 1x zweistufige Sprungplattform mit zusätzlichen Hand- und Fußbügeln als Erweiterung für diverse Core-Übungen, 2x Halterungen für Battle Rope

Zusätzlich sind Anleitungstafeln für drei verschiedene Zirkeltrainingsprogramme vorhanden.



Adresse: Wanderparkplatz Conder Höhe, 56812 Cochem

Pilates-Retreat

Ferienweingut Schneider

Am Stausee 2, 56821 Ellenz-Poltersdorf

Tel.: 026731581

E-Mail: ferienweingutschneider@t-online.de

Web: ferienweingut-schneider.de

Winterpause: 12.12.2022 - 31.01.2023

Eingeschränkte Öffnungszeiten im Winter.

Pilates Retreat - finden Sie wieder Einklang zwischen Körper, Geist und Seele!

Mehrtägiges Programm inkl. Übernachtungen, Frühstück, Brunch, Abendessen, Weinprobe und Pilateseinheiten. Buchbar an mehreren Terminen im November, Februar und März. Alle Informationen auf der Webseite des Ferienweinguts Schneider.