

KurOase im Kloster

Ihr Original Kneipp-Hotel



Gesund Tagen

... im Einklang mit Körper, Geist & Seele





Herzlich Willkommen in der KurOase im Kloster

... Ihr Tagungshotel liegt im Herzen der Kneippstadt Bad Wörishofen, eingebettet in eine herrliche Landschaft.

Das Haus ist eng mit der Geschichte des Ortes verbunden. Hier lebte und wirkte Sebastian Kneipp von 1855 bis 1897. Genau hier entwickelte er sein berühmtes Gesundheitskonzept der fünf Säulen: Wasser, Kräuter, Ernährung, Bewegung und Balance. Im Klostergarten verabreichte er seine Güsse an Menschen, die seine Hilfe suchten.

Die KurOase im Kloster hat sich das Wissen um die Balance von Körper, Geist und Seele bewahrt – und gibt es, wie schon Sebastian Kneipp, gerne an seine Gäste weiter.

Gerade in der heutigen Zeit erlebt das „Kneipp’sche Gesundheitskonzept“ neuen Aufschwung. Kneippen liegt bei vielen jungen Menschen im Trend und steht für einen neuen, ganzheitlichen Lebensstil, für Gesundheit und Lebensfreude.

Die KurOase im Kloster ist ein Ort, der Menschen inspiriert und anregt, sich mit dem eigenen Lebensstil auseinander zu setzen.



Genuss für Leib und Seele aus der Küche

Gesund – abwechslungsreich, frisch und fettarm – das ist die Küche der KurOase im Kloster. Hochwertige Produkte und Kräuter spielen die Hauptrolle bei unseren kulinarischen Kreationen. Die möglichst regionale Herkunft der verwendeten Produkte und ihre ausgewählte Qualität garantieren Ihnen eine abwechslungsreiche und vitale Küche.

Ganz wichtig war für Sebastian Kneipp und ist es auch heute für uns: Die schonende Zubereitung und das liebevolle »Anrichten« der Speisen. Die Kreativität unseres Küchenteams und altbewährte Köstlichkeiten aus dem Klosterkochbuch werden Sie von der Vielfältigkeit unserer Küche überzeugen.



Das Restaurant

Ebenso wichtig ist das Zusammensein am Tisch und der aufmerksame, herzliche Service in unserem Restaurant. Die Pausen gemeinsam in Ruhe zu genießen – auch das gehört zu einer gesunden, bekömmlichen Mahlzeit.

Die Klosterschänke lädt am Abend zum gemütlichen Beisammensein ein.



Ihre Zimmer

Unsere komfortablen Einzel- und Doppelzimmer sind in den Kategorien „Komfort“ und „Superior“ buchbar. Die im modernen Design gehaltenen Zimmer bieten Ihnen einen perfekten Rückzugsort für Ihren Aufenthalt in der KurOase im Kloster.

Genießen Sie die Ruhe, schmökern Sie in einem guten Buch, erholen Sie sich und tanken Sie Kraft für den Tag.







Entspannt tagen – erfolgreich arbeiten

Der Erfolg Ihrer Veranstaltung liegt uns ganz besonders am Herzen. Wir bieten Ihnen exzellente Rahmenbedingungen: angenehme Atmosphäre, perfekten Service und zeitgemäßen Tagungskomfort sowie die benötigten Medien und Technik. In der Gewissheit, dass für alles gesorgt ist, können Sie erfolgreich arbeiten.

Tagen Sie in ruhiger Atmosphäre mit Blick auf den Klostergarten. Abgeschirmt durch die Klostermauern erleben Sie inspirierende Ruhe.

Genießen Sie die Pausen bei einem Spaziergang durch unseren liebevoll angelegten Klostergarten. Duftende Blumen und Kräuter, frisches Grün, regen die Kreativität über die Sinne an. Innere Ruhe finden Sie bei einem Gang durch den Kreuzgang im Dominikanerinnenkloster oder in der barocken Kirche.

Die KurOase im Kloster bietet Ihnen die idealen Voraussetzungen für eine erfolgreiche und individuelle Tagung.



Unsere Tagungsräume

Inspiziert arbeiten und lernen. Das gelingt in unseren lichtdurchfluteten Tagungsräumen. Hier finden Sie helle und modern ausgestattete Räume mit historischem Flair.

- alle Räume sind bei Bedarf abdunkelbar
- 30 bis 100 Quadratmeter groß
- Blick in den Klostergarten
- moderne Medien und Technik



Kulinarisches in den Pausen

Je nach Dauer Ihrer Veranstaltung bieten wir Ihnen eine gesunde Vielfalt von Müslis, Naturjoghurts bis hin zu leckeren Vollkornhäppchen.

Nachmittags sorgen hausgemachte Kuchen von unserem Landbäcker und frisches Obst für den schnellen Energiekick.

Pausen im Klostergarten

Denken und lernen Sie draußen an der frischen Luft. Lassen Sie sich inspirieren von unserem idyllischen Klostergarten mit Blick auf das Klosterensemble, genießen Sie inspirierendes Grün, und tanken Sie neue Energie in Ihrer Tagungspause.







Rahmenprogramm für Körper, Geist und Seele

Hat der Körper seine Balance gefunden, wird der Mensch lockerer, leistungsfähiger, stärker und gelassener im Alltag.

Gerade in der heutigen Zeit, die geprägt ist von Schnellebigkeit, Leistungsdruck und Informationsflut, ist das Kneipp'sche Gesundheitskonzept aktueller denn je. Denn wer den Alltag bewältigen will, der braucht Möglichkeiten des Rückzugs, um zu reflektieren, zu entspannen und neue Kräfte zu tanken, um Körper und Seele wieder in Einklang zu bringen.

Unser Rahmenprogramm bietet Ihnen die Möglichkeit, die Original Kneipp'sche Lehre mit seinen tragenden Bausteinen *Wasser, Kräuter, Ernährung, Bewegung* und *Balance* kennenzulernen. Jedes einzelne Element leistet seinen ganz individuellen Beitrag für Ihre Gesundheit und Lebensfreude.

Unser Rahmenprogramm für Körper, Geist und Seele ist der ideale Ausgleich nach einem anstrengenden und arbeitsreichen Tagungstag.



Rahmenprogramm für Körper, Geist und Seele

Wasser spüren und erleben

Erleben Sie das sensationelle Gefühl, wenn der Körper auf die Reize von warmen und kaltem Wasser reagiert. Diese positiven Auswirkungen auf den Stoffwechsel und den Blutkreislauf erkannte Sebastian Kneipp. Egal, ob „Blitzguss“, Wassertreten, Kräuterbäder oder Güsse, in unserer Bäderabteilung werden Sie liebevoll von unserer Bademeisterin betreut. Probieren Sie es aus – die Wirkung überrascht!

Bewegung und Balance

Wer sich bewegt, hat mehr Elan für das Tagesprogramm. In unserem Haus finden Sie eine Vielzahl an Möglichkeiten, um sich sportlich zu betätigen: ob morgendliches Tautreten im Klostergarten auf den Spuren Kneipps, Qi-Gong, Pilates und Gymnastik. Rund um Bad Wörishofen bieten wir Ihnen Radtouren, Jogging und Nordic Walking an. Auf dem längsten Barfußpfad der Welt können Sie auch auf 23 Stationen die unterschiedlichsten Bodenstrukturen erforschen.





*»Alles was wir brauchen,
um Gesund zu bleiben,
hat uns die Natur
reichlich geschenkt«.*

S. Kneipp

Pflanzen, Kräuter und Ernährung

„Gegen jedes Leiden ist ein Kraut gewachsen“ sagt ein altes Sprichwort. Es drückt aus, dass Kräuter und Pflanzen seit Jahrtausenden dazu dienen, Krankheiten zu heilen und zu lindern.

In unserem Schnupperkurs bieten wir Ihnen einen Einblick in die Welt der Heilpflanzen und Kräuter. Erfahren Sie mehr über die Zubereitung von Tees und Salben. Als besonderen Höhepunkt bereiten Sie Ihren eigenen Kräuter-Smoothie.



Massagen und Anwendungen

In der KurOase im Kloster entwickelte Sebastian Kneipp seine Rezepturen. Sein Wissen um die natürliche Heilkraft von Kräutern und Pflanzen setzen wir noch heute bei Bädern und Massagen ein. Ob klassische Rücken-, Kräuterstempel- oder Aromaölmassagen, Heublumenkissen oder Wickel, wählen Sie, was Ihnen gut tut. Unser Team berät Sie individuell und begleitet Sie behutsam auf Ihrem Weg zu mehr Ausgeglichenheit und Gelassenheit. Ideal, um nach einem anstrengenden Tag zu relaxen.





Unser Service für Sie

Vorbereitung

Wir unterstützen Sie schon im Vorfeld Ihrer Tagung. Sie teilen uns Ihre Wünsche mit, wir bereiten alles vor. Sie können sich voll auf die Ziele Ihrer Veranstaltung konzentrieren.

Tagungsbetreuung

Unser Tagungsteam steht Ihnen während der Tagung tatkräftig zur Seite: für alles, was Sie für einen optimalen Verlauf Ihrer Tagung benötigen.

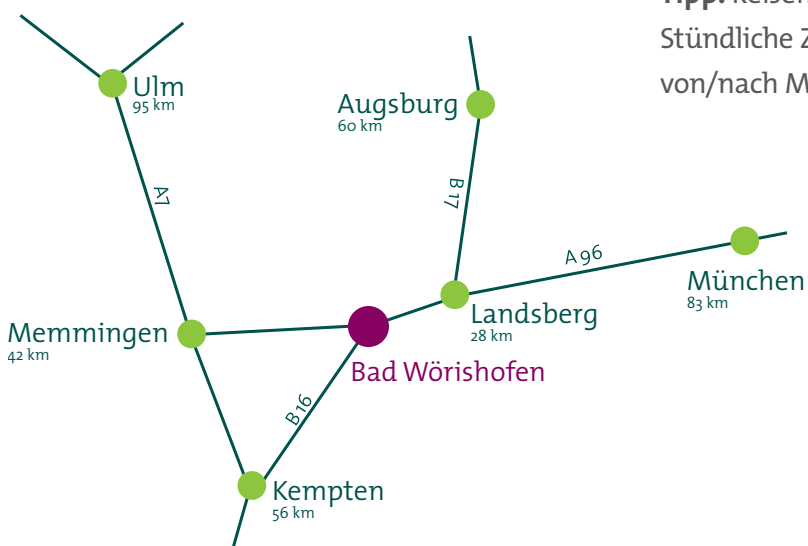
Parkplätze am Haus

Kostenfreie Parkplätze am Hotel garantieren Ihnen kurze Wege.

Rahmenprogramm

Gerne kümmert sich unser Team um das Rahmenprogramm für Ihre Tagung. Ob Qi-Gong im Klostergarten oder Barfußwanderungen, wir gehen auf Ihre Wünsche und Vorstellungen ein. Alle Angebote sind individuell buchbar.

Ihr Weg zu uns



Tipp: Reisen Sie mit der Bahn an. Stündliche Zugverbindungen von/nach München und Augsburg

Angebote des Betrieblichen Gesundheitsmanagements

... in Zusammenarbeit mit der Kolping Gesundheits-Akademie

Gönnen Sie sich und Ihren MitarbeiterInnen einen Gesundheitstag in der KurOase im Kloster. Sie stellen aus verschiedenen Modulen individuell ein Gesundheitsseminar für Ihr Unternehmen zusammen. Beispielsweise zum Thema „Stressprävention“ könnte Ihr Gesundheitstag wie folgt aussehen:

Mehr Gelassenheit im (Berufs-) Alltag!

- | | |
|-----------|--|
| 10.00 Uhr | Vital in den Tag!
Ob Vitamin-Obst-Drink oder einen grünen Smoothie, testen Sie Ihren optimalen Start in den Tag. |
| 10.30 Uhr | Modul „Stressprävention“
Im Gleichgewicht bleiben – eine Kunst, die jede/r lernen kann. Aktuelles zum Thema Work-Life-Balance, um auch in „stressigen Arbeitszeiten“ gelassen zu sein. Konkrete Umsetzungsmöglichkeiten für Beruf und Familie. |
| 12.00 Uhr | Qi Gong – schnell und entspannt im Alltag |
| 12.30 Uhr | Schlemmerbuffet – gesund und lecker! |
| 13.30 Uhr | Wasser belebt Körper und Geist – vitalisierende und spritzige Wasseranwendungen |
| 13.45 Uhr | Rückenschule unter freiem Himmel
... den eigenen Rücken stärken und dabei Kräfte freisetzen – ein starkes Erlebnis! |
| 14.00 Uhr | Modul „Sensibilisierung für die eigene Gesundheit“
Kneipp'sche Lebensphilosophie topaktuell und alltagstauglich zugleich! Mit einfachen Tipps zu Ernährung, Bewegung, Stärkung der Abwehrkräfte, innerer Gelassenheit und Kräuterküche zu mehr Wohlbefinden, Gesundheit und Energie. |
| 16.00 Uhr | Kräuter genießen , als Brotaufstrich oder als Kuchen – einfach himmlisch! |
| 16.30 Uhr | Voller Energie zurück in den Alltag! |

Weitere Module sind u.a.:

- Gesund führen – Unternehmenskultur weiterentwickeln
- Burnout-Prävention

Wir beraten Sie gerne und erstellen Ihnen ein individuelles Angebot.

Ihr Team der
KOLPING Gesundheits-Akademie



KurOase im Kloster
Ihr Original Kneipp-Hotel

Klosterhof 1
86825 Bad Wörishofen
Tel. 08247 9623-0
Fax 0 8247 9623-99

info@kuroase-im-kloster.de
www.kuroase-im-kloster.de