



Schmitzenweg 16
87541 Bad Hindelang
Tel. +49 8324/9317-0
e.mail.: info@naturgesund-viktoriana.de
[www. naturgesund-viktoriana.de](http://www.naturgesund-viktoriana.de)

Unser Therapie-Angebot

naturgesund viktoriana – ein neues Konzept mit Energie und Freude!

Liebe Gäste,

abschalten vom Alltag, entschleunigen, genießen und auf-tanken – das alles sind Begriffe und Wünsche, die wir all-jährlich mit in den Urlaub nehmen.

Schon in der dritten Generation wird das Haus Viktoria nun von mir seit über 20 Jahren geführt. Meinen eigentlichen Beruf als staatlich geprüfter Masseur und medizinischer Bademeister habe ich in den letzten Jahren nur noch wenig ausgeübt. Viele Investitionen und Zukunftsentscheidungen mussten zuvor für das Gästehaus getätigt und gefällt werden. Doch nun sind „Dach und Fach“ für die kommenden Jahre bestens gerüstet und meine Vision, ein Gästehaus kombiniert mit einem bezahlbaren Gesundheitsangebot zu führen, wird in die Tat umgesetzt.

Meine Leidenschaft für unkomplizierte Gesundheitsangebote die effektiv sind und helfen, Alltagsleiden unserer Zeit zu beseitigen, habe ich natürlich niemals aufgegeben. Weiter- und Ausbildungen der letzten Jahre runden deshalb meine medizinischen Angebote ab.

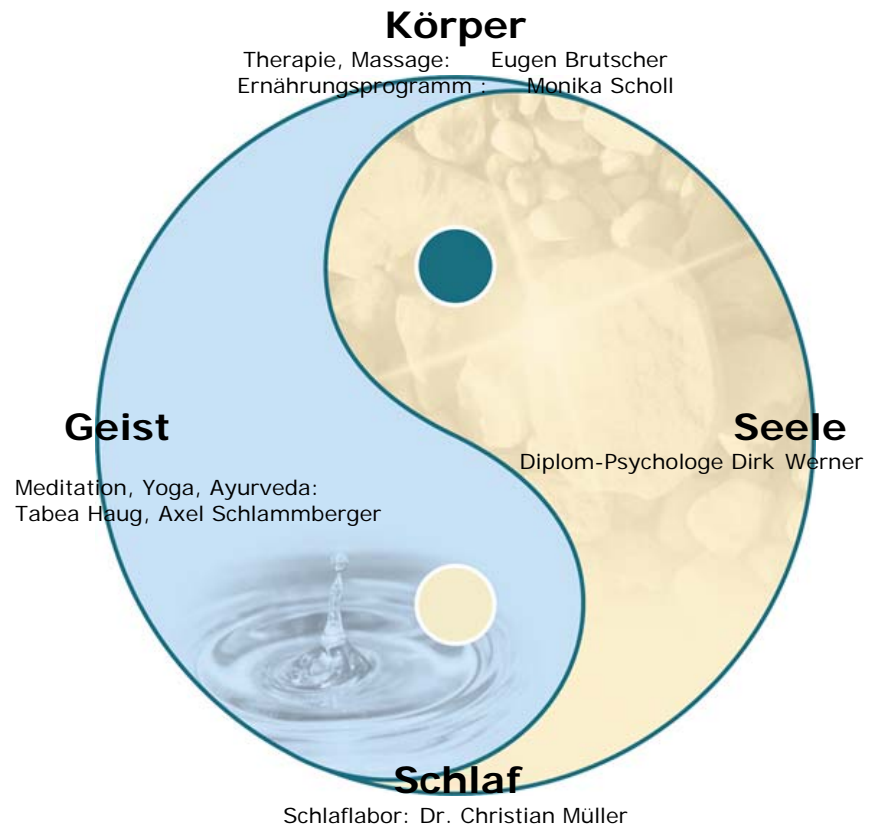
Für mich ist es wichtig, hier im **naturgesund viktorija** Körper, Geist und Seele zu erfreuen. Gleichzeitig möchte ich aber auch, dass Sie, lieber Gast, Ihren Urlaub so erleben, wie Sie es möchten. Ungezwungen und unkompliziert. Bezahlbar und nachhaltig, so dass Sie auch nach dem Urlaub die Erholung noch spüren können.

Mein medizinisches Angebot finden Sie hier in dieser Informationsmappe. Aber vielleicht haben Sie ein besonderes Anliegen – bitte sprechen Sie mich jederzeit an, ich werde Sie gerne beraten.

Gemeinsam mit kompetenten Gesundheitspartnern habe ich für das **naturgesund viktorija** Angebote geschaffen, die für alle gesundheitsbewussten Menschen die Möglichkeit bieten, Körper, Geist und Seele zu erfreuen und wieder in Einklang zu bringen. Eine Gesundheitspauschale für den Kurzurlaub ist auch eine wunderbare Geschenkidee für liebe Menschen, wir stellen Ihnen gerne Gutscheine aus und beraten Sie.

Ich freue mich auf Sie – und wenn Sie auch einmal nur Lust auf eine kurze Nacken- oder Fußmassage haben – herzlich willkommen in meiner Praxis!

Ihr Gastgeber
Eugen Brutscher
staatlich geprüfter Masseur und Bademeister



Im Herbst, Winter und Frühjahr finden spezielle Gesundheitswochen im **naturgesund viktorija** statt.
Pauschalangebote für Körper, Geist und Seele!

Mein therapeutisches Angebot für Sie:

Akupunkt-Massage nach Penzel

Die APM ist eine spezielle Massagemethode, die bei Erkrankungen wirken kann, die durch funktionelle Störungen verursacht worden sind. Da sie über den Energiekreislauf den gesamten Organismus beeinflusst, verändern sich u.U. mehrere Symptome gleichzeitig.

Diese Methode wird von Therapeuten am kranken Menschen ausgeführt, wenn dafür die Verordnung eines Arztes oder Heilpraktikers vorliegt. Zur Vorsorge, allgemeinen Gesunderhaltung, Steigerung der Leistungsfähigkeit und Verbesserung des Allgemeinbefindens ist die Durchführung auch ohne Verordnung möglich.

Viele Beschwerden können aus der Sicht der APM ihre Ursachen in der Wirbelsäule haben. Ihr Therapeut wird sich deshalb im Laufe der Behandlungen - sofern erforderlich - besonders um diesen Körperteil kümmern.

Zum Massieren von Narben und großen Hautflächen halten wir für Sie die A.PM.-Creme bereit.

Umfragen unter Patienten und viele Gespräche haben uns immer wieder bestätigt, dass folgende Beschwerdebilder gut ansprechen:

- Wirbelsäulenbeschwerden
- Erkrankungen der großen und kleinen Gelenke

- rheumatische Erscheinungsformen
- Migräne
- Neuralgien
- Durchblutungsstörungen

Oft berichten uns Patienten, dass als Nebenergebnis der gezielten Beeinflussung der vorstehenden Beschwerdebilder zu beobachten ist, dass sich:

- der Kreislauf stabilisiert
- Störungen im Verdauungs- und Urogenitaltrakt sich merklich bessern
- Schlafprobleme behoben werden
- vegetative Störungen
- depressive Erscheinungen sich mildern oder beseitigt werden.

Akupunkt- Massage:

1 Stunde

€ 40.--



Sanfte manuelle Therapie (SMT) nach Dorn

Dorn-Therapie ist eine von dem süddeutschen Heilpraktiker Dieter Dorn seit ca. 1975 vertretene Methode, die Fehlstellungen und Blockierungen von Wirbeln mit Be-

schwerden des Rückens, der Atmung und Verdauung in Verbindung bringt.

Die Dorn-Therapie soll behandlungsbedürftige Beinlängendifferenzen korrigieren und Wirbel, die sich in einer "falschen" Position befinden, ohne mechanischen Druck einrichten. Da aus jedem Wirbel ein Nervenpaar austritt, das im gleichen Körpersegment liegende Organ- und Gewebsbereiche versorgt, werden gleichzeitig positive Wirkungen auf diese Bereiche erzielt. So liege etwa im Bereich des dritten Brustwirbels (bei den Chinesen das „Tor des Windes“ genannt) die Versorgung der Atmungsorgane. Somit könne eine Wirbelkorrektur in diesem Bereich die Normalisierung einer gestörten Atemfunktion bewirken oder könnten Probleme im Atmungsbereich auf eine Fehlstellung des dritten Brustwirbels zurückzuführen sein. (Tatsächlich entspringt der das Zwerchfell versorgende Nervus phrenicus aber aus der Halswirbelsäule.)

Die Methode ist vorwiegend in Deutschland verbreitet. Sie wird überwiegend bei Rücken- und Gelenkbeschwerden eingesetzt. Teilweise ist diese Methode mit Massageangeboten nach Breuß kombiniert.

SMT (sanfte manuelle Therapie)
30- 40 Minuten € 40.—



Weitere Therapien:

Kneipp'sche Arm- oder Beingüsse
5 Minuten € 8.--

Wechselguss
5 Minuten € 8.--

Wärmeapplikation und klassische Massagen:

Heißluft
5 Minuten € 10.--

Heupackung
20 Minuten € 18.--

Naturmoorpackung
20 Minuten € 20.--

Aroma Öl Teilmassage
20 Minuten € 25.--

Vollmassage
30 Minuten € 38.--

Hot Stone Massage
60 Minuten € 44.--

Aromaölmassage
25 Minuten € 25.—

Unsere Kneippanlage mit Barfußpfad befindet sich in nur fünf Gehminuten Entfernung im Hirschbachwäldchen.



Klimatherapie

Unter der Klimatherapie versteht man allgemein die gezielte Behandlung von kranken oder gesunden Menschen durch den Aufenthalt in einem therapeutisch wirksamen Klima, einem so genannten Heilklima. Dabei nutzt man die verschiedenen spezifischen klimatischen und witterungsbedingten Eigenschaften einer Region, um auf bestimmte Symptome oder Erkrankungen einen positiven Einfluss auszuüben.

Die Klimatherapie ist unter den therapeutischen Verfahren etabliert und anerkannt. Sie stellt eine Kombination aus der Anwendung natürlicher Heilmittel und der Überprüfung des Heilerfolges durch Methoden der modernen Medizin dar. Oft wird sie durch physikalische Übungen und Bewegungstherapien ergänzt. Die Wirksamkeit der Klimatherapie beruht auf einer Steigerung der individuellen Anpassungsfähigkeit des Menschen an bestimmte Klimareize. Bei vielen Menschen ist diese angeborene Anpassung an äußere Witterungseinflüsse durch Krankheiten, aber auch durch ständigen Aufenthalt in gleichmäßig klimatisierten Innenräumen und Bewegungsarmut reduziert.

Bad Hindelang ist ein Heilklimatischer Luftkurort der Premium Class im Hochgebirge. Niedriger Luftdruck, geringe Luftfeuchtigkeit, Luftreinheit und intensive UV-Strahlung sind die Voraussetzungen für die Heilanzeigen bei:

- chronische Erkrankungen der Atemwege
- Herz- und Gefäßkrankheiten
- Hautkrankheiten
- Allgemeine Schwäche- und Erschöpfungszustände



Fußreflexzone (RZF) nach Hanne Marquardt

Zahlreiche Regionen des Fußes stehen in einer besonderen Art von reflektorischer Beziehung zu bestimmten Körperteilen und Organen.

Die RZF kann in der physikalischen Therapie, z.B. bei Wirbelsäulen- und Gelenkblockaden, bei Gon- und Coxarthrose, Beckenschiefstand und Haltungsschäden eingesetzt werden, meist als Serie von 6 bis 12 Behandlungen.

Von vielen Heilpraktikern wird die RZF angewandt, weil mit ihr über den Körper hinaus alle Ebenen des Menschen erreicht werden können.

Fußreflexzonen – Massage
30 Minuten

€ 32.--



Reiki - uralte Entspannungs- und Heilmethode

Als erstes Ziel von Reiki wird eine ganzheitliche körperliche und seelische Heilung angegeben. Bei der Anwendung von Reiki soll durch den Praktizierenden eine „Verbindung“ zwischen einer angenommenen „universellen Energie“ und dem Empfangenden hergestellt werden. Nicht der Praktizierende gebe Reiki, er stelle sich als Kanal zur Verfügung, so die Anhänger dieser Methode. Reiki soll beim Empfänger ganz von alleine dorthin fließen, wo es benötigt werde. Laut Praktizierenden verhilft es dem Empfangenden zu einer tiefen Entspannung. Es soll die Selbstheilungskräfte des Körpers stärken und beispielsweise helfen, eine Krankheit schneller zu überwinden. Als Unterschied zu anderen sog. „Energimethoden“ wird hervorgehoben, dass Reiki von Disharmonie automatisch angezogen werde, dass es unabhängig von Glauben oder geistigen Fähigkeiten wirke, dass es keine Diagnose erfordere, dass es nicht manipulativ eingesetzt werden könne und dass es nach den Einweihungen ohne Training ein Leben lang verfügbar sei.



Esogetische Schmerztherapie nach Mandel (Farb-Akupunktur)

Die Esogetische Medizin ist eines der ganzheitlichsten Diagnose- und Therapiekonzepte, das auf dem Urwissen um die menschliche Existenz und den Gesetzmäßigkeiten des Kosmos basiert. Sie verbindet die Weisheitslehren der Menschheit, alte Philosophien und überlieferte Heilweisen mit empirischer Forschung und den neuesten Erkenntnissen von Wissenschaft und moderner Medizin. Daraus entwickelte sich ein ganzheitliches Diagnose- und Therapiekonzept zur Erhaltung von Gesundheit und zur Erkennung und Bekämpfung von Krankheit und Schmerz. Die über 200 Systeme der Esogetischen Medizin „leben“: sie werden ständig ergänzt und weiterentwickelt. Nur so kann eine Methode „erwachsen“ werden und immer neue Herausforderungen und Ziele finden.

Peter Mandel, Heilpraktiker und Gründer der Esogetischen Medizin, ist überzeugt, dass alles Wissen zu allen Zeiten vorhanden ist. Es gilt nur, es wieder zu entdecken und in neugewonnene Erkenntnisse und technisch-wissenschaftliche Fortschritte einzupassen. Nur ein Diagnose- und Therapiesystem, das in diesem Bewusstsein gewachsen ist, lässt sich wertfrei und menschenwürdig einsetzen.



Aromatherapie und Moxibustions-Therapie

Aromatherapie bezeichnet die kontrollierte Anwendung ätherischer Öle, um die eigene und die Gesundheit anderer zu erhalten und Körper, Geist und Seele auf eine positive Art zu beeinflussen.

Moxa-Therapie oder kurz Moxen bezeichnet den Vorgang der Erwärmung von speziellen Punkten, wie sie in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) beschrieben werden. Moxibustion wird dort bei entsprechender Indikation als der Akupunktur gleichrangige Therapie geachtet

Die Wirksamkeit der Moxa-Therapie ist derzeit Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen.

Beim Moxen werden kleine Mengen von getrockneten, feinen Beifußfasern auf oder über Akupunkturpunkten abgebrannt. Der Beifuß ist in Ost und West seit alters her eine Heil- und Gewürzpflanze. Die Blätter der Pflanze werden getrocknet, gereinigt, zerrieben und zu einer Watte aufbereitet. Der traditionellen chinesischen Medizin zufolge wirkt die Hitze einwirkung der verglimmenden Moxa über die Therapiepunkte auf das Meridiansystem ein.

Das Moxakraut Beifuß enthält unter anderem ätherische Öle, darunter Cineol und Thujaöl, außerdem Cholin, Harze und Tannin. Nach der Lehre der TCM wirkt Moxa nach dem gleichen Prinzip wie die Akupunktur. Sie soll also den Energiefluss anregen und gegen so genannte "kalte" Zustände wirken.

Eine von westlichen Anwendern aufgestellte Theorie besagt, dass durch die Hitze die Nervenenden in der Haut stimuliert

werden, was die Hirnanhangdrüse und die Nebennieren anrege, Hormone auszuschütten.

Moxa-Therapie in Verbindung mit Aromatherapie

15 Minuten

€ 11.—



Angebote unserer medizinischen Partner

Monika Scholl
Naturheilpraxis

Jochstraße 17
87541 Bad Hindelang

Telefon 08324/94221



Ich freue mich, Sie in ein neues, beschwingtes Lebensgefühl mit viel Leichtigkeit und Freude begleiten zu dürfen

Stoffwechsel-Regeneration mit Metabolic Balance Programm

Die Grundlage von metabolic balance ist der persönliche Ernährungsplan. Er basiert auf einem speziellen Computerprogramm, entwickelt in Zusammenarbeit von Ärzten, Ernährungswissenschaftlern und Computerfachleuten.

Mein Angebot für Sie:

- Vortrag über Stoffwechsel und MB-Programm
- Blutentnahme für Laborwerte
- Komplettes Labor als Grundlage für individuelle Planerstellung
- Erstellung individuellen Ernährungsplan
- Plan-Besprechung und Aushändigung im Einzelgespräch
- Einmaliges Kontroll-Labor
- Treffen in der Gruppe (freiwillig) zum Austausch und für Fragen

Buchen Sie im **naturgesund viktoria** unsere „iss dich gesund“ – Pauschale. 14 Tage Übernachtung in einer Ferienwohnung, damit Sie die Rezepte gleich selbst kochen können.



Tabea Haug
Axel Schlamberger
Yoga und Ayurveda

Tannach Str. 6
87509 Immenstadt

Telefon 08323/9675499



Kommen Sie an im Allgäu und begegnen Sie sich selbst. Lassen Sie sich verwöhnen von ölreichen Ayurveda-Massagen zur tiefen Entspannung von Körper und Geist. Entdecken Sie einen Zugang zur inneren Freiheit über den Weg des Yoga und der Meditation. Nutzen Sie die Umgebung der Allgäuer Natur um Kräfte zu tanken und zur Ruhe zu kommen. Wir freuen uns auf Sie!

MUKABHYANGA, die Gesichtsmassage:
Sanfte Berührung von Gesicht, Kopf & Oberkörper für strahlenden Ausdruck.

PADABHYANGA, die Bein- & Fußmassage:
Über die Reflexzonen der Füße erreichen wir den gesamten Körper um ihn zu harmonisieren und zu stärken.

PETHABHYANGA, die Rückenmassage:
Den Rücken stärken und auf sanfte Weise von Hüften bis Nacken von Verspannungen befreien.

SHIROABHYANGA, die Kopf- & Nackenmassage:
Behutsame Lockerung für den Bereich, der oft so viele Verspannungen und Lasten trägt.

ABHYANGA, die Ganzkörpermassage:
Die klassische Salbung von Kopf bis Fuß für tiefe Entspannung und Regeneration von Körper und Geist.

SYNCHRON-ABHYANGA, die Vierhändige:
Zwei Therapeuten laden Sie ein in neue Dimensionen der Körperwahrnehmung.

KRISTALL-SHIRODHARA, der energetische Stirnguss:
Die Kraft der edlen Mineralien in Resonanz mit den feinstofflichsten Chakren.

Yoga- oder Meditationsstunde, die inneren Kräfte des Yoga entdecken und den Tag entspannt abschließen.
Erkenne die Welt & du erkennst dich selbst

Bitte kommen Sie zu den Massagen mit Bademantel und Badeschlappen, zu Meditation und Yoga mit bequemer Kleidung und einem Badelaken.

Gerne vereinbaren wir Ihnen individuelle Termine oder besuchen Sie uns während der Gesundheitswochen im **naturgesund viktorja**.



Dirk Werner
Dipl. Psychologe

Brodkorbweg 38
87437 Kempten

Telefon: 0831/5707762



Im Leben ist es nach meiner Erfahrung immer wieder wichtig, sich Zeiten zu nehmen, um sich zu fragen und nachzuspüren, ob es in die Richtung läuft, die ich mir vorstelle und die für mich gut ist.

Ich verfüge durch meine langjährige Arbeit als Therapeut und intensive Selbsterfahrung über ein breites Spektrum an möglichen Therapiemodulen und -werkzeugen und gehe als Basis von einem humanistisch geprägten Menschenbild aus, bei dem auch spirituelle Bedürfnisse Raum haben dürfen.

Lösungsorientiertes Vorgehen beim Burn-out-Syndrom, familiären Schwierigkeiten oder persönlichen Problemen mit professioneller Begleitung des Diplom-Psychologen und heilpraktischen Psychotherapeuten Dirk Werner.

Lebensberatung und Psychotherapie im **naturgesund viktoria**.

Wir haben eine Pauschale zusammengestellt, ein Kururlaub für die Seele! 7 Übernachtungen mit 4 therapeutischen Einzelsitzungen und einem interessanten Begleitprogramm. Buchbar während unserer Gesundheitswochen. Dipl. Psych. Dirk Werner begleitet Sie dabei jeweils von Montag bis Samstag.

Gerne vereinbaren wir auch individuelle Termine außerhalb der Gesundheitswochen in unserem Haus.



Dr. med. Christian Müller

Internist

Lungen- und Bronchialheilkunde

Allergologie-Umweltmedizin

Sportmedizin- Somnologie (DGSM)

Gerberweg 6

87541 Bad Hindelang

Telefon: 08324/953800



Leiden Sie an Schlafstörungen? Fühlen Sie sich morgens unausgeschlafen und „wie gerädert“? Sind Sie tagsüber müde? Oder schnarchen Sie nachts und haben Atemaussetzer?

Müdigkeit „burn out“ und Erschöpfung- häufig Folgen eines gestörten Schlafes. Während eines Kurzurlaubes in den Allgäuer Bergen haben Sie die Möglichkeit, sich in unserer Praxis in Bad Hindelang im Schlaflabor untersuchen zu lassen. Auf der Basis dieser Untersuchung werden Sie ausführlich zur Behandlung Ihrer Schlafstörung beraten. Und das alles in entspannter Atmosphäre ohne „Krankenhausstress“. Erholung pur – frei nach dem Motto: „Gesunder Schlaf in gesunder Umwelt“

In unserem Schlaflabor können Art und Ausmaß Ihrer Schlafstörung festgestellt werden:

Moderne Polysomnographie-Messplätze erlauben die Schlafstadienanalyse, zeigen Muskelaktivität, Atmung, Sauerstoffgehalt und Herztätigkeit im Schlaf. Bei Schichtarbeitern oder Problemen am Tage können auch spezifische Tagesmessungen durchgeführt werden. Auch ambulante Messungen sind möglich.

Informieren Sie sich über unsere Pauschale „schlaf gut – träum süß“ im **naturgesund viktoria**.

