



Kurhaus St. Otmar

Das ganzheitliche Gesundheitszentrum am Vierwaldstättersee

Wir bieten Ihnen:

- komfortable Südzimmer mit herrlicher Rundschau über See und Berge
- grosszügigen Aufenthaltsraum für Diskussionen und Gymnastik
- gemütlichen Gemeinschaftsraum mit Bibliothek
- wirkungsvolle Entschlackungs- und Trinkkuren mit Molke
- regelmässige Gymnastik-Bewegungstherapie
- herrliche Umgebung für erholsame Wanderungen und Ausflüge
- Entspannung und Stressabbau, Gewichtskontrolle
- Schwimmbad (anfangs April bis Okt./Nov., je nach Wetterverhältnis!)
- Sauna, Kräuter-Dampfbad, Solarium
- Fitnessraum mit diversen Geräten
- Massage, Fussreflexzonenbehandlung, Matrix-Rhythmus-Therapie, Wirbelsäulentherapie, Scenar-Therapie, Kräuterstempel-Massage, Colon-Hydro-Therapie, Kinesiologie- und Energiebehandlungen, Vitalstoffberatungen
- Jonozon-Sauerstoffbad, Schiele-Kreislaufbad



OTMARSAN
natürliche Gesundheit

Maya Bachmann-Krapf
CH-6353 Weggis
Telefon 041 392 00 10
Telefax 041 392 00 24
E-Mail info@otmarsan.ch

gültig ab 01.2009

Ferien und Gesundheit im Kurhaus St.Otmar in Weggis

Ferien und Gesundheit – Warum?

Sie werden gefordert im Alltag durch Leistungsdruck. Stress macht sich breit – Sie «leiden». Ein Entfliehen aus unserer modernen Gesellschaft ist nicht möglich. Um den «Druck» zu ertragen brauchen auch Sie Ferien! Nutzen Sie Ihre Ferien richtig? – oder wandeln Sie Ihren «Alltagsstress» lediglich in einen «Ferienstress»?

Gesund bleiben heisst vorbeugen, heisst für unsere Gesundheit aktiv etwas tun. Ferien sind die ideale Gelegenheit dazu – nutzen Sie sie zu Ihrem eigenen gesundheitlichen Vorteil!

Ferien und Gesundheit – Wo?

Sie brauchen dazu keine Weltreise zu machen. Im Herzen der Zentralschweiz, an der Rigi-Sonnenseite, an den Ufern des Vierwaldstättersees, liegt der bekannte Kurort Weggis. Ca. 100 m über Dorf und See auf 550 m über Meer befindet sich das Kurhaus St. Otmar. Es geniesst eine einzigartige Aussicht über See und Berge – abseits von Strassenlärm, inmitten grüner Natur. Das milde und ausgeglichene Klima lässt Feigen und Kastanien reifen. Sie finden hier eine herrliche, intakte Umgebung – ohne Industrie und Hochkamine – die zum Wandern, Staunen

und Geniessen einlädt. Weggis erreichen Sie gemütlich per Schiff ab Luzern (vo Luzärn gäge Weggis zue...) oder auf der Strasse über Küsnacht oder Brunnen.

Ferien und Gesundheit – Wie?

Ferien – anders als alle andern! Ferien mit unglaublich viel Zeit für das eigene Ich! Ferien zum sich wohlfühlen – zum geniessen! Bei uns geniessen Sie zwar nicht das üppige Essen, sondern vor allem das Wohlbefinden, das sich während der gründlichen Entschlackungs- und Reinigungskur einstellt und noch lange nach Ihren Ferien zu spüren ist.

Im Kurhaus St.Otmar erleben Sie Ferien für Ihre Gesundheit auf eine neue Art. Im kleinen Kreis Gleichgesinnter, fröhlicher Menschen profitieren Sie von der wohltuenden Trinkfastenkur mit verschiedenen Getränken sowie der bekannten und bekömmlichen OTMARSAN Kur-Molke. Unter kundiger Anleitung werden Sie in die Geheimnisse des richtigen Fastens eingeführt und durch die Kur begleitet. Ohne jeglichen Zwang geniessen Sie Ihre volle Freiheit und haben viel Zeit um sich zu entspannen oder sich in unserer Therapie-Abteilung verwöhnen zu lassen.

Das Fasten... und unsere Kurse

Fasten – Wozu?

Fasten – in fast allen Religionen verankert – ist heute wieder modern! Eine richtig bemessene und gut organisierte Fastenzeit wirkt auf unseren Körper oft wie ein «Wunder». Zum erfolgreichen Fasten finden Sie bei uns im Kurhaus St. Otmar in Weggis beste Voraussetzungen in einem absolut idealen Umfeld ohne jeden Zwang oder Stress. Wichtig ist dazu eine positive Einstellung, ruhige Umgebung und viel Zeit für sich selbst. Durch uns werden Sie persönlich im Fasten begleitet, was auch Ihren Erfolg sicherstellt. Erfolgreiches, regelmässiges Fasten weckt neue Lebenskraft durch tiefgreifende Entschlackung und Reinigung des ganzen Körpers. Sie fühlen sich wie neugeboren, befreit von Giftstoffen, Altlasten und Stress. Ihre Organe arbeiten wieder leichter, Sie fühlen sich sichtbar jünger und gestärkt für neue Taten. Schenken Sie sich dieses einmalige Erlebnis zum fairen Preis!

Interessiert?...

...rufen Sie uns doch gleich an unter

*Telefon 041 392 00 10
(möglichst vormittags).*

*Frühzeitige Anmeldung lohnt sich!
Maya Bachmann-Krapf*

Kurse – Weshalb?

Fasten befreit Körper, Seele und Geist. Dies ist eine ideale Voraussetzung um offen zu sein für Neues. Motiviert durch unsere Gäste bieten wir seit Jahren einzelne Wochenseminare mit interessanten Themen an, die sich grosser Beliebtheit erfreuen. Unzählige fröhliche Gäste genossen seither die entspannte und befreiende Atmosphäre und kehrten mit wertvollen neuen Erkenntnissen, vermittelt durch erfahrene und bekannte KursleiterInnen, in den Alltag zurück. Unlust, Müdigkeit, Zweifel an sich selbst, Stress und Uebergewicht sind einem neuen Lebensgefühl gewichen. Dieses positive Echo spornt uns zu neuen Taten an. Ein interessantes, neues Programm mit verschiedenen aktuellen Seminarthemen bereiten wir immer wieder für Sie vor und verpflichten dazu nur bestens ausgewiesene FachreferentInnen. Im separaten **«Kurse & Aktivitäten Jahresprogramm»** finden Sie detaillierte Angaben zu den einzelnen Themen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt – frühzeitige Anmeldung lohnt sich!

Informationen zum Kurhaus St. Otmar

Zimmer:

- alle Gästezimmer sind nach Süden gerichtet mit Sicht auf See und Berge und haben Balkon oder direkten Zugang zur grossen Rasenterrasse.
- alle Zimmer sind als Einzelzimmerstudios eingerichtet und beinhalten 2 Betten, eine Kochgelegenheit sowie Selbstwahltelefon mit Direktruf.
- die Zimmer können auch als Einzelzimmer belegt werden.
- die meisten Zimmer verfügen über private Sanitäranlagen, die restlichen über genügend WC's, Duschen und Saunas in Nebenräumen.
- im Neubau sind acht grosszügige Studios mit allem notwendigen Komfort ausgestattet.

Weitere Anlagen:

- im separaten Therapiegebäude haben unsere Gäste freien Zugang zur Gemeinschaftssauna sowie zum grosszügigen Aufenthaltsraum, wo auch Gymnastik stattfindet.
- die Therapie-Anlagen stehen für unsere Gäste zur Verfügung (beachten Sie umseitiges Therapie-Angebot).
- ein Fitnessraum mit diversen Geräten steht allen Gästen offen.
- der gemütliche Gemeinschaftsraum mit einer kleinen Bibliothek kann frei benützt werden
- das neue, gedeckte Schwimmbad mit Gegenstromanlage ist für unsere

Gäste ebenfalls frei benützbar (anfangs April bis Oktober/November, je nach Wetterverhältnis!).

- grossflächige Liegewiesen mit Schattenbäumen und herrlichem Ausblick laden zum Verweilen.

Preise:

- siehe nachfolgende Preisliste.
- Unsere Preise sind Pauschalpreise pro Person und sind je nach Jahreszeit, Art des Zimmers sowie der Aufenthaltsdauer unterschiedlich.
- Die Preise enthalten: OTMARSAN-Kur-Molke à discrétion, Gewichts- und Blutdruckkontrolle (auf Wunsch), freie Saunabenützung, geführte Gymnastik, Schwimmbad- und Gerätebenützung, individuelle Kurberatung, Wäsche, Elektrisch, Heizung, Parkplatz, Endreinigung, Kurtaxen und Mehrwertsteuer. Zusätzlich berechnet werden die von Ihnen gewünschten Therapien und Anwendungen (siehe folgende Preisliste).
- Vergünstigungen werden für mehrwöchige Aufenthalte gewährt gemäss Preisliste.
- Beachten Sie ebenfalls unsere speziellen Kursangebote (siehe Kursprogramm und Detailinformationen).

