

AKTIVWOCH

WELL-AKTIV

Das 7- und 4-tägige Gesundheitsangebot 2026 für Reisemobilisten



Erleben Sie gesunde Vielfalt
in Bad Schönborn
mit 6 verschiedenen Programmen!


BAD SCHÖNBORN
TOURISMUS


THERMARIUM
WELLNESS- & GESUNDHEITSPARK



Bad Schönborn, das sympathische Heilbad vor den Toren Heidelbergs, freut sich auf Sie! Genießen und erleben Sie ein erholsames Bad im einzigartigen Thermal-Solebad des Thermeniums, abwechslungsreiche Aktivprogramme, natürliche Gesundheit und Entschleunigung im Sole-Aktiv-Park sowie die sprichwörtliche badische Gastlichkeit.

DIE AKTIVWOCHE.DAS ORIGINAL

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe) inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Muskelfunktions- & Krafttest
- Frühsport: "Aktiv in den Tag" im Sole-Aktiv-Park
- Nordic Walking Techniks Schulung & Nordic Walking-Tour
- Stretching, Gesundheitszirkel, Faszientraining, Power-Gym
- Aqua-Fitness (inkl. Eintritt Thermal-Solebad)
- Aqua-Zirkel (inkl. Eintritt Thermal-Solebad)
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Workshop "Gesund und fit im Alltag!"
- Workshop "Gesunde Ernährung – gewusst wie!"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Jetzt anmelden:



Termine 2026

08.03.-14.03.26	23.08.-29.08.26
22.03.-28.03.26	06.09.-12.09.26
26.04.-02.05.26	27.09.-03.10.26
10.05.-16.05.26	04.10.-10.10.26
07.06.-13.06.26	18.10.-24.10.26
05.07.-11.07.26	01.11.-07.11.26
26.07.-01.08.26	15.11.-21.11.26
09.08.-15.08.26	29.11.-05.12.26

7 Tage: statt 393 €
nur
193 € p.P.
bei einer 2 Personen-
Belegung bei 200 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz

* siehe Seite 5



BEST AGER.EXTRA

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe)
inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Muskelfunktions- & Krafttest
- Frühsport „Aktiv in den Tag“ im Sole-Aktiv-Park
- Nordic Walking Techniks Schulung & Nordic Walking-Tour
- Stretching, Gesundheitszirkel
- Sturzprophylaxe und Koordinationstraining
- Wirbelsäulengymnastik
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Atemgymnastik
- Aqua-Vital (inkl. Eintritt Thermal-Solebad)
- Workshop "Gesund und fit im Alter!"
- Workshop "Richtige Ernährung ab 60!"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Termine 2026

15.03.-21.03.26
03.05.-09.05.26
12.07.-18.07.26
02.08.-08.08.26
30.08.-05.09.26
25.10.-31.10.26
22.11.-28.11.26

Jetzt anmelden:



* siehe Seite 5

7 Tage: statt 393 €
nur
193 € p.P.
bei einer 2 Personen-
Belegung bei 200 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz



RÜCKEN/ENTSPANNUNG.SPEZIAL

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe)
inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Rücken-Funktionsdiagnostik
- Frühsport „Rücken-Fit in den Tag“ im Sole-Aktiv-Park
- Wirbelsäulengymnastik
- Achtsames Rückentraining
- Faszien-Relax: Faszientraining mit Entspannungselementen
- Achtsamkeitstraining und Atem-Entspannung im Sole-Aktiv-Park
- Klangschalen-Entspannung
- Nordic Walking Technikschiulung
- Aqua-Relax, Aqua-Rücken-Fit (inkl. Eintritt Thermal-Solebad)
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- Workshop "Frisch & gesund - genussvoll essen!"
- Workshop "Gesunder Rücken?! - Möglichkeiten der Prävention"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Termine 2026

12.04.-18.04.26
19.07.-25.07.26
16.08.-22.08.26
20.09.-26.09.26
11.10.-17.10.26
08.11.-14.11.26

Jetzt anmelden:



* siehe Seite 5

7 Tage: statt 393 €
nur
193 € p.P.
bei einer 2 Personen-
Belegung bei 200 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz



STRESS & ENTSPANNUNG.SPEZIAL

Leistungen

- 6 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe)
inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung und Kennenlernabend
- Muskelfunktions- & Krafttest
- Frühsport „Aktiv & entspannt in den Tag“ im Sole-Aktiv-Park
- Achtsamkeitstraining, Atem-Entspannung - Yin Yoga
- Natural Movement - natürlich stark
- Faszien-Relax: Faszientraining mit Entspannungselementen
- Toega - Zehen-Yoga, Klangschalen-Entspannung
- Body-Balance - ganzheitlich ins Gleichgewicht
- Aqua-Relax (inkl. Eintritt Thermal-Solebad)
- Barfußtraining im Sole-Aktiv-Park
- Workshop "Stressbewältigung und Resilienz"
- Workshop "Frisch & gesund - genussvoll essen!"
- Auswertung der Aktivwoche
- Betreuung

Termine 2026

19.04.-25.04.26
17.05.-23.05.26
14.06.-20.06.26
13.09.-19.09.26

*Bei allen AKTIVWOCHEN in Bad Schönborn genießen Sie inklusive Zusatzleistungen

- Bioimpedanz-Analyse
- 3x Relaxen im Thermarium
(Thermal-Solebad & Saunalandschaft)
- 1x Entspannen in der original „Totes-Meer-Salzgrotte“
- Nordic-Walking Leihstöcke plus Steckenplan
- Bad Schönborner Wanderkarte & Gästekarte
- Ortsführung mit kulinarischem Kennenlernabend
- Eintrittskarte ins Bruchsaler Barockschloss und Musikautomaten-Museum

Jetzt anmelden:





NATURAL-FITNESS & BALANCETRaining

Leistungen

- 3 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe) inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung
- Natürlich Laufen
- Beweglichkeitstraining
- Klangschalen-Entspannung
- Funktionelles Ganzkörpertraining
- Workshop „Natürlich fit“
- Natural Movement und Balanceparcours
- Atemgymnastik
- Achtsamkeitstraining
- Balancetraining mit Geräten
- Faszientraining und Atementspannung

Termine 2026

12.03.-15.03.26	20.08.-23.08.26
26.03.-29.03.26	10.09.-13.09.26
23.04.-26.04.26	24.09.-27.09.26
21.05.-24.05.26	15.10.-18.10.26
18.06.-21.06.26	29.10.-01.11.26
16.07.-19.07.26	12.11.-15.11.26
30.07.-02.08.26	26.11.-29.11.26

Jetzt anmelden:



* siehe Seite 7

4 Tage: statt 242 €
nur

42 € p.P.

bei einer 2 Personen-
Belegung bei 200 €
Kassenzuschuss
inkl. Stellplatz



RÜCKEN-FIT & PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

Leistungen

- 3 Übernachtungen auf dem WellMobilPark (exkl. Kurtaxe) inkl. Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen*

Gesundheitsprogramm

- Begrüßung mit Programmbesprechung
- Nordic Walking Technischschulung und Training
- Beweglichkeitstraining
- Progressive Muskelentspannung
- Rücken-Fit in den Tag
- Workshop „Gesunder Rücken“
- Krafttraining mit Kleingeräten
- Faszientraining
- Achtsamkeitstraining
- Aktives Rückentraining
- Wirbelsäulengymnastik

Termine 2026

05.03.-08.03.26	06.08.-09.08.26
19.03.-22.03.26	03.09.-06.09.26
16.04.-19.04.26	17.09.-20.09.26
07.05.-10.05.26	08.10.-11.10.26
11.06.-14.06.26	22.10.-25.10.26
09.07.-12.07.26	05.11.-08.11.26
23.07.-26.07.26	19.11.-22.11.26

Jetzt anmelden:



*Bei allen WELL-AKTIV-Tagen in Bad Schönborn genießen Sie inklusive Zusatzleistungen

- 3x Relaxen im Thermarium (Thermal-Solebad & Saunalandschaft)
- 1x Entspannen in der original „Totes-Meer-Salzgrotte“
- Nordic-Walking Leihstöcke plus Streckenplan
- Bad Schönbörner Wanderkarte
- Bad Schönbörner Gästekarte

Infos & Tipps für die Buchung

Aktiv & erholt in Bad Schönborn – mit Krankenkassenzuschuss

Körper und Geist in gesunde Balance bringen, damit Sie fit für die Anforderungen im Beruf und Alltag bleiben. Dabei helfen die bewährten, von Krankenkassen geförderten Gesundheitsprogramme in Bad Schönborn: **AKTIVWOCHE** und **WELL-AKTIV**.

WellMobilPark in Bad Schönborn – der Platz für Ihr mobiles Zuhause

Direkt neben dem Thermarium Wellness- & Gesundheitspark und nur wenige Schritte vom grünen Sole-Aktiv-Park entfernt, bietet der **WellMobilPark** großzügige Stellplätze für Reisemobile mit persönlicher Betreuung und vielen Serviceleistungen.

Mehr Infos: www.wellmobilpark.de

Tipps für die Buchung der AKTIVWOCHE und WELL-AKTIV

1. Wählen Sie Ihr Wunschangebot in Bad Schönborn mit der Unterkunft „WellMobilPark“ über die QR-Codes in diesem Flyer, unter www.aktivwoche.info bzw. www.wellaktiv.info (Anmeldung & Kosten) oder fordern Sie den Katalog beim Gesundheitsservice unter www.gsm-gesund.de an.
2. Tragen Sie Ihre Daten in das Anmeldeformular ein (online oder in das ausgedruckte Anmeldeformular).
3. Senden Sie die Anmeldung (per Fax, Mail, Post) an Ihre Krankenkasse. Diese prüft die leistungsrechtlichen Voraussetzungen und legt den Kassenzuschuss zum Gesundheitsprogramm fest.
4. Der genehmigte Antrag gelangt automatisch über die zentrale Buchungsstelle des Gesundheitsservice zum Team der Tourist Information Bad Schönborn, welches Ihnen die Reservierung bestätigt.

Haben Sie Fragen zu den Programmen der AKTIVWOCHE oder zu WELL-AKTIV in Bad Schönborn? Das Team der Tourist Information berät Sie gerne!



Tourist Information Bad Schönborn

Haus des Gastes

Kraichgaustraße 10

Tel. 07253 94310

hallo@meine-natur.de

www.meine-natur.de

Geöffnet:

Mo/Di/Do/Fr 9 – 12 Uhr, 14 – 17 Uhr

Mi 9 – 12 Uhr

Sa 10 – 12 Uhr (April-Oktober)