

# TALBLICK-BALANCE BASENKUR



## SCHWARZWALD-BALANCE BASENKUR

Schwarzwald Balance ist ein neu entwickeltes ganzheitliches Wellnessprogramm speziell für den Schwarzwald. Inhalt ist die Entsäuerung mit schwarzwald-typischen Produkten; basische Ernährung, sportliche Bewegung, Entspannung, sowie soziokulturelle Erlebnisse stehen dabei im Vordergrund. Die Schwarzwald-Balance Basenkur werden Sie genießen! Unser Balance-Team hat Ihnen viele unterstützende Anwendungen zusammengestellt und steht Ihnen mit Rat und Tat zur Verfügung. (An- und Abreise Sonntag).



### ANWENDUNG 7 NÄCHTE

#### Sonntag

- Übergabe Balance-Tasche\*
- Einführungsgespräch am Nachmittag

#### Montag

- Basen-Bad
- Fußreflexzonenmassage mit Fichtennadelcreme

#### Dienstag

- Acidosana® Ganzkörpermassage
- Strümpfe mit Basensalz
- Entspannung
- Schwarzwald Phantasiereise

#### Mittwoch

- Basen-Bad
- Ganzkörperpeeling (Fichtennadel oder Holunder)
- Ganzkörperpackung (Fichtennadel oder Holunder)
- Basisches Gesichtsvlies

#### Donnerstag

- Acidosana® Teilmassage
- Basen-Bad
- Entspannung | Progressive Muskelentspannung

#### Freitag

- Freikarte Therme Bad Teinach
- Empfehlung während des Aufenthalts viel Hirschquelle trinken
- Acidose-Selbstmassage gezeigt von der Therapeutin

#### Samstag

- Acidosana® Ganzkörpermassage
- Basen-Bad

### ANWENDUNG 5 NÄCHTE

#### Sonntag

- Übergabe Balance-Tasche\* (ohne Freikarte Thermalbad)
- Einführungsgespräch am Nachmittag

#### Montag

- Basen-Bad
- Fußreflexzonenmassage mit Fichtennadelcreme

#### Dienstag

- Acidosana® Ganzkörpermassage
- Strümpfe mit Basensalz
- Entspannung
- Schwarzwald Phantasiereise

#### Mittwoch

- Basen-Bad
- Ganzkörperpeeling (Fichtennadel oder Holunder)
- Ganzkörperpackung (Fichtennadel oder Holunder)
- Basisches Gesichtsvlies

#### Donnerstag

- Acidosana® Teilmassage
- Basen-Bad
- Entspannung | Progressive Muskelentspannung

#### Freitag

- Abschlußgespräch und Abreise oder Verlängerung über das Wochenende

- Nachmittags Abschlußgespräch



\* Balance-Tasche: Informationsunterlagen, Carbonat und Citrat (Basenpulver) Fragebogen, Badebürste, Freikarte Therme Bad Teinach, Lakmus-Teststreifen