



Winterzeit - Inselzeit

Medizinische Vorsorge für Mütter und Kinder

Zeit für Gesundheit

Die Insellage schafft innerlichen und äußerlichen Abstand zu den Anforderungen des Alltags und bietet maximale Bedingungen für Ihre Erholung. Die winterliche Seeluft stärkt das Immunsystem und führt zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Abtauchen ... in die Ruhe, Strandspaziergänge ... zu sich selbst, klären die eigenen Sorgen. Aktive Bewegung: Laufen, Nordic-Walking, Fitness, Beckenboden, Trainingstherapie. Tiefe Entspannung, bewusste Entspannung, Yoga, PMR, Kaminabende, in die Sauna gehen, innehalten – in die alte Inselkirche gehen. Köstliches Essen aus garantiert biologischem Anbau, Gesundheitsvorträge, Gemeinschaft leben.

Wir bieten therapeutisch - beratende Unterstützung für alle Lebenslagen und ganzheitliche Behandlungsmethoden.

Termine der Winterkuren 2011/12 : 24.11. – 15.12.2011, 15.12. – 05.01.2012 , 02.02. – 23.02.2012 , 23.02. – 15.03.2012

DÜNENKLINIK | Evangelische MutterKindKlinik Spiekeroog | Tranpad 16 | 26474 Spiekeroog
www.duenenlinik.de | Fon 04976 917 0