

Geplantes Programm für das Patientenseminar vom 21. bis 24. September 2023 in Bad Steben

Termin: 21. – 24. September 2023
Unterkunft: Hotel Promenade, Badstraße 16, 95138 Bad Steben
Tel.: 09288 97430

Donnerstag, 21.09.2023

13.30 Uhr Ortsführung durch Bad Steben, anschl. Einchecken im Hotel
15.00 Uhr Kennenlernen bei Kaffee und Kuchen im Hotel
mit Programmvorstellung
16.30 Uhr Führung durch das Gesundheitszentrum des Bayerischen
Staatsbades Bad Steben mit Informationen zu den örtlichen
Heilmitteln Radon & Moor
18.30 Uhr Abendessen, anschl. gemeinsamer Abend – Hotel

Freitag, 22.09.2023

07.00 Uhr Nordic Walking im Kurpark Bad Steben
08.00 Uhr Frühstück
09.30 Uhr Vortrag „Ernährung bei Morbus Bechterew“
mit Hannes Laubmann (Kurhaus)
10.30 Uhr Mobilisation mit dem Stab mit Hannes Laubmann (Kurpark)
12.30 Uhr Mittagessen
15.30 Uhr AquaPower in der Therme Bad Steben,
anschl. Freie Nutzung der Therme Bad Steben
18.30 Uhr Abendessen

Samstag, 23.09.2023

07.00 Uhr Nordic Walking im Kurpark Bad Steben
08:00 Uhr Frühstück
10.00 Uhr Wildkräuterspaziergang im Kurpark Bad Steben
12.00 Uhr Mittagessen
14.00 Uhr Vortrag: „Linderung mit Radon & Naturmoor bei Morbus Bechterew“
mit Dr. Gerhart Klein
15.30 Uhr Wasser-Gymnastik in der Therme Bad Steben,
anschl. Freie Nutzung der Therme Bad Steben
18.30 Uhr Abendessen
20.00 Uhr Besuch der Spielbank Bad Steben

Sonntag 24.09.2023

Zimmerräumung bis 10.00 Uhr
07.00 Uhr Nordic Walking
08.00 Uhr Frühstück, anschl. auschecken
09.30 Uhr Geführte Gesundheitswanderung
11.30 Uhr Rückblick
12.00 Uhr Mittagessen