

BUCHINGER

1920

ARRANGEMENTS 2022

## WILLKOMMEN IN DER BUCHINGER KLINIK

Gegründet als eine der ersten Heilfastenkliniken Deutschlands im Jahr 1920 durch Dr. Otto Buchinger, sind wir heute eines der traditionsreichsten Zentren für Ernährungstherapie, klassische Naturheilverfahren und Komplementärmedizin. Als Stammhaus sind wir direkt mit dem Namen Buchinger und dessen hohen Ansprüchen verbunden: Nur hier in unserer Klinik wird das BUCHINGER Heilfasten nach der Original-Methode von den direkten Nachfahren des Gründers in inzwischen vierter Generation praktiziert.

### VERTRAUEN SIE UNSERER ERFAHRUNG

Neben der professionellen medizinischen Betreuung rund um die Uhr bieten wir Ihnen geschmackvolle Zimmer und Suiten, ein umfangreiches Bewegungs- und Wellnessprogramm sowie eine ganzheitliche, bewusstseins-schulende Beratung. Von der Ernährungsberatung über die Trainingsbegleitung beim Sport bis zur psychologischen Beratung finden Sie bei uns Angebote, die Sie nicht nur regenerieren, sondern auch neue Sichtweisen entwickeln und mit alten Gewohnheiten brechen lassen.

Erleben Sie den nachhaltigen Erfolg einer BUCHINGER Heilfastenkur!

Ihre Familie Buchinger-Kähler



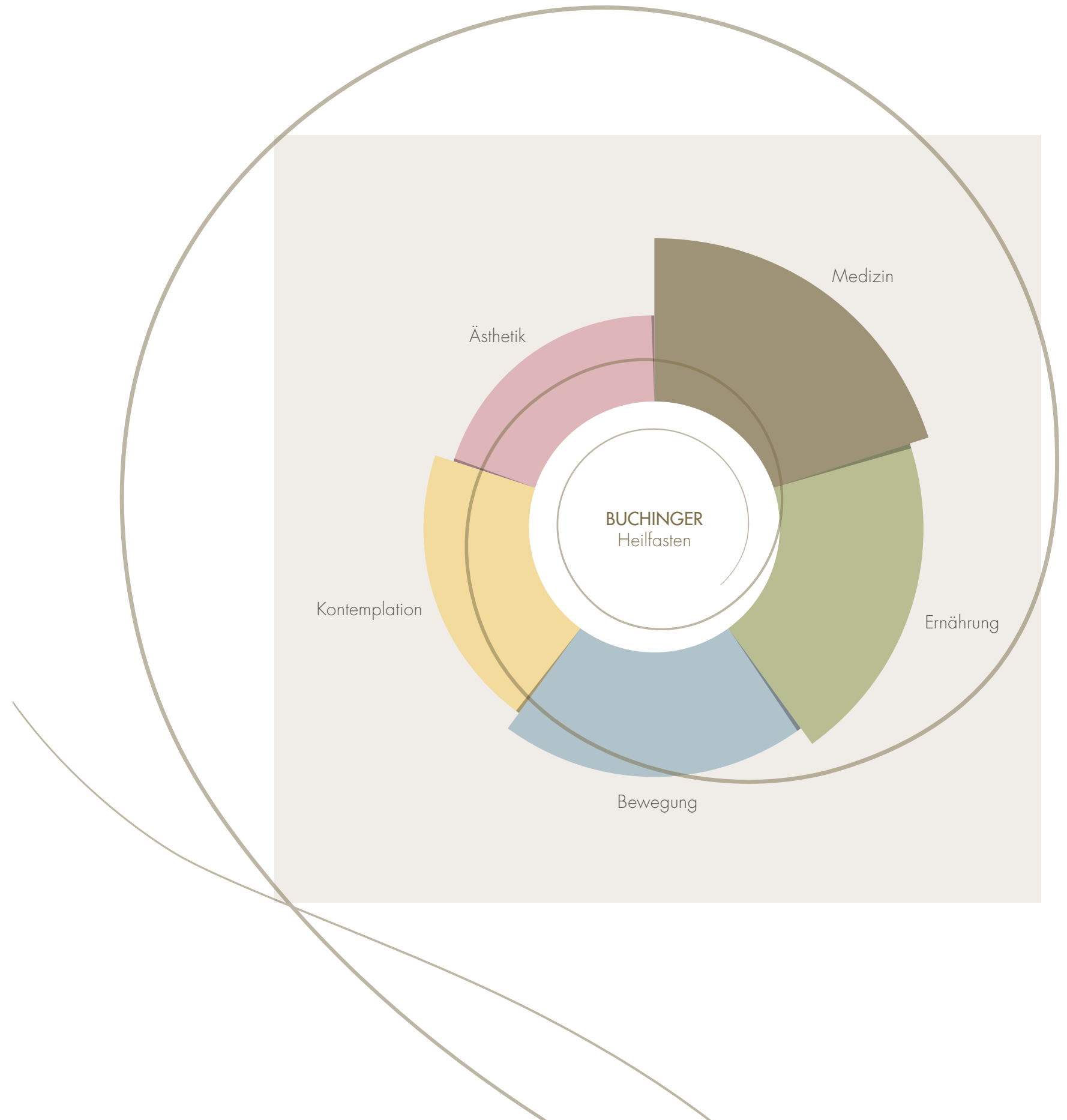
## ORIGINAL BUCHINGER HEILFASTEN

DIE ORIGINAL BUCHINGER METHODE FUSST AUF DEM ANSATZ DER GANZHEITLICHEN MEDIZIN

Wir betrachten den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele. BUCHINGER Heilfasten gehört zu den stärksten ausleitenden Naturheilverfahren. Ziel ist die Reinigung von Körper und Geist. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert, sodass Sie selbst zum Mitgestalter Ihres eigenen Therapieerfolgs werden: Körperlich und seelisch gestärkt und mit energetischer Vitalität „aufgetankt“ gelingt der Weg zurück in den Alltag.

### MEDIZIN, ERNÄHRUNG, BEWEGUNG UND KONTEMPLATION

Der ganzheitliche Ansatz der BUCHINGER Methode beruht deshalb auf einem multidimensionalen Therapiekonzept. Ausgehend von der ärztlichen Beratung und einer breiten schulmedizinischen Palette von Diagnostiken und Vorsorgeuntersuchungen bieten wir Ihnen medizinische, physikalische und manuelle Begleittherapien, umfangreiche Angebote zur Bewegung und körperlichen Aktivierung sowie eine professionelle Ernährungs- und Gesundheitsberatung. Ergänzt wird dieses Portfolio durch zahlreiche kontemplative Kursangebote wie Meditationen, Tai-Chi, Qigong, Yoga und unsere ausgewählten Wellness- und Kosmetikangebote.

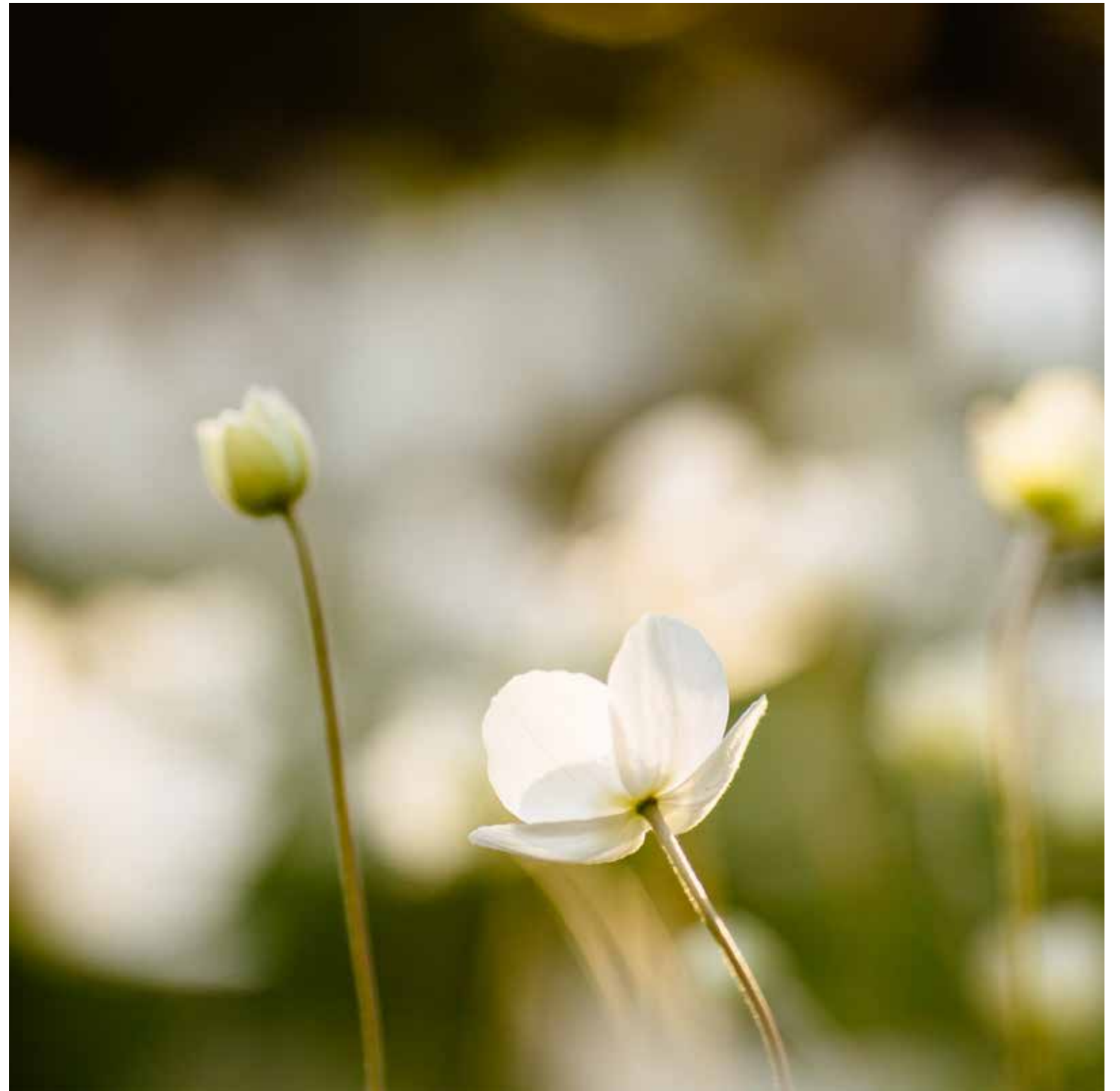


#### FASTEN IST EINE JAHRTAUSENDEALTE PHILOSOPHIE

Schon im antiken Griechenland wollte man über das Fasten dem Wunsch nach dem Wesentlichen näher kommen. Und so begründet sich auch die Philosophie unseres Hauses in der Motivation, unseren Gast bei der Erfüllung seines Wunsches nach Veränderung zu unterstützen.

BUCHINGER Heilfasten fußt auf der Verbindung von spiritueller und körperlicher Veränderung. Häufig beginnt der Wunsch nach Veränderung beim Körperlichen, z. B. der Gewichtsreduktion. Während des Fastenprozesses verändert sich der „Körpermotor“ vom Adrenalin-betonten Sympathikus zum Acetylcholin-gesteuerten Parasympathikus. Das bedeutet, dass sich der Körper vom Fight-Modus in den Flight-Modus begibt. Dieser Wechsel geht mit einer Reduktion der Herzfrequenz und des Blutdrucks einher. Wir kommen zur Ruhe. Viele weitere Veränderungen ergeben sich durch das Fasten, wie die Ausschüttung von Glückshormonen oder die Reduktion von Entzündungen und damit von Schmerzen.

FASTEN WIRKT ALSO MULTIDIMENSIONAL, ES BETRIFFT STETS MEHR ALS NUR UNSERE ORGANE: ALLES ÜBERFLÜSSIGE WIRD AUSGELEITET.





#### DAS BETRIFFT KÖRPER, SEELE UND GEIST

Die Psychohygiene ist daher ebenfalls als Prinzip des BUCHINGER Heilfastens zu sehen: Wann könnten wir besser hinter die Kulissen alltäglicher Mechanismen schauen als im Heilfasten? Wir verbringen plötzlich viel Zeit mit uns selbst. Daher kann Heilfasten sehr intim sein. Im Fasten sind wir alle gleich und erleben unseren Körper und unser Verhalten viel bewusster. Das Prinzip der Selbstwirksamkeit wird hier so deutlich wie selten: Unser Körper funktioniert! Schädliche Verhaltenspfade können besser durchbrochen werden. Hier bewährt sich in unserer Klinik der gemeinschaftliche Aspekt des Fastens unter Begleitung von Ärzten und Therapeuten, die Halt und Information geben können.

Ein weiterer Aspekt der BUCHINGER Methode ist der reformatorische – nicht dogmatische – Ansatz: nach dem Klinikaufenthalt die Veränderung des Lebensstils fortzuführen und so weiterhin auf unseren Körper zu hören, Verzicht zu üben und dies als großen Gewinn zu sehen, der heilsam und präventiv sein kann. Das beginnt mit der Umstellung auf eine vegetarische, weniger süße und nicht zu salzige Ernährung, impliziert aber auch, die Ermüdungsgrenze unseres Multitasking-Alltags nicht länger zu ignorieren.

JEDER, DER BEI UNS IN DER KLINIK WAR, WIRD DIESE LEBENSSTILVERÄNDERNDEN GEDANKEN BESTÄTIGEN. WIR MÖCHTEN UNSERE GÄSTE DAZU BRINGEN, DEN BEGONNENEN WEG WEITER ZU VERFOLGEN UND AUSZUBAUEN.

*Nach dem Fasten sollte das Bewusstsein  
weiter sein als der Hosengürtel!*

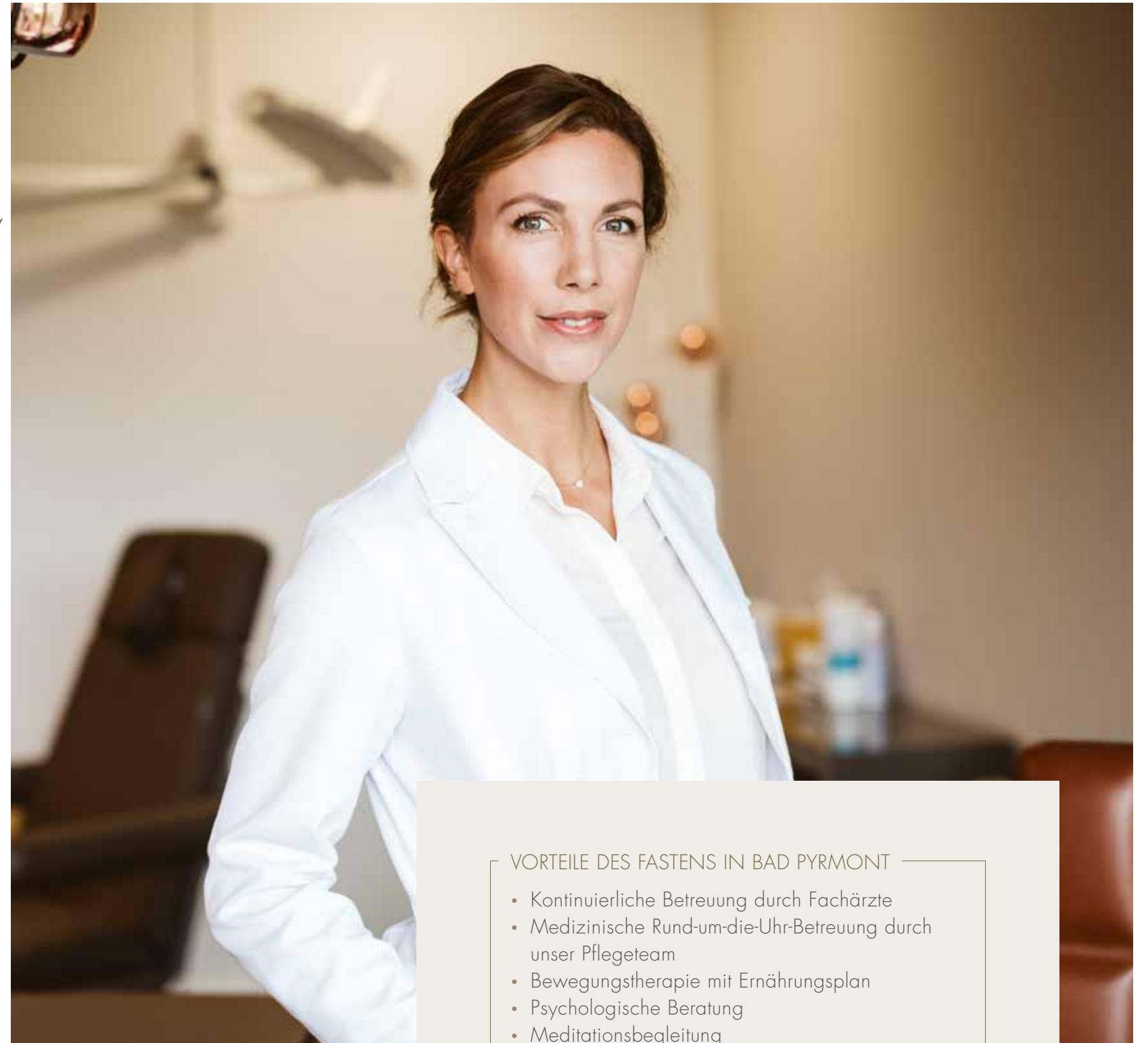
*Dr. Otto Buchinger I., Begründer des Heilfastens*

## DIE BUCHINGER METHODE

Fasten ist der bewusste, freiwillige Verzicht auf feste Nahrung. Durch das Fasten werden Reinigungsprozesse des Körpers ausgelöst und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Dabei erfolgt das original BUCHINGER Fasten stets unter ärztlicher Betreuung.

### WOHLFÜHLEN STATT DARBEN

Das BUCHINGER Heilfasten ist keine „Nulldiät“, sondern eine niederkalorische Trinkdiät, bei der Sie täglich ca. 200–300 Kilokalorien aufnehmen. Während des Heilfastens erhalten Sie unsere besonders nährstoffreiche Bio-Gemüsebrühe nach Original-Rezeptur, ergänzt durch Obst- und Gemüsesäfte, Tee und Mineralwasser. Nach dem Fastenbrechen, traditionell zelebriert mit einem Apfel, erfolgt der ovolaktovegetarische Kostaufbau mit Lebensmitteln aus kontrolliert ökologischem Anbau. So weisen wir Ihnen behutsam den Weg in eine gesunde Vollwerternährung, die Sie zukünftig in Ihren Alltag integrieren können.



### VORTEILE DES FASTENS IN BAD PYRMONT

- Kontinuierliche Betreuung durch Fachärzte
- Medizinische Rund-um-die-Uhr-Betreuung durch unser Pflegeteam
- Bewegungstherapie mit Ernährungsplan
- Psychologische Beratung
- Meditationsbegleitung
- Begleitende Trainings- und Wohlfühlangebote

## BUCHINGER ORIGINAL

28 TAGE

Mehr Zeit für das Fasten. Mehr Zeit für sich. Mehr Zeit und Raum für die positive Veränderung. Bei einer gesundheitlichen Störung oder schweren Erkrankungen empfehlen wir Ihnen einen Aufenthalt von 28 Tagen oder mehr.

### LEISTUNGEN

Aufnahmeuntersuchung & Abschlussberatung sowie fünf medizinische Beratungen

Zwei Laboruntersuchungen<sup>1</sup>

Zwei InBody-Messungen

Ein EKG

Eine Ernährungsberatung

Ausleitende Therapien<sup>2</sup>

Fastenverpflegung inkl. Entlastungstag und bis zu sieben Aufbau-/Diättagen

Therapiegutschein<sup>3</sup> im Wert von 650,00 €

### PREISE JE ZIMMERKATEGORIE\*

		
Haupthaus   Einzelzimmer	7.435,00 €	
Haupthaus   Doppelzimmer p. P.	8.135,00 €	7.575,00 €
Blumenhaus   Doppelzimmer p. P.	9.395,00 €	8.835,00 €
Blumenhaus Westflügel   Doppelzimmer p. P.	8.275,00 €	7.715,00 €
Blumenhaus   Junior-Suite p. P.	11.635,00 €	11.075,00 €
Blumenhaus   Suite p. P.	12.475,00 €	11.915,00 €

\*Zzgl. Kurbeitrag

## LEISTUNGEN

Aufnahmeuntersuchung & Abschlussberatung sowie vier medizinische Beratungen

Zwei Laboruntersuchungen<sup>1</sup>

Zwei InBody-Messungen

Ein EKG

Eine Ernährungsberatung

Ausleitende Therapien<sup>2</sup>

Fastenverpflegung inkl. Entlastungstag und bis zu fünf Aufbau-/Diättagen

Therapiegutschein<sup>3</sup> im Wert von 500,00 €

## PREISE JE ZIMMERKATEGORIE\*

		
Haupthaus   Einzelzimmer	5.769,00 €	
Haupthaus   Doppelzimmer p. P.	6.294,00 €	5.874,00 €
Blumenhaus   Doppelzimmer p. P.	7.239,00 €	6.819,00 €
Blumenhaus Westflügel   Doppelzimmer p. P.	6.399,00 €	5.979,00 €
Blumenhaus   Junior-Suite p. P.	8.919,00 €	8.499,00 €
Blumenhaus   Suite p. P.	9.549,00 €	9.129,00 €

\*Zzgl. Kurbeitrag



## BUCHINGER ORIGINAL

### 21 TAGE

Das BUCHINGER Heilfasten, wie es Dr. Otto Buchinger I. bereits vor über 100 Jahren empfohlen hat. In dieser Zeit erzielen Sie besonders bei chronischen Erkrankungen nachhaltige Ergebnisse. Das Ankommen, das Fasten und die Aufbautage sind optimal konzipiert für einen jährlichen Kuraufenthalt von 21 Tagen. Erkennen Sie Ihre Bedürfnisse und nehmen Sie sich die Auszeit, die Sie brauchen.





## BUCHINGER CLASSIC

14 TAGE

Unser 2-wöchiges original BUCHINGER Fastenprogramm empfiehlt sich für Fasteneinsteiger. Nach einem Entlastungstag folgen in der Regel zehn Fastentage und drei Aufbau- und drei Aufbautage. Spüren Sie Ihren Körper und konzentrieren Sie sich auf Ihren Geist – achtsam und ausgeglichen kehren Sie nach Hause zurück.

### LEISTUNGEN

Aufnahmeuntersuchung & Abschlussberatung sowie drei medizinische Beratungen

Eine Laboruntersuchung<sup>1</sup>

Zwei InBody-Messungen

Ein EKG



Eine Ernährungsberatung

Ausleitende Therapien<sup>2</sup>

Fastenverpflegung inkl. Entlastungstag und bis zu drei Aufbau-/Diättagen

Therapiegutschein<sup>3</sup> im Wert von 350,00 €

### PREISE JE ZIMMERKATEGORIE\*

		
Haupthaus   Einzelzimmer	4.018,00 €	
Haupthaus   Doppelzimmer p. P.	4.368,00 €	4.088,00 €
Blumenhaus   Doppelzimmer p. P.	4.998,00 €	4.718,00 €
Blumenhaus Westflügel   Doppelzimmer p. P.	4.438,00 €	4.158,00 €
Blumenhaus   Junior-Suite p. P.	6.118,00 €	5.838,00 €
Blumenhaus   Suite p. P.	6.538,00 €	6.258,00 €

\*Zzgl. Kurbeitrag

## BUCHINGER COMPACT

10 TAGE

Rücken Sie sich selbst in den Mittelpunkt und genießen Sie eine Auszeit vom Alltag. Sie erleben die Bereicherung des Heilfastens und schärfen Ihre Wahrnehmung.

### LEISTUNGEN

Aufnahmeuntersuchung & Abschlussberatung sowie zwei medizinische Beratungen

Eine Laboruntersuchung<sup>1</sup>

Eine InBody-Messung

Ein EKG

Eine Ernährungsberatung

Ausleitende Therapien<sup>2</sup>

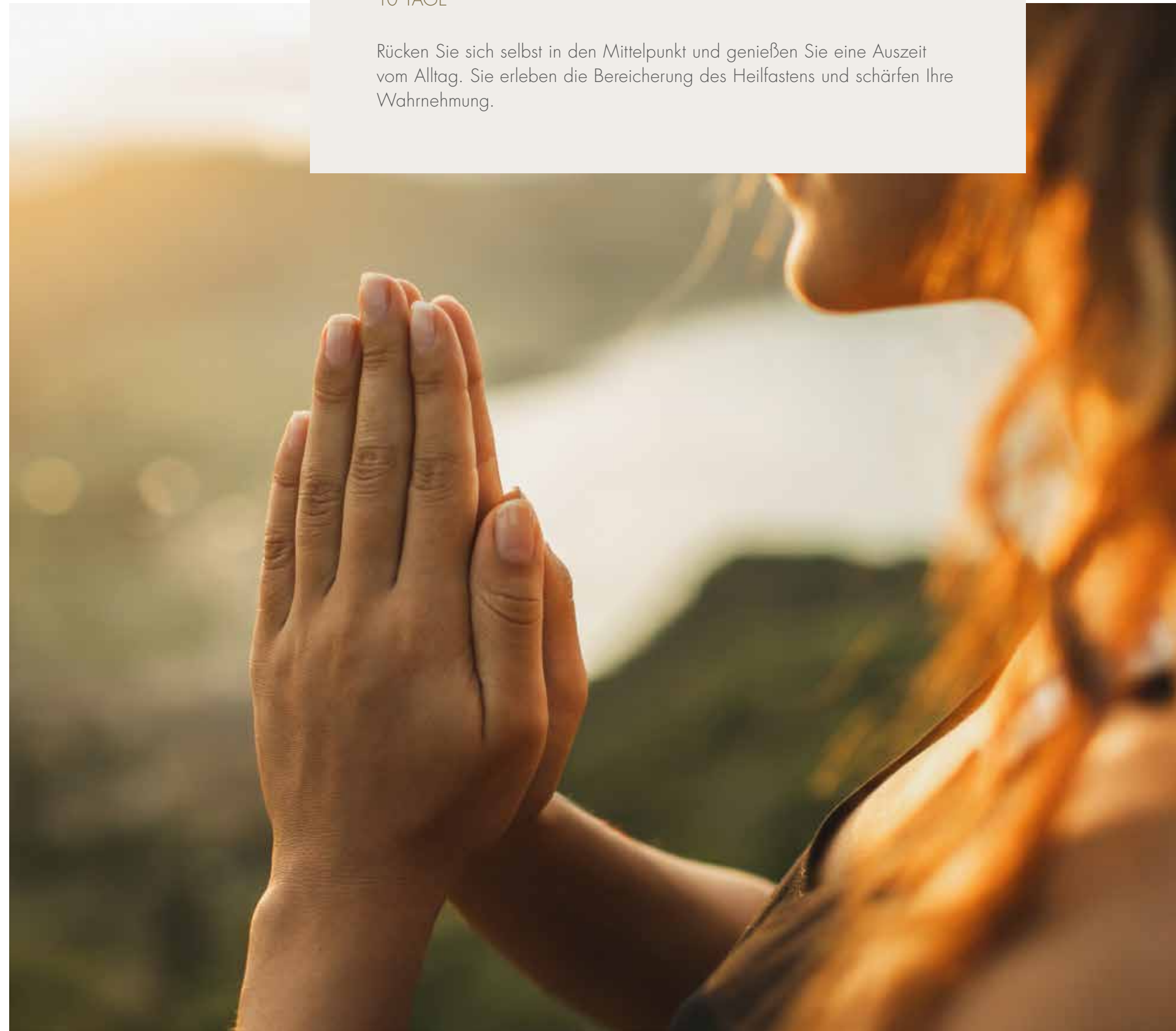
Fastenverpflegung inkl. Entlastungstag und bis zu drei Aufbau-/Diättagen

Therapiegutschein<sup>3</sup> im Wert von 300,00 €

### PREISE JE ZIMMERKATEGORIE\*

		
Haupthaus   Einzelzimmer	3.051,00 €	
Haupthaus   Doppelzimmer p. P.	3.301,00 €	3.101,00 €
Blumenhaus   Doppelzimmer p. P.	3.751,00 €	3.551,00 €
Blumenhaus Westflügel   Doppelzimmer p. P.	3.351,00 €	3.151,00 €
Blumenhaus   Junior-Suite p. P.	4.551,00 €	4.351,00 €
Blumenhaus   Suite p. P.	4.851,00 €	4.651,00 €

\*Zzgl. Kurbeitrag



## BUCHINGER VITAL

7 TAGE

Erleben Sie eine Woche voller Ruhe, Entspannung und Erholung. Genießen Sie unsere vegetarische Vollwertküche und erstellen Sie gemeinsam mit unseren Ernährungsexperten einen individuellen Ernährungsplan für zu Hause.

### LEISTUNGEN

Aufnahmeuntersuchung & Abschlussberatung

Eine InBody-Messung

Eine Ernährungsberatung

Vegetarische Vollwertküche (Vollpension)

Therapiegutschein<sup>3</sup> im Wert von 150,00 €

### PREISE JE ZIMMERKATEGORIE\*

		
Haupthaus   Einzelzimmer	2.160,00 €	
Haupthaus   Doppelzimmer p. P.	2.335,00 €	2.195,00 €
Blumenhaus   Doppelzimmer p. P.	2.650,00 €	2.510,00 €
Blumenhaus Westflügel   Doppelzimmer p. P.	2.370,00 €	2.230,00 €
Blumenhaus   Junior-Suite p. P.	3.210,00 €	3.070,00 €
Blumenhaus   Suite p. P.	3.420,00 €	3.280,00 €

\*Zzgl. Kurbeitrag

## <sup>1</sup> LABORUNTERSUCHUNG

---

In der Laboruntersuchung werden die folgenden Parameter erfasst: alkalische Phosphatase, Basophile, Blutsenkungsgeschwindigkeit (BSG), Calcium, Cholesterin, CRP, Eosinophile, Erythrozyten, Ferritin, Gamma-GT, Glukose, GOT, GPT, Hämatokrit, Hämoglobin, Harnsäure im Serum, HbA1c, Harnstoff, HDL-Cholesterin, INR, Kalium, Kreatinin +Formel eGFR, LDL-Cholesterin, Leukozyten, LUC, Lymphozyten, MCH, MCHC, MCV, Monozyten, Natrium, Neutrophile, Thrombozyten, Triglyceride, TSH basal, Urinstatus. Grundsätzlich können auch andere Laborbestimmungen und eine Biovis-Diagnostik durch die Zusammenarbeit mit einem Speziallabor realisiert werden. Sprechen Sie uns gerne darauf an. Preis auf Anfrage und nach Parametern.

## <sup>2</sup> AUSLEITENDE THERAPIEN

---

Darmhygiene: Einläufe durch Pflegefachkräfte erhalten Sie während der Fastentage jeden zweiten Tag.

Leberwickel: Von Montag bis Freitag erhalten Sie täglich während der Fastentage einen Leberwickel auf Ihrem Zimmer.

An Samstagen/Sonntagen/Feiertagen nur auf Anfrage und bei medizinischer Notwendigkeit.

## <sup>3</sup> THERAPIEGUTSCHEIN

---

Unsere Arrangements beinhalten einen Therapiegutschein. Dieser gilt für ärztlich empfohlene sowie von Ihnen gewählte Therapien und Anwendungen. Ausgenommen sind zusätzliche ärztliche Konsultationen.

## LEISTUNGEN INNERHALB DER ARRANGEMENTS

---

Medizinischer Morgen-Check-up dreimal in der Woche

24-Stunden-Betreuung durch das Pfllegeteam

24 Stunden ärztliche Rufbereitschaft

Multimodale naturheilkundliche Begleittherapien

Angeleitete Entspannungsverfahren

Umfangreiches Aktiv-Wochenprogramm

Freie Nutzung von Fitnessstudio, Schwimmbad, Sauna, Dampfbad, Kneippbecken

Bio-Tees zur freien Entnahme

Mineralwasser zur freien Entnahme

Zweimal täglich Zimmer-Teeservice an den Fastentagen

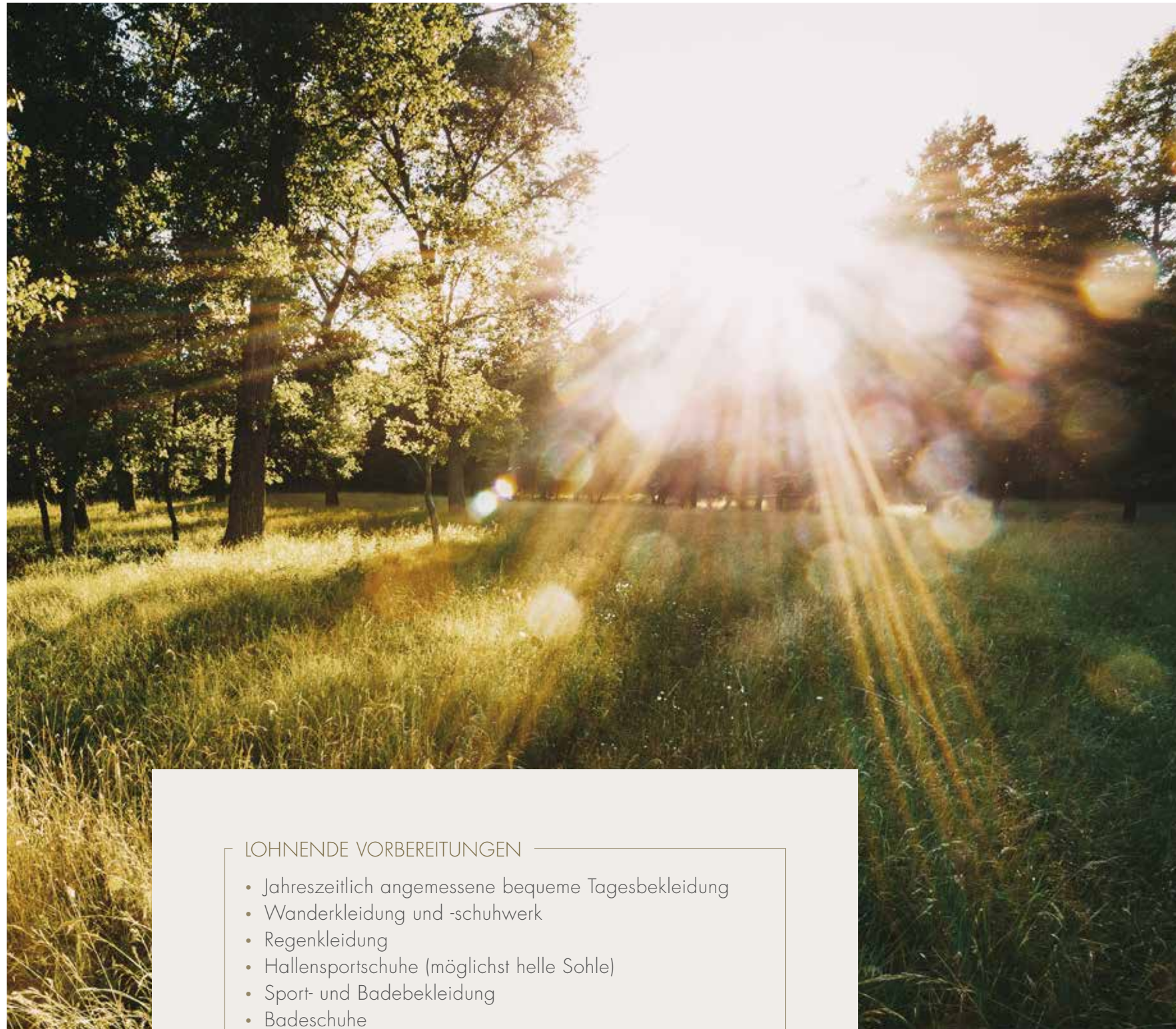
Fachvorträge

Show-Cooking

Kostenfreie WLAN-Nutzung

Kostenfreies Parken

Wöchentlicher Wäschewechsel



#### LOHNENDE VORBEREITUNGEN

- Jahreszeitlich angemessene bequeme Tagesbekleidung
- Wanderkleidung und -schuhwerk
- Regenkleidung
- Hallensportschuhe (möglichst helle Sohle)
- Sport- und Badebekleidung
- Badeschuhe
- Ladekabel

## INFORMATIONEN

### ANREISE MIT DEM AUTO

Geben Sie die Adresse Forstweg 39, 31812 Bad Pyrmont in Ihr Navigationsgerät oder den Online-Kartendienst ein.

### ANREISE MIT DER BAHN

Von Süden/Norden/Osten: mit dem IC/ICE bis Hannover, von dort im Stundentakt über Hameln nach Bad Pyrmont.

Von Westen: unterschiedliche Zugverbindungen, meist jedoch über Paderborn/Altenbeken.

Genauere Fahrplanauskünfte im Internet unter [www.deutschebahn.de](http://www.deutschebahn.de)

### ANREISE MIT DEM FLUGZEUG

Airport Hannover-Langenhagen: Wir arrangieren gerne einen Flughafen-Transfer (Shuttle-Service) für Sie, der Sie direkt zur Klinik bringt. Die Kosten erfragen Sie bitte bei der Reservierung.

## BUCHUNG/AUFENTHALT

Um Ihre Buchung zu bestätigen, senden Sie uns bitte den vollständig ausgefüllten ärztlichen Fragebogen sowie aktuelle Untersuchungsbefunde.

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir aus buchungstechnischen Gründen kein bestimmtes Zimmer reservieren, sondern die gewünschte Kategorie.

## ANZAHLUNG/ZAHLUNG

Mit unserer schriftlichen Buchungsbestätigung weisen wir Ihnen den Gesamtpreis für Ihr gebuchtes Arrangement in der Klinik aus. Um Ihre Buchung zu garantieren, bedarf es einer Anzahlung in Höhe von 2.000,00 € bis spätestens 21 Tage vor Anreise. Sollte nach Ablauf der Frist keine Anzahlung eingetragen sein, wird der Aufenthalt storniert.

Der Restbetrag zum Arrangementpreis ist spätestens 7 Tage vor Anreise zur Zahlung fällig. Sollte der Betrag bei Anreise noch nicht bei uns eingegangen sein, ist dieser nach Ankunft vor Ort zu begleichen.

## STORNIERUNGSBEDINGUNGEN

Möchten Sie Ihre Buchung/Reservierung stornieren, gelten folgende Stornierungsbedingungen:

Bis 21 Tage vor dem geplanten Anreisetermin kann die Buchung ausschließlich schriftlich storniert oder geändert werden, ohne dass etwaige Kosten entstehen.

Kurzfristige Buchungen können nach Erhalt der Reservierungsbestätigung maximal 24 Stunden später kostenfrei storniert werden.

Danach werden folgende Stornierungsgebühren in Rechnung gestellt:

20 bis 14 Tage vor Anreise = 750,00 €

13 bis 7 Tage vor Anreise = 1.000,00 €

ab dem 7. Tag vor Anreise = 1.500,00 €

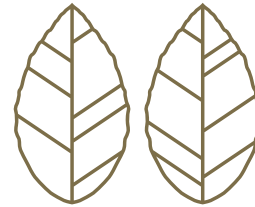
Bei einer vorzeitigen Abreise während des angetretenen Aufenthaltes oder bei einer verspäteten Anreise wird der ursprünglich gebuchte Aufenthalt in Rechnung gestellt.

## KURBEITRAG/PYRMONTCARD

Der Bad Pyrmonter Kurbeitrag wird gemäß der Verordnung des Landes Niedersachsen über den Kurbeitrag im Staatsbad Pyrmont erhoben.

Kurbeitrag für Einzelpersonen oder die 1. Person pro Tag 3,40 €; Zusatzkosten für die 2. oder jede weitere Person einer Familie pro Tag 2,50 € (Änderungen vorbehalten).





BUCHINGER

1920

KLINIK DR. OTTO BUCHINGER GMBH & CO. KG

Forstweg 39, 31812 Bad Pyrmont

Tel.: +49 5281 166-0 | E-Mail: [info@buchinger.de](mailto:info@buchinger.de)

[BUCHINGER.DE](http://BUCHINGER.DE)