FREIZEIT-ANGEBOTE

Angebote außerhalb unseres Hauses

- **Ausflugsfahrten**
  Das Reisebüro Zimmermann bietet zu wechselnden Zielen Ausflugsfahrten an. Das Ausflugsziel sowie die Anmeldeliste hängen im UG vor dem Bistro aus. Die Fahrtgebühr wird im Bus entrichtet. Abfahrtsort: Brunnen vor dem Aqualon.

- **Touristikinfo Bad Säckingen**
  - Münsterführungen
  - Nachtwächterführungen
  - Klassische Stadtführungen
  - Trompeter Stadtführungen
  - Promenadenkonzerte im Schlosspark

- **Weitere Möglichkeiten**
  - Boulebahn im Badmattenpark
  - Tretbootfahren am Bergsee
  - Besuch des nahegelegenen Wildgeheges
  - Bogenschiessen

Wir wünschen Ihnen
einen angenehmen Aufenthalt
im RehaKlinikum Bad Säckingen.

RehaKlinikum Bad Säckingen
Bergseestraße 61 | 79713 Bad Säckingen
Telefon 07761/554-0 | Fax 07761/554-909
info@rkbs.de | facebook.com/rehaklinikum
www.rkbs.de

Zertifizierung Behandlungsqualität nach **DEGEMED** der Deutschen Rentenversicherung und **DIN EN ISO 9001:2008**

Fachklinik für Orthopädie, Rheumatologie, Gefäß- und Stoffwechselerkrankungen

RehaKlinikum BadSäckingen

Und nach der Therapie ...

... Außerhalb Ihrer Therapiezeiten bieten wir Ihnen ein vielfältiges, abwechslungsreiches und jahreszeitenbezogenes Freizeitangebot an. Die Angebote in Auszügen finden Sie im Folgenden.

Bitte beachten Sie hierzu unsere Aushänge und Teilnehmerlisten im UG vor dem Bistro, sowie den Flyer der Schwarzwaldgästekarte der Touristikinformation Bad Säckingen.

Kreativ

- **Modeschmuck**
  Einfach und preiswert, selbst entwerfen und herstellen.
- **Serviettentechnik**
  Collagen in Serviettentechnik auf Keilrahmen

Entspannung

- **Tai Chi Ch´uan**
  Tai Chi Ch´uan ist ein fernöstliches Übungssystem, welches fließende Bewegungen beinhaltet, die langsam und entspannt ausgeführt werden. Es ist Bestandteil der Traditionell Chinesischen Medizin.
- **Yoga**
  Yoga hilft, die seelische und körperliche Ebene zu vereinen und somit ein Bewusstsein der inneren und äußeren Ausgeglichenheit zu finden. Die Yoga-Übungen kräftigen den Körper und unterstützen chemische Abläufe.
- **Yoga Atemtechnik**
  Traditionelle YOGA Atemübungen (Pranayama) verfeinern und korrigieren das Atemverhalten. Das Beherrschen dieser uralten Techniken kann unser Gesamtbefinden nachhaltig beeinflussen.
- **Pilates**
  Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining zur Muskelkräftigung und Verbesserung der Beweglichkeit. Sie verleiht Ihrem Körper mehr Balance.

Zur freien Verfügung

- **Billard**
- **Tischkicker**
- **Spieleschrank**
- **Offenes Bücherregal**

Information, Unterhaltung, Soziale & sportliche Angebote

- **Tanz- und Unterhaltungsabende im Aqualon**
- **Geführter Stadtrundgang**
  Spaziergang vom Rehaklinikum ins Städtle, mit einem kleinen Stadtrundgang.
- **Zeit der Stille**
  ... Zeit zum Nachdenken, Kraft holen, sich besinnen, sich austauschen...
- **Bibliothek**
  Unsere Bibliothek hält viele Bücher, Hörbücher und Musik CD´s sowie Abspielgeräte für CD´s für sie kostenlos bereit. Bitte beachten Sie die Öffnungszeiten.
- **Power Nordic Walking (April bis Oktober)**
  Nordic Walking für Fortgeschrittene