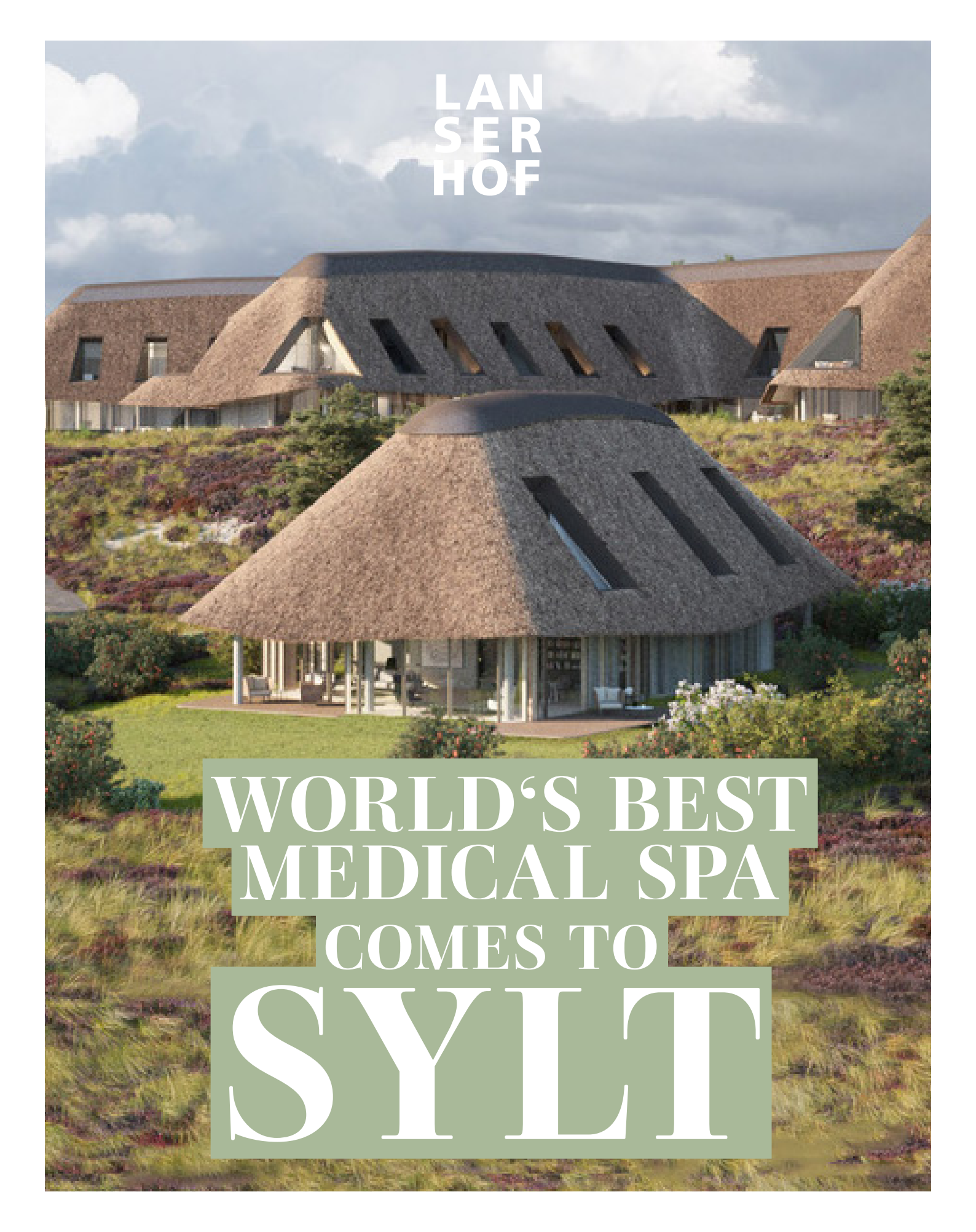




LAN
SER
HOF

WORLD'S BEST
MEDICAL SPA
COMES TO
SYTT

”

LANSERHOF
AUF

Sylt

Das Gelände liegt im Nordosten der Insel Sylt in der Gemeinde List mit einem traumhaften Blick auf das unmittelbar angrenzende Wattenmeer. Es handelt sich hier um eine der höchsten Erhebungen der Insel mit einem fantastischen Rundumblick über den Lister Hafen sowie das angrenzende Landschaftsschutzgebiet. Der Lanserhof selbst wird auf dieser Erhöhung des Grundstücks entstehen. Das Gebäude wird eine Grundfläche von 20.000 m² haben, von denen alleine 5.000 m² nur für die Behandlungen und Medizin vorgesehen sind. Es wird einen großzügigen Spa-Bereich mit Saunen, Dampfbädern, Ruhebereich und In- und Outdoor-Pool geben, dieser liegt mit der Sonnenterrasse windgeschützt in den Dünen.



A man with glasses, wearing a light blue button-down shirt and olive green trousers, is sitting cross-legged on a sand dune. He is smiling and looking towards the right. The background features tall, dry beach grass against a clear blue sky. The sand dune has distinct ripples.

DR. MED. JAN STRITZKE
ÄRZTLICHER DIREKTOR

Ein Stoffwechsel, bei dem Fett- und Kohlenhydratverbrennung aus dem Gleichgewicht geraten sind, ist häufig die Ursache für mangelnde Energie und Jojo-Effekt. Eine Stoffwechsellmessung, die wir im Rahmen der Lanserhof-Kur anbieten, verschafft Gewissheit. Mithilfe eines Atemtests analysieren wir das Verhältnis zwischen Sauerstoff und CO₂ und erkennen, ob die Energie eher von Kohlehydraten oder eben aus der Fettverbrennung kommt. Dadurch können wir den Ernährungsplan noch besser individualisieren. Der Lerneffekt für den Patienten ist enorm und auch motivierend.

”

WELCOME
TO THE

german
hamptons



40 kilometres
**sandy
beach
heaven**





Sylt.

54° 55' N, 8° 20' O

OFFIZIELLE GRUSSFORMEL:

„MOIN!“

(zu jeder Tages- und Nachtzeit)

Sylt hat nur knapp

15.000

Einwohner, doch knapp

1.000.000

Besucher pro Jahr.

DAS AUCH

IN SYLT VORHANDENE

WATTENMEER

IST EIN

**UNESCO-
WELT-
KULTUR-
ERBE**



Mit 52,4 Metern
ist die

**UWE-
DÜNE**

die höchste Erhebung.

Auf Sylt kommt der Wind
meist aus dem

WESTEN.

Aufgrund dieser Tatsache ist
die Luft so gut.

Sylt hat **12** Stadtteile.

Sylt hat eine
Fahrradroute von **200 KM.**



Tiefsttemperatur

-1--8 °C



Höchsttemperatur

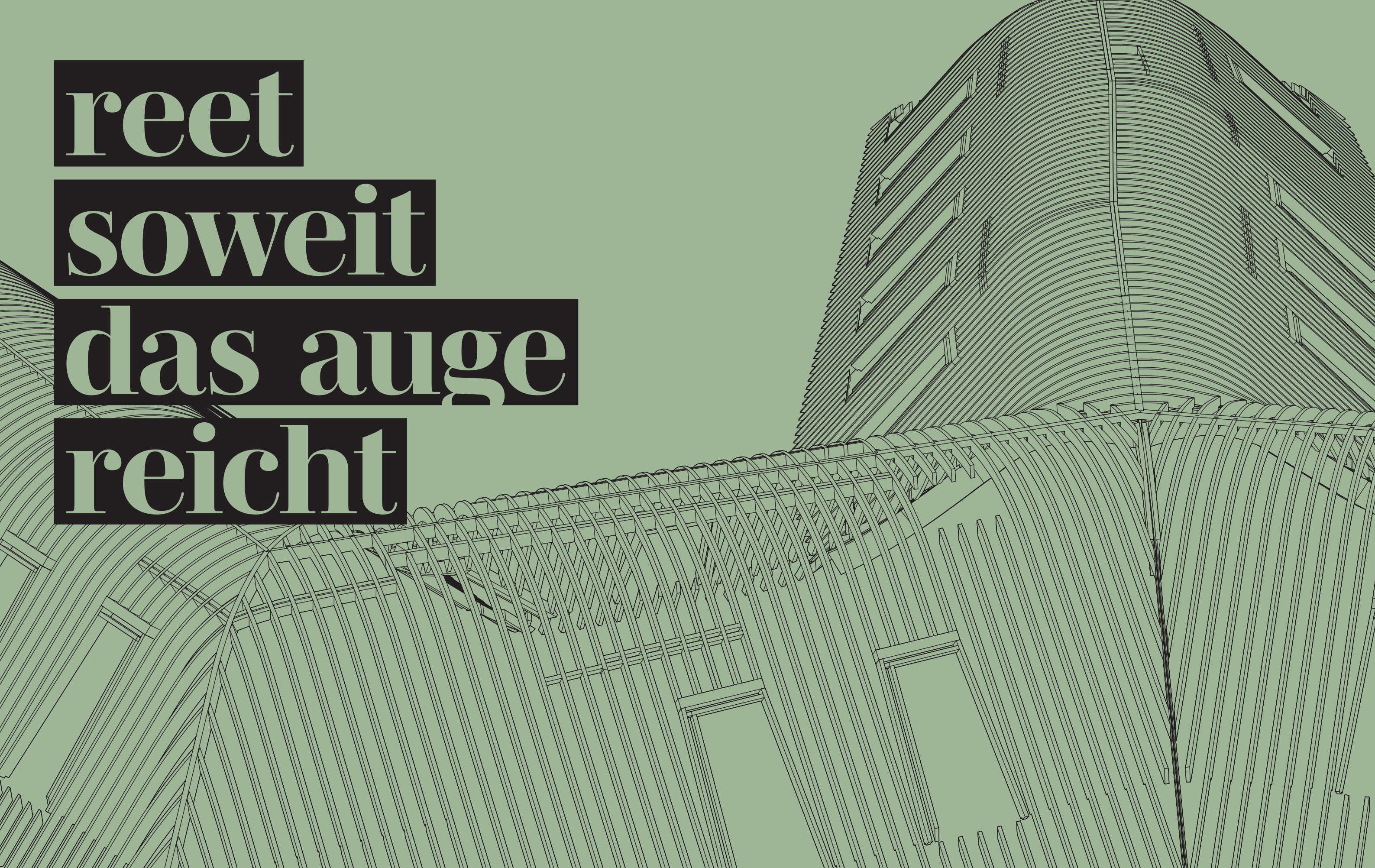
21--26 °C

Sylt ist auch bekannt als

**„GERMAN
HAMPTONS“**

Sylt ist über den **HINDENBURG-
DAMM**

mit dem Festland verbunden.
Nur darüber per Zug oder
mit der Fähre aus Dänemark
erreicht man die Insel.



reet
soweit
das auge
reicht

”

LANSERHOF IS LOOKING
FORWARD TO A

new
adventure



lanserhof kur

classic

MEDIZINISCHE BASISTHERAPIE, 7 NÄCHTE

Das Arrangement Lanserhof Kur Classic bildet die Grundlage Ihres Aufenthalts. Gemeinsam mit Ihrem behandelnden Arzt erarbeiten Sie ergänzend eine Diagnostik- und Therapiestrategie, die sich an Ihrem individuellen Bedarf sowie an Ihren persönlichen Zielvorstellungen orientiert.

1 ärztliche Anfangsuntersuchung	60 Min.
2 ärztliche Kontrollen mit Bauchbehandlung	je 20 Min.
1 ärztliche Abschlussuntersuchung	40 Min.
1 Harnanalyse	
1 Bioimpedanzanalyse	
1 Fußreflexzonenmassage	25 Min.
3 Heilmassagen	je 50 Min.
1 Detox-Drainage	50 Min.
1 Detox-Lymphpackung mit Dusche	50 Min.
1 Elektrolysefußbad	
1 Basislabor	
1 Stoffwechselfmessung	
1 Körperanalyse (Bodyimpedanz und Bodyscan)	
1 Elektrokardiogram (EKG)	
1 Bestimmung des Blutdruckes an Armen und Beinen (ABI)	
1 Bestimmung der Herzratenvariabilität (Kurzzeit HRV)	
1 Arztbrief	30 Min.

täglich Bewegungstherapien in der Gruppe
täglich Entspannungstraining in der Gruppe
ärztlicher Einführungsvortrag
arzt- und themenbezogene Vorträge
regelmäßig kulturelles Abendprogramm
ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdienst

Das Gruppen- und Fortbildungsprogramm ist ein fester Bestandteil Ihres medizinischen Basispaketes.

MEDIZINISCHE BASISTHERAPIE, 14 NÄCHTE

Für einen sinnvollen und nachhaltigen Regenerationserfolg ist aus medizinischen Gründen ein Aufenthalt von 2 Wochen empfehlenswert.

1 ärztliche Anfangsuntersuchung	60 Min.
6 ärztliche Kontrollen und Bauchbehandlungen	je 20 Min.
1 ärztliche Abschlussuntersuchung	40 Min.
2 Reflexzonenmassagen	je 25 Min.
3 Heilmassagen	je 50 Min.
2 Detox-Drainagen	je 50 Min.
2 Detox-Lymphpackungen mit Bad	je 50 Min.
1 Bioimpedanzanalyse	
1 Harnanalyse	
2 Elektrolysefußbäder	je 30 Min.
1 Basislabor	
1 Stoffwechselfmessung	
1 Körperanalyse (Bodyimpedanz und Bodyscan)	
1 Elektrokardiogram (EKG)	
1 Bestimmung des Blutdruckes an Armen und Beinen (ABI)	
1 Bestimmung der Herzratenvariabilität (Kurzzeit HRV)	
1 Arztbrief	

tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
tägliche Entspannungstherapien in der Gruppe
ärztlicher Einführungsvortrag
arzt- und themenbezogene Vorträge
kulturelles Abendprogramm
ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdienst

Das Gruppen- und Fortbildungsprogramm ist ein fester Bestandteil Ihres medizinischen Basispaketes.

it's a

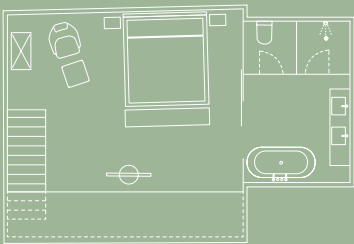
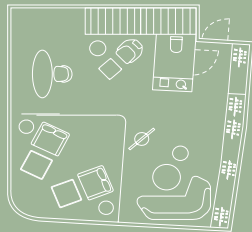
sylv kind
of thing



unsere zimmer

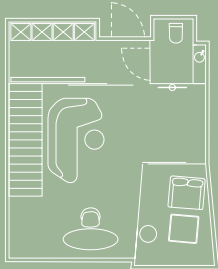
PARVUS DUPLEX SUITE MIT BALKON

58 m² große Suite mit Meer- oder Dünenblick und offener Galerie, großer Wohnbereich mit hochwertiger Couch, Balkon, WC und Vorraum mit Garderobe auf der ersten Ebene, gemütlicher Schlafbereich unter dem Reetdach mit großzügigem Bad mit Badewanne und Dusche auf der zweiten Ebene, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 48"/55"-TV, Smart-TV, Safe.



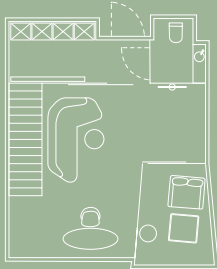
ELYSIUM DUPLEX SUITE MARE MIT BALKON

58 m² große Suite mit Meerblick und offener Galerie, großer Wohnbereich mit hochwertiger Couch, Balkon, WC und Vorraum mit Garderobe auf der ersten Ebene, gemütlicher Schlafbereich unter dem Reetdach mit großzügigem Bad mit Badewanne und Dusche auf der zweiten Ebene, Ecklage, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 48"-TV, Smart-TV, Safe.



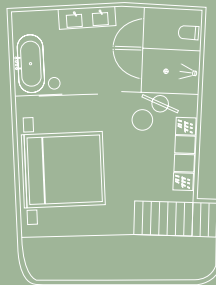
ELYSIUM DUPLEX SUITE DUNE MIT BALKON

58 m² große Suite mit offener Galerie, großer Wohnbereich mit hochwertiger Couch, Balkon, WC und Vorraum mit Garderobe auf der ersten Ebene, gemütlicher Schlafbereich unter dem Reetdach mit großzügigem Bad mit Badewanne und Dusche auf der zweiten Ebene, Ecklage, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 48"-TV, Smart-TV, Safe.



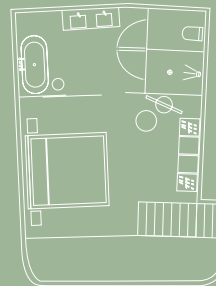
ELYSIUM LOFT SUITE MARE MIT BALKON

75 m² große Suite mit Meerblick und offener Galerie, großer Wohn- und Essbereich mit hochwertiger Couch, Vorraum mit Garderobe, WC und Balkon auf der ersten Ebene, gemütlicher Schlafbereich unter dem Reetdach mit großzügigem Bad mit Badewanne und Dusche auf der zweiten Ebene, Ecklage, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 48"/55"-TV, Smart-TV, Safe.



ELYSIUM LOFT SUITE DUNE MIT BALKON

78 m² große Suite mit Dünenblick und offener Galerie, großer Wohn- und Essbereich mit hochwertiger Couch, Vorraum mit Garderobe, WC und Balkon auf der ersten Ebene, gemütlicher Schlafbereich unter dem Reetdach mit großzügigem Bad mit Badewanne, Dusche und Privatsauna auf der zweiten Ebene, Ecklage, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 48"/55"-TV, Smart-TV, Safe.



sychtig nach regeneration





facts

RUND UM
IHREN
AUFENTHALT

AN- UND ABREISE

Die Zimmer sind ab 15 Uhr
beziehbar und am Abreisetag
bitte bis 12 Uhr freizugeben.

Das gesamte
Gebäude ist
**ROLLSTUHL-
GERECHT**
eingerrichtet.

Bei uns im Lanserhof Sylt
beginnt ein Aufenthalt
ab 7 Nächten. Aus medizinis-
cher Sicht werden
von unseren Ärzten zwischen

**10 BIS 14
NÄCHTEN**

empfohlen, damit die an-
gebotene Lanserhof Kur die
besten Erfolge erzielen kann.

Einen **TRANSFER** vom
Flughafen oder vom Bahnhof organisieren
wir gerne auf Anfrage gegen Aufpreis.

Die Zimmerpreise sind nur in
Verbindung mit dem

**MEDIZINISCHEN
PROGRAMM
LANS MED BASIC** gültig.

Falls wir Ihnen für Ihr gewünschtes Anreisedatum keine
Zusage machen können, nehmen wir Sie gerne in unserer
WARTELISTE auf. Bei Rücktritt
eines anderen Gas-
tes bieten wir Ihnen gerne den freigewordenen Platz an.

Holen Sie sich ein Stück Lanserhof
nach Hause: z.B. Nährstoffe für Ihre
Haut oder Feines aus der
Lanserhof Energy Cuisine. Der

ONLINESHOP

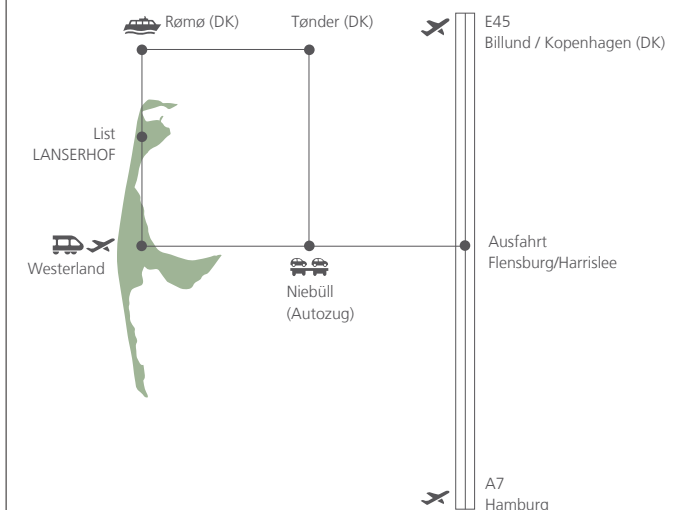
hat am Tag und 7 Tage in der Woche
für Sie geöffnet. Sie finden ihn unter
shop.lanserhof.com

Uns ist es leider
nicht möglich,
**HAUS-
TIERE**
im Haus
unterzubringen.

STORNOBEDINGUNGEN

Werden reservierte Zimmer nicht bis 4 Wochen vor Anreise-
datum storniert, wird eine Stornogebühr von 50 % der
Zimmerrate für die Anzahl der stornierten Nächte berechnet.
Bei einer Stornierung ab 7 Tage vor geplanter Anreise
wird eine Stornogebühr von 90 % der Zimmerrate für die
Anzahl der stornierten Nächte in Rechnung gestellt.

**KINDER
UND
JUGENDLICHE** ab 16 Jahre
sind uns in
Begleitung
eines Erziehungs-
berechtigten
herzlich
willkommen.



LAN SER HOF

Lanserhof Sylt
Am Lanserhof 1 / 25992 List auf Sylt
Deutschland
T +49 8022 1880-0 / F +49 8022 1880-499
info.sylt@lanserhof.com