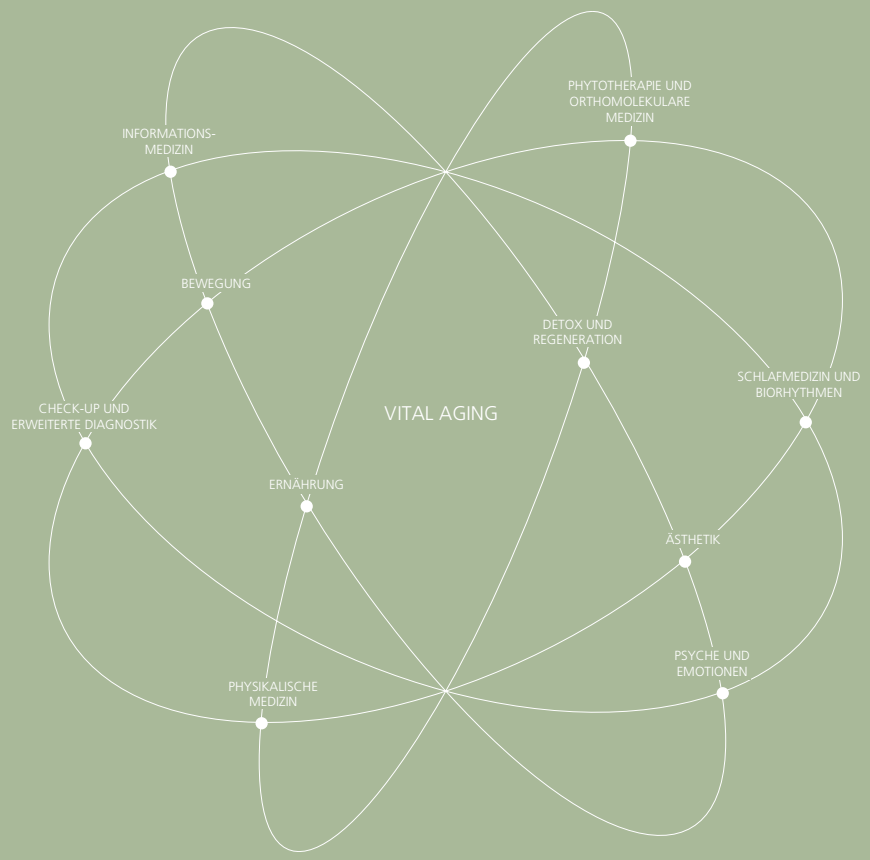
LAN SER HOF

LANSERHOF SYLT
2024

FÜR GESUNDHEIT
GIBT ES KEIN PATENTREZEPT



Flexibel und mit maximaler Offenheit definiert das Ärzteteam im Lanserhof den Weg zu Heilung und Prävention gemeinsam mit jedem Gast. Hierbei ist das interdisziplinäre Miteinander der entscheidende Faktor. Der konsequente therapeutische Vielklang offenbart neue Wirkungsweisen und aktiviert die Kräfte zur Regeneration. Ebenso wichtig wie die Zusammenarbeit auf medizinischer und therapeutischer Ebene ist die aktive Mitarbeit des Gastes.

Gesundheit gelingt, wenn sie als Ergebnis des Ganzen verstanden wird und auch das Handeln danach erfolgt. Dabei ist auch die therapeutische Intervention bloß als Baustein einer ganzheitlichen Gesundheitsphilosophie zu sehen. Vielmehr müssen Gesundheitsbewusstein und Selbstachtsamkeit zum Rüstzeug eines jeden im Alltag gehören. Über den Umgang mit Routinen und täglichen Herausforderungen entscheidet sich nachhaltiges Wohlbefinden.

Im Folgenden stellen wir Ihnen die wichtigsten Wirkungsfelder unserer Arbeit vor. Wir betrachten Gesundheit als die Summe dieser „Determinanten" – jeder Baustein hat seinen Stellenwert in der Gesamtbetrachtung von Physis, Geist und Seele.

LANSERHOF KUR CLASSIC

MEDIZINISCHE BASISTHERAPIE, 7–8 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	40 Min.
1	erweiterte ärztliche Anfangsuntersuchung	20 Min.
2	ärztliche Kontrollen mit Bauchbehandlung	je 20 Min.
1	ärztliche Abschlussuntersuchung	30 Min.
1	Labor Anfangsuntersuchung (Bioimpedanzanalyse, Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	30 Min.
1	Labor Enduntersuchung (Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	20 Min.
1	Kurzzeit HRV Messung (Herzraten-Variabilitätsmessung)*	25 Min.
1	Stoffwechselmessung*	20 Min.
1	Fußreflexzonenmassage*	25 Min.
1	Klassische Massagetherapie*	50 Min.
1	Detox Drainage*	50 Min.
1	Natural Detox Heu*	50 Min.
1	Detox Fußbad*	30 Min.
1	Harnanalyse*	

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm
Ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdienst

7–8 Nächte Lanserhof Kur CLASSIC exklusive Unterkunft 2.890,– EUR

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exklusive Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

* durchgeführt durch Therapiezentrum

LANSERHOF KUR CLASSIC

MEDIZINISCHE BASISTHERAPIE, 9–11 NÄCHTE

Das Arrangement Lanserhof Kur Classic Plus 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	40 Min.
1	erweiterte ärztliche Anfangsuntersuchung	20 Min.
4	ärztliche Kontrollen mit Bauchbehandlung	je 20 Min.
1	ärztliche Befundbesprechung	30 Min.
1	ärztliche Abschlussuntersuchung	30 Min.
1	Labor Anfangsuntersuchung (Bioimpedanzanalyse, Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	30 Min.
1	Labor Enduntersuchung (Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	20 Min.
1	Kurzzeit HRV Messung (Herzraten-Variabilitätsmessung)*	30 Min.
1	Stoffwechselmessung*	20 Min.
1	Fußreflexzonenmassage*	25 Min.
2	Klassische Massagetherapie*	50 Min.
1	Detox Drainage*	50 Min.
2	Natural Detox Heu*	50 Min.
2	Detox Fußbad*	30 Min.
1	Salztherapie mit Bad	50 Min.
1	Harnanalyse*	

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm
Ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdienst

9–11 Nächte Lanserhof Kur CLASSIC exklusive Unterkunft 4.079,– EUR

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exklusive Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

* durchgeführt durch Therapiezentrum

LANSERHOF KUR CLASSIC

MEDIZINISCHE BASISTHERAPIE, 12–16 NÄCHTE

Das Arrangement Lanserhof Kur Classic Plus 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	40 Min.
1	erweiterte ärztliche Anfangsuntersuchung	20 Min.
6	ärztliche Kontrollen mit Bauchbehandlung	je 20 Min.
1	ärztliche Befundbesprechung	30 Min.
1	ärztliche Abschlussuntersuchung	30 Min.
1	Labor Anfangsuntersuchung (Bioimpedanzanalyse, Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	30 Min.
1	Labor Enduntersuchung (Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	20 Min.
1	Kurzzeit HRV Messung (Herzraten-Variabilitätsmessung)*	30 Min.
1	Stoffwechselmessung*	20 Min.
2	Fußreflexzonenmassage*	25 Min.
4	Klassische Massagetherapie*	50 Min.
1	Detox Drainage*	50 Min.
2	Natural Detox Heu*	50 Min.
2	Detox Fußbad*	30 Min.
1	Salztherapie mit Bad	50 Min.
1	Harnanalyse*	

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm
Ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdienst

12–16 Nächte Lanserhof Kur CLASSIC exklusive Unterkunft 5.267,– EUR

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exklusive Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

* durchgeführt durch Therapiezentrum

LANSERHOF KUR CLASSIC

MEDIZINISCHE BASISTHERAPIE, 17–21 NÄCHTE

Das Arrangement Lanserhof Kur Classic Plus 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	40 Min.
1	erweiterte ärztliche Anfangsuntersuchung	20 Min.
10	ärztliche Kontrollen mit Bauchbehandlung	je 20 Min.
1	ärztliche Befundbesprechung	30 Min.
1	ärztliche Abschlussuntersuchung	30 Min.
1	Labor Anfangsuntersuchung (Bioimpedanzanalyse, Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	30 Min.
1	Labor Enduntersuchung (Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	20 Min.
1	Kurzzeit HRV Messung (Herzraten-Variabilitätsmessung)*	30 Min.
1	Stoffwechselmessung*	20 Min.
3	Fußreflexzonenmassage*	25 Min.
6	Klassische Massagetherapie*	50 Min.
2	Detox Drainage*	50 Min.
3	Natural Detox Heu*	50 Min.
3	Detox Fußbad*	30 Min.
1	Salztherapie mit Bad	50 Min.
1	Harnanalyse*	

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm
Ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdienst

17–21 Nächte Lanserhof Kur CLASSIC exklusive Unterkunft 7.109,50 EUR

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exklusive Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

* durchgeführt durch Therapiezentrum

HORMON BALANCE

MEDIZINISCHE BASISTHERAPIE, 7–8 NÄCHTE

Die Hormongesundheit spielt eine entscheidende Rolle in jeder Phase des Lebens einer Frau. Selbst geringfügige Schwankungen im Hormonhaushalt können spürbare Auswirkungen haben und den persönlichen Alltag einer Frau beeinflussen.

GEEIGNET FÜR:
Das Hormon Balance Paket ist für Frauen, die unter Stimmungsschwankungen, Gereiztheit, Müdigkeit, Schlafstörungen und Kopfschmerzen, aufgrund von hormonellen Veränderungen, leiden.

1 Ärztliche Anfangsuntersuchung	40 Min.
1 Erweiterte ärztliche Anfangsuntersuchung	20 Min.
2 Ärztliche Kontrollen und Bauchbehandlungen	je 20 Min.
1 Ärztliche Abschlussuntersuchung	30 Min.
1 Labordiagnostik* (Routinelabor, Osteoporose)	
1 Bioimpedanzmessung und Befundbesprechung*	50 Min.
1 DXA Knochendichtemessung*	60 Min.
1 Hormonsprechstunde	20 Min.
1 Ernährungswissenschaftliche Beratung + Ernährungsplan*	50 Min.
1 Stoffwechselmessung*	20 Min.
1 Akupunktur bei Bedarf	50 Min.
1 Harnanalyse*	

7–8 Nächte exklusive Unterkunft 4.333,50 EUR
(inkl. Ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdient**)

ZUSÄTZLICHE ANWENDUNGEN:

1 Sportwissenschaftliches Personal Training*	50 Min.
2 Yoga-Einheiten*	50 Min.
1 Atemtherapie*	50 Min.
1 Reiki*	50 Min.

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm

7–8 Nächte exklusive Unterkunft 5.421,50 EUR

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exkl. Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

Dieses Paket ist auch für einen längeren Aufenthalt verfügbar. Sprechen Sie uns gerne an!

* durchgeführt durch Therapiezentrum ** Pauschale pro Tag/Nacht

LONG COVID

MEDIZINISCHES PAKET, 7–8 NÄCHTE

Selbst nach einem milden Krankheitsverlauf leiden zahlreiche Personen nach einer Covid-19 Erkrankung, weiterhin unter verschiedenen Langzeitfolgen. Das Long-Covid-Paket zielt darauf ab, Stabilität zu schaffen und die körperliche Widerstandskraft wiederherzustellen.

GEEIGNET FÜR:
Das Long-Covid Paket ist für Personen geeignet, die auch nach der Erkrankung an einer eingeschränkten Lungenfunktion oder einer verminderten geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit leiden.

1 Ärztliche Anfangsuntersuchung	40 Min.
1 Erweiterte ärztliche Anfangsuntersuchung	20 Min.
2 Ärztliche Kontrollen und Bauchbehandlungen	je 20 Min.
1 Ärztliche Abschlussuntersuchung	30 Min.
1 Labor Anfangsuntersuchung (Bioimpedanzanalyse, Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	30 Min.
1 Labor Enduntersuchung (Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	20 Min.
1 Stoffwechselmessung*	20 Min.
1 Harnanalyse*	
1 Labordiagnostik* (Routinelabor)	

7–8 Nächte exklusive Unterkunft 2.626,– EUR
(inkl. Ärztlicher Bereitschafts- und Nachtdient**)

ZUSÄTZLICHE ANWENDUNGEN:

1 Spiroergometrie und Befundbesprechung*	50 Min.
1 Cell Gym Ersttermin*	60 Min.
5 Cell Gym Einheiten*	50 Min.
2 Physiotherapie Einheiten*	50 Min.
2 Hydrojet*	30 Min.
6 Sportwissenschaftliche Personal Trainings*	50 Min.
1 Infusion Mitoboost*	60 Min.
1 Infusion Cell Energy*	60 Min.

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm

7–8 Nächte exklusive Unterkunft 6.247,– EUR

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exkl. Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

Dieses Paket ist auch für einen längeren Aufenthalt verfügbar. Sprechen Sie uns gerne an!

* durchgeführt durch Therapiezentrum ** Pauschale pro Tag/Nacht

STRESS-
RESILIENCE

MEDIZINISCHES PAKET, 7–8 NÄCHTE

Stress ist in unserer heutigen Gesellschaft allgegenwärtig und stellt uns gesundheitlich vor viele Herausforderungen. Mit dem Hinblick Ihrer individuellen Bedürfnisse helfen wir Ihnen dabei, effektiver mit stressigen Situationen umzugehen. Gleichzeitig werden wichtige Ressourcen aufgebaut, um den Anforderungen des Alltags besser gewachsen zu sein. Das Paket vermittelt zudem bewährte mentale Techniken zum Stressmanagement, die Ihnen helfen werden, Ihre Belastbarkeit zu stärken.

GEEIGNET FÜR:
Unser Stress-Resilience-Paket ist für jeden geeignet, der nach Wegen sucht, um sich zu entspannen und Stress abzubauen. In Bezug auf die körperliche Gesundheit kann sich übermäßiger Stress in Form von erhöhtem Blutdruck, Herzkrankheiten, geschwächtem Immunsystem, Magen-Darm-Beschwerden und Schlafproblemen zeigen. Ebenso können psychische Probleme wie Angststörungen und Depressionen, vermehrte Nervosität, Reizbarkeit, Konzentrationsprobleme und Erschöpfung auftreten. Mithilfe von Selbstfürsorge, Stressmanagement-Techniken, Bewegung und einer ausgewogenen Ernährung unterstützen wir Sie auf den Weg zu mehr innerer Ruhe.

1 Ärztliche Anfangsuntersuchung	40 Min.
1 Erweiterte ärztliche Anfangsuntersuchung	20 Min.
2 Ärztliche Kontrollen und Bauchbehandlungen	je 20 Min.
1 Ärztliche Abschlussuntersuchung	40 Min.
1 Labor Anfangsuntersuchung (Bioimpedanzanalyse, Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	30 Min.
1 Labor Enduntersuchung (Blutdruck-, Laktat- und Stoffwechselcheck)*	20 Min.
1 Stoffwechselmessung*	20 Min.
1 Harnanalyse*	
1 Individuelles psychologisches Vorgespräch*	50 Min.
1 HRV-Langzeitmessung*	
2 Coachings*	50 Min.

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm

7–8 Nächte exklusive Unterkunft 3.656,– EUR

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exkl. Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

Dieses Paket ist auch für einen längeren Aufenthalt verfügbar. Sprechen Sie uns gerne an!

* durchgeführt durch Therapiezentrum ** Pauschale pro Tag/Nacht

KARDIO CHECK UP

MEDIZINISCHES PAKET, 3–4 NÄCHTE

Ca. 80% aller Herzinfarkte und Schlaganfälle sind vermeidbar! Um dieses Ziel zu erreichen sind regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen notwendig. Diese sollten mit den modernsten diagnostischen Verfahren erfolgen, um klinisch noch nicht in Erscheinung getretene Erkrankungen in einem möglichst frühen Stadium zu erkennen und ggf. zu behandeln. Der Lanserhof Sylt bietet dafür die besten Voraussetzungen. Wir haben in allen Bereichen die modernsten Geräte und verfügen über Experten mit jahrzehntelanger Erfahrung in der Prävention. Alle vereint mit dem Ziel Ihrem Leben viele GESUNDE Jahre hinzuzufügen.

Das Lanserhof Kardio Check-up Paket fokussiert auf die Prävention kardiovaskulärer und metabolischer Erkrankungen – den mit weitem Abstand häufigsten Todesursachen. Durch ein individuell auf Sie zugeschnittenes Trainings- und Ernährungsprogramm zeigen wir Ihnen, wie Sie oft ganz ohne Medikamente Ihr Risiko drastisch senken können.

1 Kardio Check	120 Min.
1 Langzeit-EKG/RR/SpO2 (inklusive Schlafapnoescreening)	
1 Labordiagnostik* (Routinelabor, Ergänzungsprofil Kardio)	
1 Bioimpedanzmessung und Befundbesprechung*	50 Min.
1 Cell Gym Ersttermin*	60 Min.
2 Cell Gym Anwendungen*	50 Min.
1 Infusion Cell Energy*	30 Min.
3 Kältekammer Einheiten*	20 Min.
2 Sportwissenschaftliche Personal Trainings*	50 Min.
1 Infusion Aufbau groß*	60 Min.

FAKULTATIV (nur buchbar ab 4 Nächten)
Uro Check, Gyn Check, Gastroskopie, Coloskopie, Schlaflabor*, Augenärztliche Untersuchung, Ernährungswissenschaftliche Beratung + Ernährungsplan*, Knochendichtemessung (DXA)*

Tägliche Bewegungstherapien in der Gruppe
Tägliches Entspannungstraining in der Gruppe
Ärztlicher Einführungsvortrag
Themenbezogene Vorträge
Kulturelles Abendprogramm

3–4 Nächte exklusive Unterkunft und Lanserhof Energy Cuisine 7.991,50 EUR

Bezugnehmend auf die enthaltene Blutentnahme ist eine Anreise am Freitag & Samstag nicht möglich.

Der Preis für unser Lanserhof Kur Classic Arrangement versteht sich pro Person exkl. Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten.

* durchgeführt durch Therapiezentrum ** Pauschale pro Tag/Nacht

DIE GANZHEITLICHE DIAGNOSTIK IM LANSERHOF

Geplantes Therapieangebot – Die Verfügbarkeit kann aktuell noch nicht garantiert werden!

MAGEN-DARM

Als Innovation bieten wir die Kapselendoskopie, die moderne und sanfte Alternative zur endoskopischen Dickdarmuntersuchung.

Eine Sonografieuntersuchung des gesamten Abdomens, umfassende Stuhluntersuchungen und die Abklärung von Nahrungsmittel-intoleranzen zählen zum Standardrepertoire der Lanserhof Diagnostik.

selektive
Stuhluntersuchungen

LABORDIAGNOSTIK

Die Labordiagnostik stellt ein wichtiges Bindeglied zwischen Diagnostik und Therapie dar. Das individuell abgestimmte Laborprofil ist die Basis eines erfolgreichen Behandlungsprozesses.

ERNÄHRUNGSDIAGNOSTIK

H_2- und CH_4-Atemtest Fruktose

H_2- und CH_4-Atemtest Laktose

Nahrungsmittelunverträglichkeitstest
Histamindiagnostik
Allergoscreen

STOFFWECHSEL UND IMMUNSYSTEM

Eine detaillierte Immundiagnostik sowie genaue Vitamin-, Enzym- und Nährstoffanalysen ermöglichen eine aussagekräftige Beurteilung Ihrer Stoffwechselsituation und Ihres individuellen Immunstatus. Auch im Rahmen der ganzheitlichen Diagnostik können wertvolle Hinweise über Störfaktoren und Herdgeschehen erarbeitet werden. Preise der entsprechenden Analysen (Blut, Speichel, Urin) gestalten sich entsprechend des jeweiligen Aufwands.

OGTT – oraler Glukosetoleranztest

Routinelabor

Schwermetallbestimmung

Nährstoffanalyse

Hormonprofil

DIE GANZHEITLICHE DIAGNOSTIK IM LANSERHOF

Geplantes Therapieangebot – Die Verfügbarkeit kann aktuell noch nicht garantiert werden!

LUNGEN-HERZ-KREISLAUF

Spezialisierte ÄrztInnen stehen Ihnen zur Abklärung sämtlicher kardiologischer Themen zur Verfügung.

Echokardiografie (Herzsonografie)

Farbdopplersonografie Halsgefäße (Carotis)

Ruhe-EKG inkl. schriftlichem Befund

Ergometrie / Belastungs-EKG

24h Langzeit-EKG

Langzeitblutdruckmessung (24h RR)

Spirometrie (Lungenfunktion)

FACHÄRZTLICHE UNTERSUCHUNGEN

- Orthopädie
- Dermatologie
- Gynäkologie
- Innere Medizin
- Augenheilkunde
- Urologie
- Neurologie
- Kardiologie
- Zahnmedizin

BEWEGUNG UND BEWEGLICHKEIT

Spiroergometrie und Befundbesprechung

Bioimpedanzmessung

SONOGRAFIE

Sonografien der verschiedenen Körperregionen

SCHLAF- UND CHRONOMEDIZIN

24h HRV (Herzratenvariabilitätsmessung) inkl. Diagnostik, Analyse, Auswertung und Coaching

Schlaflabor / Schlafapnoe-screening

3D-Body-Mapping-Untersuchung	30 Min.
Knochendichtemessung (DXA Scan)	30 Min.

DIE THERAPIEN

GANZHEITSMEDIZIN UND NATURHEILKUNDE

ärztliche Kontrolle und Bauchbehandlung	
naturheilkundliche Sprechstunde	40 Min.
Colon-Hydro-Therapie	
Akupunktur	30 Min.
Mesotherapie	

INFUSIONSTHERAPIEN

Infusion Aufbau – groß	
Ozon Eigenblut	
Elektrolyt-Vitamin-Infusion	
Infusion Basen & Mineralstoffe	
Infusion Leber	
Infusion Vitamin-C-Hochdosis	
Infusion Haut, Haare, Nägel	
Infusion Mitoboost	
Infusion Cell Energy	
Infusion Anti-Aging	400,–
Infusion NAD Boost	300,–

BODY & MIND HEALTH

Psychisches Wohlbefinden und körperliche Gesundheit sind eng miteinander verbunden. Body & Mind Health steht für eine umfassende Persönlichkeitsanalyse, Diagnostik und Therapie von psychischen Blockaden sowie Entwicklung von Bewältigungsstrategien für belastende Themen des Lebens.

psychologisches Coaching	50 Min.
24h HRV (Herzraten Variabilitäts Messung)	
Kurzzeit HRV	

INTERVALL-HYPOXIE-HYPEROXIE-THERAPIE (IHHT)

CellGym Ersttermin	
CellGym Folgetermin	

DIE THERAPIEN

ENERGIE- & INFORMATIONSMEDIZIN

Craniosakral-Therapie	50 Min.
Shiatsu	50 Min.

ERNÄHRUNGSBERATUNG

ernährungswissenschaftliche Beratung + Ernährungsplan

Stoffwechselmessung

SCHMERZTHERAPIE

PRP (palet-rich-plasma) orthopädisch

Mesotherapie / Mesoschmerztherapie

Infusionstherapie

Physiotherapie	25 Min. 50 Min.
Ärztliche Osteopathie	40 Min.
klassische Massagetherapie	50 Min.

KRYOTHERAPIE

Kältekammer

DIE THERAPIEN

Mit Bewegung schaffen wir ein stabiles und gesundes Herz-Kreislaufsystem und stärken die Immunabwehr. Während der Therapie unterstützt Bewegung die Reinigungsprozesse und verbessert das Entgiftungsergebnis. Die Grundlage unserer Bewegungsphilosophie ist die Koordination, denn das neuromuskuläre System begleitet uns unser Leben lang und hält Körper und Geist frisch.

Zu unserem ganzheitlichen Bewegungsansatz gehören:

- sportwissenschaftliche Diagnostiken: Aufbauend auf diesen Kenntnissen werden unsere BewegungstherapeutInnen und SportwissenschaftlerInnen ein Programm für Sie entwickeln, das Ihnen hilft, zum einen Ihre Beschwerden loszuwerden und sich zum anderen auch nach dem Aufenthalt bei uns gesund und erfolgreich zu bewegen.
- individuelles Training: Abgestimmt auf Ihre persönlichen Bedürfnisse, Ihre Vorlieben und Schwächen mit dem Ziel, hier bei uns den Start in ein gesundes Training zu finden.
- Rahmenprogramm: Unser umfangreiches Rahmenprogramm lädt Sie ein, verschiedene Trainingsmethoden kennenzulernen, auszuprobieren und Ideen für Ihr Leben zu sammeln.

Sportwissenschaftliches Personal Training	25 Min. 50 Min.
Physiotherapeutisches Pilates	50 Min.
Yoga	50 Min.
Bewegung im Wasser	45 Min.
EMS-Training (Elektromuskelstimulation)	50 Min.
Nuad Thai	75 Min.
klassische Massagetherapie	50 Min.
Hot Stone Massage	70 Min.
manuelle Körpertherapie	25 Min. 50 Min.
Atemtherapie	25 Min. 50 Min.
Meditation	50 Min.
Matrix-Therapie	30 Min. 50 Min.

DETOX-
BEHANDLUNGEN

Geplantes Therapieangebot – Die Verfügbarkeit kann aktuell noch nicht garantiert werden!

Detox-Behandlungen wie Bäder, Packungen und Massagen in Kombination mit rein biologischen Produkten dienen der Intensivierung der Selbstheilungskräfte.

Lanserhof Sylt Facial	50 Min.
revitalisierende Körperpackung	50 Min.
Natural Detox Heu	50 Min.
Natural Detox Alge	50 Min.
Detox-Drainage	50 Min.

LEBERREINIGUNG

Äußerst effektive Reinigung der Verdauungs- und Stoffwechselorgane. Zur Unterstützung der entgifteten Leber wird am Tag danach eine Leberinfusion mit wertvollen Vitaminen und Mineralien verabreicht.

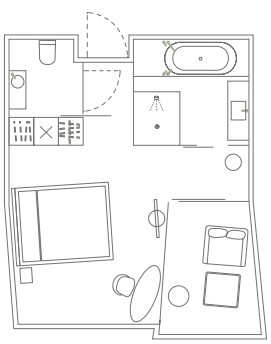
Leberreinigung	(nach Aufwand)

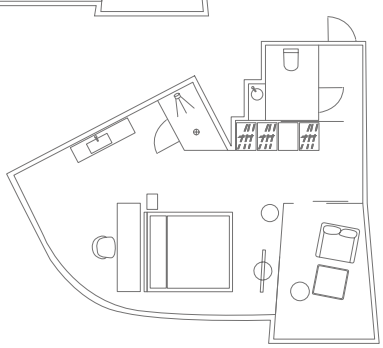
Lymph Flowtation	50 Min.
Manuelle Lymphdrainage	50 Min.
Bindegewebsmassage nach Dicke	50 Min.
Kopfmassage	25 Min.
Fußreflexzonenmassage	25 Min.
klassische Massagetherapie	50 Min.
warme Kräuterdampfmassage	50 Min.

EINZELZIMMER MIT BALKON

29 m² großes Doppelzimmer mit Balkon, offener Wohn- und Schlafbereich, Schreibtisch, Bad mit Badewanne und Dusche, separates WC, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 50"-TV, Smart-TV, Safe, Elektrosmog-Freischaltung/keine Klimaanlage.

	Village	Basic	Meer
1 Person	ab 579,–	ab 679,–	ab 779,–

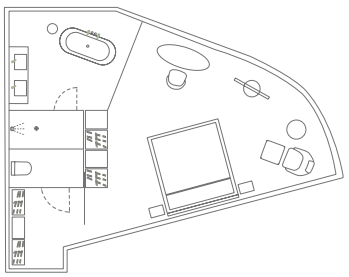




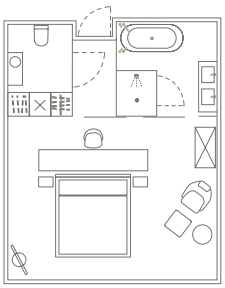
Die abgebildeten Preise zeigen „ab"-Preise an.
Je nach Saison, verfügbarer Zimmerkategorien und allgemeiner Auslastung können auch höhere Zimmerpreise anfallen.

DOPPELZIMMER MIT TERRASSE

39 m² großes Doppelzimmer mit Terrasse, offener Wohn- und Schlafbereich, Schreibtisch, Bad mit Badewanne und Dusche, separatem WC, Parkett, freiem WLAN-Internetzugang, 48"/55"-TV, Smart-TV, Safe, Elektrosmog-Freischaltung/keine Klimaanlage.



	Basic	Meer
1 Person	ab 790,–	ab 990,–
2 Personen	ab 990,–	ab 1190,–



Die abgebildeten Preise zeigen „ab"-Preise an.
Je nach Saison, verfügbarer Zimmerkategorien und allgemeiner Auslastung können auch höhere Zimmerpreise anfallen.

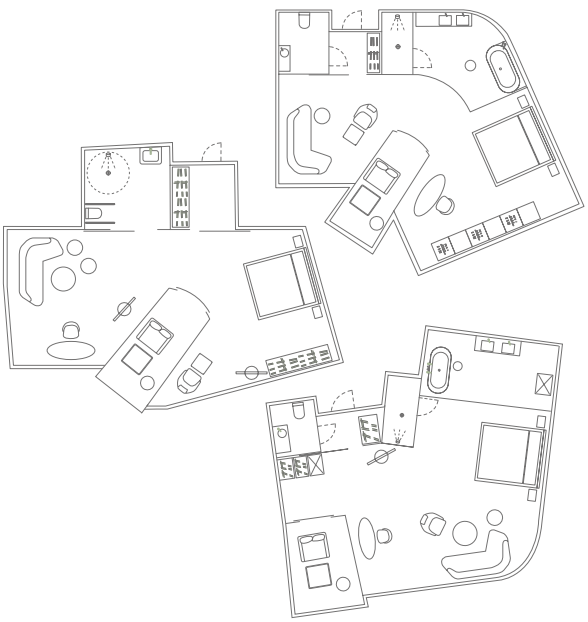
DOPPELZIMMER FABULOSA MIT BALKON

54 m² großes Doppelzimmer mit Balkon und Meerblick, offener Wohn- und Schlafbereich, hochwertige Couch, innovative FreshBed-Technologie*, gesundheitsförderndes Lichtkonzept*, große Couch, Schreibtisch, Bad mit Badewanne und Dusche, separates WC, Ecklage, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 55"-TV, Smart-TV, Safe, Elektrosmog-Freischaltung/keine Klimaanlage.

**FreshBed-Technologie*: Das FreshBed ist das einzige Bett der Welt, das eine einzigartige und innovative Kombination aus individueller Körpertemperaturregelung mit der leisesten aktiven Luftstromtechnologie bietet, um die richtige Hauttemperatur und optimale Luftfeuchtigkeit während dem Schlaf sicherzustellen. Der integrierte medizinische HEPA-Filter reinigt zusätzlich die Luft und entfernt mehr als 99,95 % der Bakterien, Viren, Pollen und des Feinstaubs.

**Lichtkonzept:* Die Human Centric Lighting Technology führt Ihre innere Uhr in Einklang mit Ihrem natürlichen Biorhythmus. Dies reduziert Müdigkeit und steigert gleichzeitig Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

Ein barrierefreies Zimmer ohne FreshBed und Lichtkonzept ist buchbar.

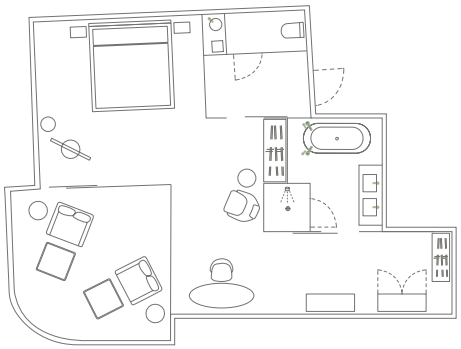


	Village	Meer
1 Person	ab 1039,–	ab 1239,–
2 Personen	ab 1139,–	ab 1339,–

Die abgebildeten Preise zeigen „ab"-Preise an.
Je nach Saison, verfügbarer Zimmerkategorien und allgemeiner Auslastung können auch höhere Zimmerpreise anfallen.

JUNIOR SUITE MIRUM

41 m² großes Doppelzimmer mit großzügigem Eckbalkon und weitläufigem Blick über das Meer, offener Wohn- und Schlafbereich, Schreibtisch, Bad mit Badewanne und Dusche, separates WC, Vorraum mit Garderobe, Ecklage, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 50"-TV, Smart-TV, Safe, Elektrosmog-Freischaltung/ keine Klimaanlage.

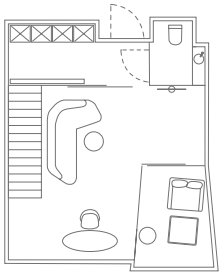


1 Person	ab 1900,–
2 Personen	ab 2100,–

Die abgebildeten Preise zeigen „ab"-Preise an.
Je nach Saison, verfügbarer Zimmerkategorien und allgemeiner Auslastung können auch höhere Zimmerpreise anfallen.

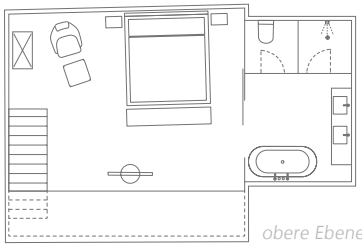
PARVUS DUPLEX SUITE MIT BALKON

58 m² große Suite mit offener Galerie, 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, 50"/55"-TV, Smart-TV, Safe, Klimaanlage.



untere Ebene

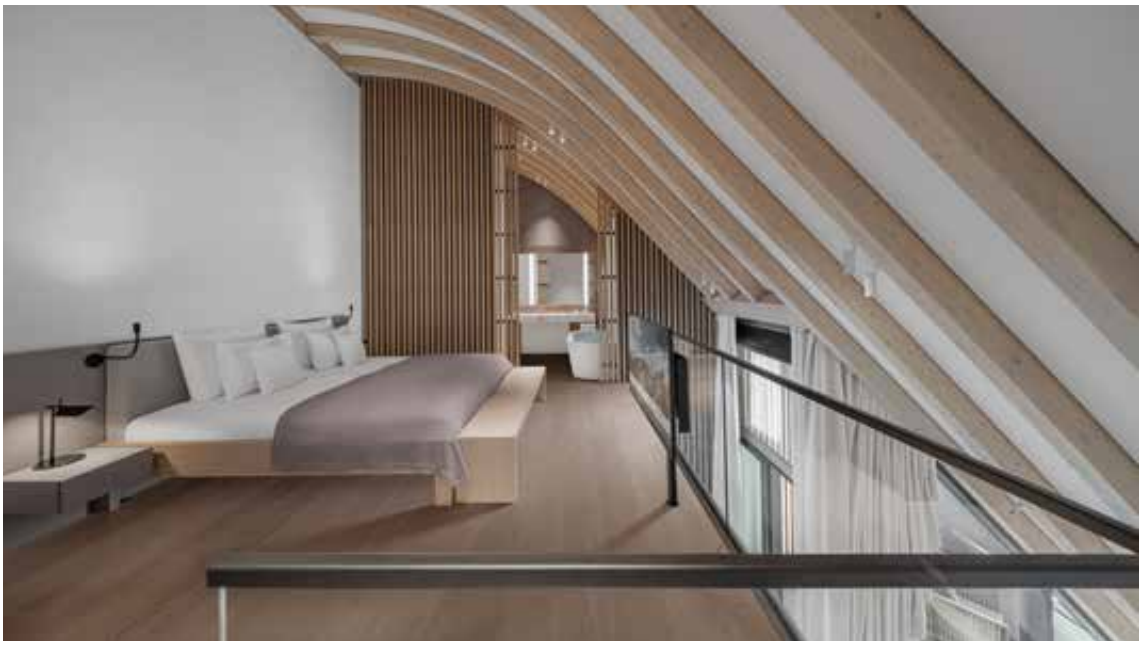
	Village	Basic	Meer
1 Person	ab 1239,–	ab 1339,–	ab 1439,–
2 Personen	ab 1439,–	ab 1539,–	ab 1639,–



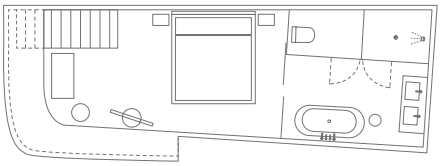
obere Ebene

Die abgebildeten Preise zeigen „ab"-Preise an.
Je nach Saison, verfügbarer Zimmerkategorien und allgemeiner Auslastung können auch höhere Zimmerpreise anfallen.

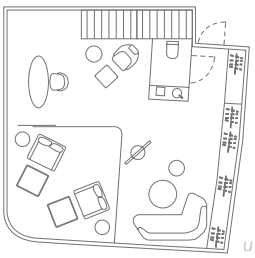
ELYSIUM DUPLEX SUITE MIT BALKON



58 m² große Suite mit offener Galerie, großer Wohnbereich mit hochwertiger Couch, großzügigem 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, 50"-TV, Smart-TV, Safe, Klimaanlage.



obere Ebene



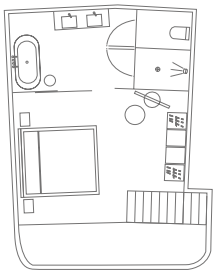
untere Ebene

	Basic	Meer
1 Person	ab 2100,–	ab 2100,–
2 Personen	ab 2300,–	ab 2300,–

Die abgebildeten Preise zeigen „ab"-Preise an.
Je nach Saison, verfügbarer Zimmerkategorien und allgemeiner Auslastung können auch höhere Zimmerpreise anfallen.

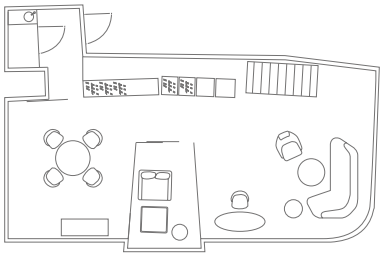
ELYSIUM LOFT SUITE MIT MEERBLICK

78 m² große Suite mit offener Galerie, Wohnbereich mit hochwertiger Couch, Vorraum mit Garderobe, WC und Balkon auf der ersten Ebene, gemütlicher Schlafbereich unter dem Reetdach mit weiträumigem Bad mit Badewanne, Dusche auf der zweiten Ebene, Ecklage, Parkett, freier WLAN-Internetzugang, 50"-TV, Smart-TV, Safe, Klimaanlage.



Obere Ebene

1 Person	ab 2700,–
2 Personen	ab 2900,–



Untere Ebene

Die abgebildeten Preise zeigen „ab"-Preise an.
Je nach Saison, verfügbarer Zimmerkategorien und allgemeiner Auslastung können auch höhere Zimmerpreise anfallen.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

AN- UND ABREISE

Die Zimmer sind gerne ab 15 Uhr beziehbar. Am Abreisetag bitten wir Sie, Ihr Zimmer bis 12 Uhr freizugeben. Individuelle Wünsche bezüglich Ihrer An- und Abreise versuchen wir gerne zu berücksichtigen. Einen Transfer vom Flughafen oder vom Bahnhof organisieren wir auf Anfrage. Das gesamte Gebäude ist rollstuhlgerecht eingerichtet.

VERKAUFSKONDITIONEN

Bei uns im Lanserhof Sylt beginnt ein Aufenthalt ab 7 Nächten. Aus medizinischer Sicht wird von unseren ÄrztInnen ein Aufenthalt von 10–14 Nächten empfohlen, damit die angebotene Lanserhof Kur die besten Erfolge erzielen kann.

ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Die Zimmerpreise sind nur in Verbindung mit dem medizinischen Programm Lanserhof Basic gültig. Am Ende Ihres Aufenthalts erhalten Sie eine Gesamtrechnung über alle Leistungen. Wir akzeptieren alle gängigen Kredit- (American Express, Master-, Visa-Card) sowie EC-Karten. Wir behalten uns eine Anzahlung von bis zu 50 Prozent vor. Die Rechnung der Privatklinik wird separat von der Hotelrechnung gestellt.

WARTELISTE

Für den Fall, dass wir Ihnen keine Zusage für ein bestimmtes Anreisedatum geben können, ist noch nicht alle Hoffnung verloren. Die Reihenfolge einhaltend werden Sie in die Warteliste aufgenommen und erhalten bei eventuellem Rücktritt eines anderen Gastes den freigewordenen Platz.

JUGENDLICHE

Kinder und Jugendliche sind bei uns ab 16 Jahren in Begleitung eines Erziehungsberechtigten willkommen.

RÜCKERSTATTUNG VON BEHANDLUNGEN

Sie erhalten von uns eine Gesamtrechnung aller Leistungen Ihres Aufenthalts. Ergänzend dazu erhalten Sie eine Anlage mit der medizinischen Leistungsübersicht. Wir bitten um Verständnis, dass wir keine Gewährleistung für eine tatsächliche Kostenerstattung durch Ihre Privatversicherung übernehmen können. Ob Leistungen erstattet werden hängt von den Vertragsbedingungen Ihrer Versicherung sowie Ihres gewählten Tarif ab.

STORNIERUNGSBEDINGUNGEN

Wir möchten Sie gerne auf die folgenden Stornierungsbedingungen aufmerksam machen. Für reservierte Zimmer, die nicht 4 Wochen vor Anreisedatum storniert werden, berechnen wir eine Stornierungsgebühr von 50 Prozent der Zimmerrate für die Anzahl der stornierten Nächte.

Bei einer Stornierung ab 7 Tage vor geplanter Anreise fallen als Stornierungskosten 90 Prozent der Zimmerrate für die Anzahl der stornierten Nächte an, sofern das Zimmer nicht anderweitig belegt werden kann.

Sollte sich Ihr Aufenthalt durch eine spätere An- oder vorzeitige Abreise nachträglich verkürzen, werden 100 Prozent der Zimmerrate für die Anzahl der stornierten Nächte als Stornierungsgebühr berechnet.

Alle angeführten Stornierungskosten gelten in selber Weise auch für Begleitpersonen im selben Zimmer.

Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt in Euro, Preisänderungen vorbehalten.

LANSERHOF LIFESTYLE AT HOME

Sobald der Gedanke an eine Kur im Lanserhof heranreift, möchten viele unserer Gäste sich schon vorab ideal darauf vorbereiten. Tee statt Kaffee, vollwertige natürliche Nahrungsmittel und die Anregung von Verdauung und Stoffwechsel können dabei unterstützen.

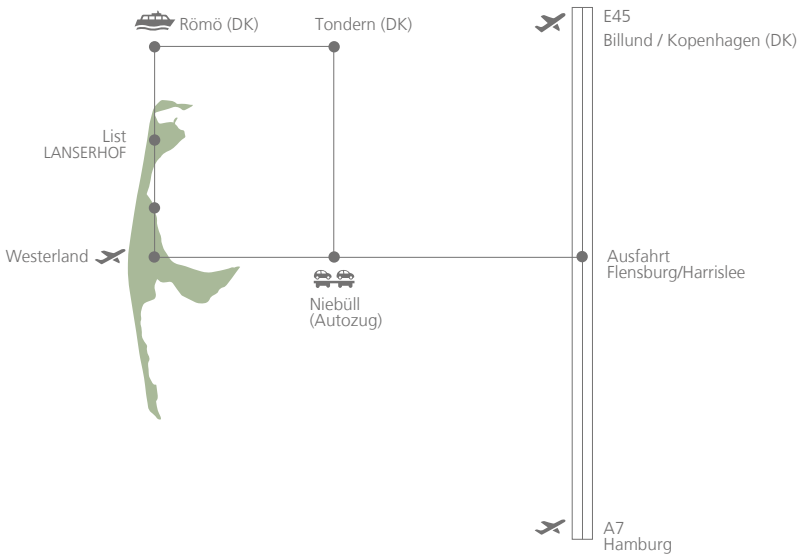
Während des Aufenthalts wächst dann bei den meisten Gästen der Wunsch, den neu erlebten gesunden Lebensstil im Alltag fortzuführen.

Unsere Kochbücher mit vielen alltagstauglichen Rezepten, wirksame Nahrungsergänzungsmittel und intensiv pflegende Kosmetik mit dem typischen Lanserhof Duft helfen mental und körperlich, den Lebenswandel langfristig umzustellen.

Alle Produkte im Lanserhof Onlineshop wurden in enger Abstimmung mit den Lanserhof Experten entwickelt und vereinen gemäß des Lanserhof Concepts ganzheitliche Gesundheit mit modernem Design.

https://shop.lanserhof.com

SO ERREICHEN SIE UNS



Lanserhof Sylt
Am Lanserhof 1, 25992 List auf Sylt
Deutschland

T +49 4651 995957-0
info.sylt@lanserhof.com

UNSERE WEITEREN STANDORTE

Lanserhof Tegernsee
Gut Steinberg 1-4, 83666 Marienstein/Waakirchen
Deutschland

T +49 8022 1880-0, F +49 8022 1880-499
info.tegernsee@lanserhof.com

Lanserhof Lans
Kochholzweg 153, 6072 Lans
Österreich

T +43 512 38666-0, F +43 512 378282
info.lans@lanserhof.com

Lanserhof Hamburg – LANS Medicum
Stephansplatz 5, 20354 Hamburg
Deutschland

T +49 40 3208832-0, F +49 40 3208832-10
info@lansmedicum.com

Lanserhof at The Arts Club
18 Dover Street, Mayfair / London W1S 4LT
Vereinigtes Königreich

T +44 20 39676969
reception@lhtac.com

LAN
SER
HOF

Impressum

Für den Inhalt verantwortlich:
Dr. Christian Harisch (GF)

Design
Lanserhof

Redaktion
Lanserhof

Fotografie
Alexander Haiden, Jenny Haimerl, Johannes Kernmayer