



### Frische Brise und Schiffe gucken – Ihr Erholungskurs an der Ostsee

Warnemünde ist das ideale Erholungsziel für alle Ostsee-Liebhaber. Das Fischerdorf bei Rostock beeindruckt durch seinen breiten, weißen Sandstrand, frische Meeresluft und den idyllischen Alten Strom mit den roten Kuttern.

Entdecken Sie Warnemünde bei Hafentourfahrten oder Führungen, erkunden Sie Ausflugsziele in der Umgebung und genießen Sie Ihren Aufenthalt an der Ostsee während Sie sich und Ihrer Gesundheit etwas Gutes tun!

### Ausstattung des Hauses

Unser Hotel „Am Alten Strom“ liegt im Herzen von Warnemünde nur wenige Gehminuten vom Strand entfernt, in unmittelbarer Nähe des Bahnhofs und zahlreicher Freizeitmöglichkeiten.

Besuchen Sie das Wellness-Vital-Thalasso-Zentrum des Hotels und gönnen Sie sich neben Ihrer Fit & Vital-Kur mit belebenden Massagen und Wellnessanwendungen Verwöhmomente.

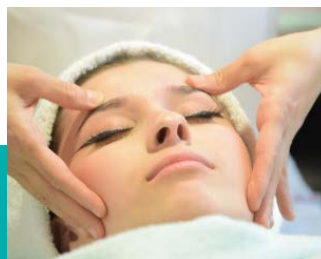
Die komfortabel ausgestatteten und individuell gestalteten Zimmer bieten Ihnen nach einem ereignisreichen Tag einen Erholungshafen. Fast alle Zimmer sind mit einem Aufzug erreichbar.

Die Halbpension umfasst ein Frühstücksbuffet sowie Abendessen (2-Gang-Wahlmenü). Das „Restaurant am Strom“, das Café „Mahlwerk“ und die Lobby-Bar „Zur Galeone“ laden Sie mit köstlichen Spezialitäten und Getränken zum Genießen und Verweilen ein!

Verschiedene Anwendungen wie Akupunktur und Massagen sind nach Absprache mit der Naturheilpraxis des Hauses zubuchbar und werden vor Ort direkt verrechnet.

### Zusätzliche Leistungen

- 1 Flasche Wasser am Anreisetag
- WLAN
- Saunanutzung



14 Tage  
ab **779 €**  
pro Person

**Fit & Vital** für Personen mit

- Degenerativen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates (Orthopädische Erkrankungen)
- Atemwegserkrankungen / Long Covid
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen

### Therapie- und Trainingsprogramm

Kompaktkur

- Therapiegespräch und Erstellung Therapieplan
- Massagen / manuelle Therapie
- Fangopackung
- Atemgymnastik
- Entspannungsübungen
- Individuelles Nordic Walking am Strand, 2 x nach Anleitung möglich

### Zusätzlich bei orthopädischen Erkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Einzel-Krankengymnastik
- medizinische Bäder (Moor oder Rügener Heilkreide)
- Elektrotherapie

### Zusätzlich bei Atemwegserkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Einzel-Krankengymnastik
- manuelle Therapie
- Atemübungen am Strand
- Bewegungslehre / Gesundheitswandern

### Zusätzlich bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen nach ärztlicher Verordnung:

- Einzel-Krankengymnastik
- Massagen
- manuelle Therapie
- Bewegungslehre / Gesundheitswandern

### Zusätzlich bei Erholung nach Corona / Long Covid nach ärztlicher Verordnung:

- Bewegungslehre / Gesundheitswandern
- Entgiftung und Entschlackung (Lymphdrainage, Ganzkörperpackung mit Rügener Heilkreide)

### Termine

Wir empfehlen die Anreise zu folgenden Terminen:

W 01: 26.01. – 08.02.2025	<b>A</b>	W 08: 07.09. – 20.09.2025	<b>C</b>
W 02: 16.02. – 01.03.2025	<b>A</b>	W 09: 28.09. – 11.10.2025	<b>C</b>
W 03: 02.03. – 15.03.2025	<b>A</b>	W 10: 12.10. – 25.10.2025	<b>B</b>
W 04: 30.03. – 12.04.2025	<b>B</b>	W 11: 26.10. – 08.11.2025	<b>A</b>
W 05: 15.06. – 28.06.2025	<b>C</b>	W 12: 09.11. – 22.11.2025	<b>A</b>
W 06: 20.07. – 02.08.2025	<b>C</b>	W 13: 23.11. – 06.12.2025	<b>A</b>
W 07: 24.08. – 06.09.2025	<b>C</b>		

Weitere Termine auf Anfrage.

### Preise pro Person

bei 13 Übernachtungen / Halbpension, Freizeitprogramm und Anspruch auf Zuschuss von 13 € / Tag

Hotel „Am Alten Strom“	Saison A	Saison B	Saison C
im Doppelzimmer	779 €	979 €	1.199 €
im Einzelzimmer	999 €	1.199 €	1.399 €

zugüglich gesetzlicher Eigenanteil am Therapie- und Trainingsprogramm, Verwaltungsgebühr sowie Kurtaxe, gesamt rd. 151 € bei orthopädischen Erkrankungen, 150 € bei Atemwegserkrankungen, 144 € bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen und 150 € bei Erholung nach Corona / Long Covid