

REDUCE MAG



REDUCE PLUS

GESUNDHEITSRESORT
BAD TATZMANNSDORF

DAS WENIGE, DAS SO VIEL IST
DIE HEILSAMEN 3

GESUNDE & VITALE MODULE
VON S BIS XL

REDUCE HOTELS
WAS UNS AUSMACHT

INHALT

UNSERE NATURHEILMITTEL	04
DIE REDUCE MODULE	10
GESUNDHEIT GANZHEITLICH BETRACHTET	22
JAHRZEHNTELANGE MASSAGEKOMPETENZ	24
ENTSPANNUNG & MEDITATION	26
REDUCE HOTEL VITAL ****S	28
REDUCE HOTEL THERMAL ****S	30
BEWUSSTER GENUSS FÜR DEN GAUMEN	32
REDUCE KURHOTELS	34
BEWEGUNGSRAUM IN BAD TATZMANNSDORF	36
ÜBERBLICK	40
WAS UNS AUSMACHT	42



DAS WENIGE

DAS SO WERTVOLL IST



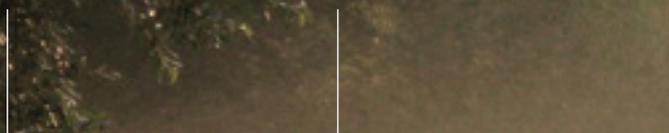
MOOR



THERMALWASSER



KOHLensäURE



DIE OPTIMALE UMGEBUNG
FÜR DIE HEILSAMEN DREI –
MOOR, HEILWASSER, THERME –
HAT EINEN NEUEN NAMEN:
REDUCE

„Weniger ist mehr“ – aus gutem Grund wurde das zum geflügelten Wort. REDUCE bringt es auf den Punkt. Befreit vom Überflüssigen, das nur belastet, führt der Weg zurück zum Eigentlichen. Es geht um das Wertvolle. Für Gesundheit und Wohlbefinden. Für entspannte Urlaubstage. Eine Weisheit, die wir in Bad Tatzmannsdorf geerdet haben. Die hier seit je aus der Tiefe wirkt. Im legendären Tatzmannsdorfer Sauerbrunnen. Im mineralischen Thermalwasser. Im heilenden Moor. REDUCE ist unsere Verbeugung vor dem Einfachen in der Natur, die uns das Wesentliche lehrt. So herzerfrischend einfach wie die Freundlichkeit der Menschen, die Sie durch Ihren Aufenthalt im Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf begleiten. So raffiniert einfach wie die regional verwurzelten Kreationen unserer Köche. So achtsam und einfach liebevoll wie die medizinische und

therapeutische Betreuung von Leib und Seele in unseren REDUCE HOTELS THERMAL****S, VITAL****S und KURHOTELS. Entschleunigung, Abschied von der Alltagshektik, das Heimfinden in der Zeit ... gelingt wie von selbst in der sanften Hügellandschaft des südlichen Burgenlands. Dieses wundervolle Einschwingen auf das Eigentliche – mehr braucht es nicht.

BESINNUNG AUF DAS WESENTLICHE

REDUCE ist schlichte Ehrlichkeit und ehrliche Schlichtheit. Wie man – nicht nur im Burgenland – sagt: „Was es wiegt, das hat's!“ Mit einer großen Tradition im Hintergrund. Mit den Fingern am Puls der Zeit, was Medizin und Therapie angeht. REDUCE ist Leben in seiner reinsten Form. ∞

EDITORIAL



„Wer Gutes bewahren will, muss für stetige Veränderung Sorge tragen!“ Diese Worte von Giuseppe Tomasi di Lampedusa haben wir beherzigt und das Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf sozusagen neu ins Jetzt gestellt. Aktuelle Trends in der Medizin haben uns den Weg gewiesen. REDUCE steht für die Befreiung von Ballast und für die Entschlackung von eingeschliffenen Gewohnheiten. Wir verstehen das auch als Einladung an unsere Gäste: Freuen Sie sich darauf, sich bei uns für das freimachen zu können, was zählt. Was wirklich zählt. Für Ihre Gesundheit. Für Ihr Wohlfühl. Ihre Lebensfreude. REDUCE ist das Abenteuer, dem Wesentlichen zu begegnen. Herzlich willkommen!

A handwritten signature in black ink, consisting of a long horizontal stroke followed by a circular flourish.

Dr. Leonhard Schneemann,
Vorstandsdirektor

NATURHEILMITTEL MOOR

Moor ist – auf einen Nenner gebracht – verdichtete Natur, zur Heilkraft gereift. Organisches Material, das Licht der Sonne, von Pflanzen eingefangen und transformiert. Von mineralischen Wassern aus der Tiefe durchdrungen. Mit der Kraft der Erde durchsetzt. Nicht zu Humus zerfallen, sondern zu einem komplexen Heilmittel gewachsen – durch die regionale Komposition der Inhaltsstoffe einmalig in seiner komplexen Zusammensetzung. Das Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf sticht den Torf im eigenen Moor – in nachhaltiger Bewirtschaftung. Nach der Anwendung wird die „schwarze Erde“ wieder ins Moor eingebracht, wo sie sich binnen zehn Jahren regeneriert.

SO WIRKSAM

Das Wesentliche am Bad Tatzmannsdorfer Moor: Es kann viel Wärme binden und langsam abgeben. Das Moor wird ohne jeden Zusatz als kräftig-kraftvolle Packung dort aufgetragen, wo es wirken soll – und das tut es ganz wunderbar bei der Behandlung von Abnützungserscheinungen der Wirbelsäule, der Gelenke und bei Rheuma. Zur Schmerzreduktion trägt die Anwendung von Moor auch nach orthopädischen Operationen bei. Oder Sie genießen „einfach so“ die wundervoll erdige Kraft und die spannende Wärme des Moores ... Ein Ausprobieren ist auch ohne ärztliche Verordnung möglich. ❧

„WENIGER IST MEHR“ GILT BEI UNS NICHT FÜR MOOR-BEHANDLUNGEN. DIE SATTE, DICKE ANWENDUNG DER MOORPACKUNGEN BRINGT ERST DIE ERWÜNSCHTE WIRKUNG.



DAS WENIGE
DAS SO WERTVOLL IST

① ② ③

NATURHEILSCHATZ
KOHLENSÄUREHALTIGES HEILWASSER





„Champagnerbad“ nennen viele dieses Wohlgefühl. Das Prickeln der Bläschen des Kohlensäuremineralwassers auf der Haut. Ein Genuss – und noch dazu ein gesunder. Das Heilwasser sprudelt hier aus zwei Quellen, machte Bad Tatzmannsdorf zum mondänen Kurbad der K.u.k.-Monarchie. Und ist heute wie eh und je ein Quell der Linderung. Für Menschen, die ihr Wohlbefinden zurückgewinnen. Für Menschen, die ihrer Gesundheit Gutes tun.

SO WIRKSAM

Das Kohlendioxid des Bad Tatzmannsdorfer Heilwassers wird über die Haut vom Körper aufgenommen, wirkt durchblutungsfördernd durch Erweiterung der Blutgefäße, erreicht die Lunge und wird wieder ausgeatmet. Herz-Kreislauf-Probleme werden ebenso positiv beeinflusst wie Störungen der Blutdruckregulierung. Als Trinkkur hilft es bei Erkrankungen des Magen-Darmtraktes und bei Stoffwechselstörungen. ∞

DAS CHAMPAGNERBAD IM KOHLENSÄUREMINERALWASSER KÖNNEN SIE EINMALIG OHNE ÄRZTLICHE VERORDNUNG ALS „KURPROBE“ GENIESSEN.

DAS WENIGE

DAS MICH BERÜHRT

NATURGEHEIMNIS THERMALWASSER

Erst 1988 erschlossen, bringt das Bad Tatzmannsdorfer Thermalwasser alle Voraussetzungen mit, um als Mineral-Thermalwasser eingestuft zu werden. Mit 34° C kommt es aus einer Tiefe von 896 Metern. Die wohltuende Entspannung der Muskulatur steht an erster Stelle. Bildet die Grundlage für zahlreiche gezielte Therapien. Lässt Leib und Seele aufleben. Der Alltag fließt wie von selbst ab. Eintauchen, aufatmen ... Thermengenuss als Gesundbrunnen.

WASSER - DER STOFF, AUS DEM DAS LEBEN KOMMT. IM BAD TATZMANNSDORFER THERMALWASSER WIRD DAS AUFLEBEN ZUR BEGLÜCKENDEN ERFAHRUNG.

SO WIRKSAM

Die entspannende Wirkung des Thermalwassers unterstützt wirkungsvoll Therapien von Rückenleiden und Beschwerden des Bewegungsapparates. Im eigenen Extensionsbecken wird die Wirbelsäule sanft gestreckt, um Bandscheibenprobleme zu lindern, begünstigt durch die Muskeln entspannende Wärme. Sprichwörtlich die „Seele baumeln lassen“. Die Entspannung im Thermalwasser fördert die Erholung bei chronischen Erschöpfungserscheinungen.



DAS WENIGE
DAS SO VIEL IST





REDUCE - MODULE, DIE OPTIMAL WIRKEN

Jahrzehnte an Erfahrung haben zu bewährten Anwendungsformen geführt – die Essenz daraus findet sich in unseren Modulen. Wir haben die Qual der Wahl reduziert auf eine übersichtliche Zahl an Paketen, die wirklich sinnvoll sind. Damit bleibt unseren Gästen die Mühe erspart, Termine, Anwendungen, Wohltaten einzeln zusammenzustellen und zu buchen. Sie entscheiden sich für Ihr optimales Modul und freuen sich darauf, in entspannter Gelassenheit Gesundheit und Wohlfühl aufleben zu lassen. Für ein verlängertes Wochenende, für einen erholsamen Kurzurlaub oder für mehrwöchige Gesundheitsferien: Zwischen S, M, L und einmal auch XL wählen Sie die perfekt maßgeschneiderte Dosis für genau die Zeit, die Sie sich und Ihrem Befinden gönnen.

Gewusst wo:

Die Module „Heilung aus der Natur“ und „Rückengesundheit“ sind aufgrund der vorhandenen Infrastruktur optimal im REDUCE HOTEL THERMAL ****S zu buchen.

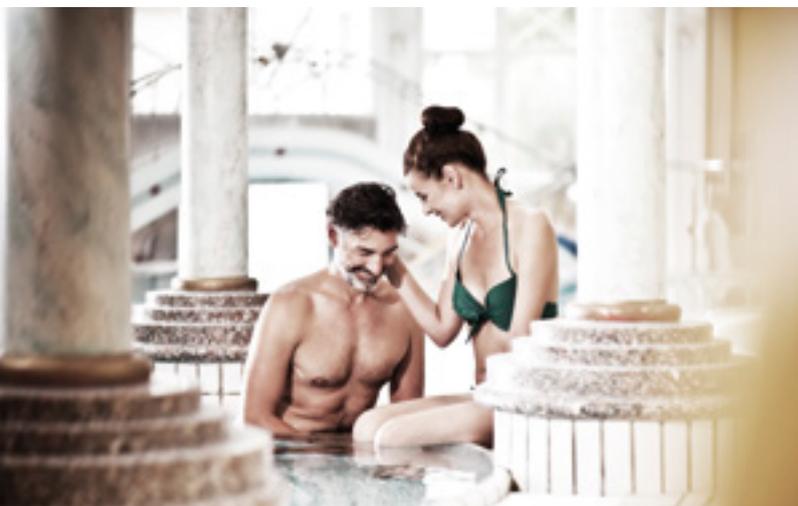
„Fit & gesund“, „Wellness & Beauty“ – diese beiden Module genießen Sie herrlich entspannt im REDUCE HOTEL VITAL ****S. Während „Relax“, das entspannende Modul, in allen Hotels zubuchbar ist. ∞

MODUL HEILUNG AUS DER NATUR

NATÜRLICH HEILUNG ERLEBEN

Für Sie schöpfen wir aus dem Vollen: Kein anderer Kurort hat wie Bad Tatzmannsdorf gleich drei Naturheilmittel zur Verfügung. Je nach Dauer Ihres Aufenthalts genießen Sie die sanft wirkende Kraft von Moor, kohlensäurehaltigem Heilwasser und Thermalwasser auf der Grundlage kurärztlicher Begleitung. Massagen oder andere vom Kurarzt verordnete Anwendungen ergänzen die gute Wirkung unserer Naturheilmittel.

Im REDUCE HOTEL THERMAL ****^s verbinden sich kurze Wege zu den Anwendungen mit dem genussvollen Lebensgefühl, sich Gutes zu tun: Heilung aus der Natur. ∞



S

EMPFOHLEN AB 3 ÜN

1 KURÄRZTLICHES
VERORDNUNGSGESPRÄCH
1 PACKUNG MIT BAD TATZ-
MANNSDORFER HEILMOOR
1 BAD IN BAD TATZMANN-
DORFER KOHLENSÄURE-
HALTIGEM HEILWASSER

M

EMPFOHLEN AB 1 WOCHE

1 KURÄRZTLICHE
UNTERSUCHUNG
5 ANWENDUNGEN MIT BAD
TATZMANNSDORFER HEIL-
MITTELN (MOOR UND/ODER
KOHLENSÄURE)
3 HEIL- ODER SPEZIAL-
MASSAGEN* JE 25 MIN.

L

EMPFOHLEN AB 2 WOCHE

2 KURÄRZTLICHE
UNTERSUCHUNGEN
(EINGANGS- & ABSCHLUSS-
UNTERSUCHUNG)
10 ANWENDUNGEN MIT BAD
TATZMANNSDORFER HEIL-
MITTELN (MOOR UND/ODER
KOHLENSÄURE)
6 HEIL- ODER SPEZIAL-
MASSAGEN* JE 25 MIN.

XL

EMPFOHLEN AB 3 WOCHE

3 KURÄRZTLICHE
UNTERSUCHUNGEN
(EINGANGS-, ZWISCHEN- &
ABSCHLUSSUNTERSUCHUNG)
15 ANWENDUNGEN MIT BAD
TATZMANNSDORFER HEIL-
MITTELN (MOOR UND/ODER
KOHLENSÄURE)
9 HEIL- ODER SPEZIAL-
MASSAGEN* JE 25 MIN.

Preise entnehmen Sie bitte der Website bzw. der aktuellen Preisliste.

* Die Massagen sind bei medizinischer Notwendigkeit mit preisgleichen Therapien austauschbar.

MODUL RÜCKENGESUNDHEIT



SCHMERZFREIER RÜCKEN – EIN STÜCK LEBENSFREUDE ZURÜCKEROBERN.

Menschen, die viel Lebenszeit sitzend oder bewegungsarm verbringen – und das sind die meisten – klagen oft über Rückenschmerzen. Unser Modul „Rückengesundheit“ bietet bewährte Anwendungen, um sich Lebensqualität und Lebensfreude zurückzuholen. Die Varianten S und M setzen vorwiegend auf Massage und präventives Training, L bietet mit medizinischer Begleitung und dem Einsatz von Moor und der Streckung im Thermalwasser ein therapeutisches Wirbelsäulenprogramm.

Im komfortablen REDUCE HOTEL THERMAL****S findet sich alles, was die Rückkehr zum beschwerdefreien Leben unterstützt. ∞



S

EMPFOHLEN AB 2 ÜN

1 RÜCKEN-INTENSIV-
MASSAGE 25 MIN.

1 PERSONAL TRAINING –
SCHWERPUNKT RÜCKEN
(FASZIEN TRAINING ODER
INDIVIDUELL)

M

EMPFOHLEN AB 4 ÜN

1 RÜCKEN-INTENSIV-
MASSAGE 25 MIN.

1 RÜCKENMASSAGE NACH
BREUSS 50 MIN.

1 CRANIO-SACRAL BALANCE
50 MIN.

1 PERSONAL TRAINING –
SCHWERPUNKT RÜCKEN
(FASZIEN TRAINING ODER
INDIVIDUELL)

L

EMPFOHLEN AB 7 ÜN

1 KURÄRZTLICHE
UNTERSUCHUNG

3 PACKUNGEN MIT BAD
TATZMANNSDORFER HEIL-
MOOR

3 STRECKBEHANDLUNGEN
IM BAD TATZMANNSDORFER
THERMALWASSER

2 X PROGRESSIVE MUSKEL-
ENTSPANNUNG

3 HEIL- ODER SPEZIAL-
MASSAGEN 25 MIN.

MODUL RELAX

GOLDENES HANDWERK IST MEHR ALS STREICHELEINHEITEN.

Massagen lösen Gespanntes, Verspanntes. Das beginnt mit dem Loslassen, mit der Bereitschaft, sich den kundigen Händen erfahrener Masseurinnen und Masseur zu überlassen – um dann im Modul „Relax“ zu erleben, wie wirkungsvoll individuell angewendete Massagen Leib und Seele aufleben lassen. Zu fühlen, wie Stressbelastungen dem goldenen Handwerk (im wahren Sinn des Wortes) der Massage nachgeben und sich lösen.

„Relax“ ist zubuchbare Entspannung für alle Gäste unseres Resorts.



S

EMPFOHLEN AB 2 ÜN

1 INDIVIDUELLE MASSAGE*
25 MIN.
1 ANTI-STRESS-MASSAGE
50 MIN.

M

EMPFOHLEN AB 4 ÜN

1 INDIVIDUELLE MASSAGE*
25 MIN.
1 ANTI-STRESS-MASSAGE
50 MIN.
1 CRANIO-SACRAL BALANCE
50 MIN.

L

EMPFOHLEN AB 7 ÜN

2 INDIVIDUELLE MASSAGEN*
25 MIN.
1 ANTI-STRESS-MASSAGE
50 MIN.
1 KLANGMASSAGE 50 MIN.
1 SEIDENHANDSCHUHMAS-
SAGE INKL. 1 PAAR SEIDEN-
HANDSCHUHE
25 MIN.

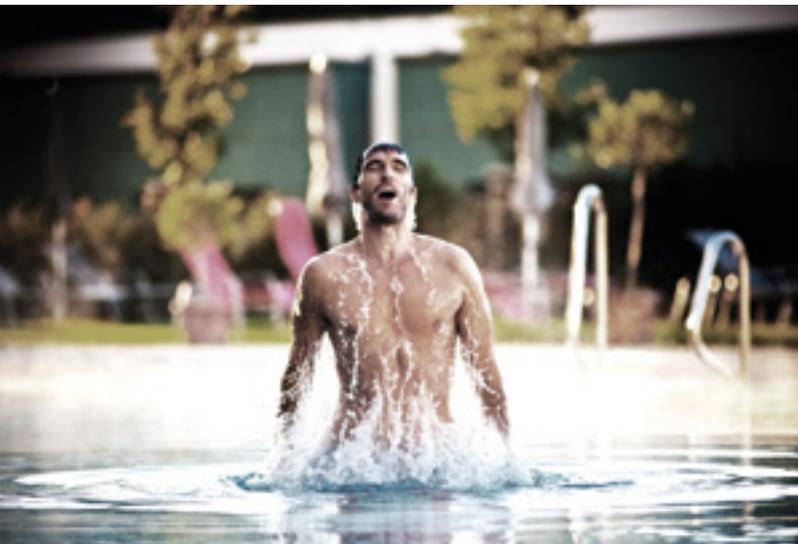
Preise entnehmen Sie bitte der Website bzw. der aktuellen Preisliste.

*Unsere individuelle Massage ist Ihre persönliche Wohlfühlmassage, die von unseren Masseurinnen und Masseuren speziell auf Sie abgestimmt wird.

MODUL FIT & GESUND

FITNESS – GRUNDSTEIN DER GESUNDHEIT

Fit zu sein beginnt mit dem Fitwerden – ein Lernprozess vor allem. Das Modul „fit & gesund“ vermittelt, wie genussvoll und angenehm es sein kann, fit zu werden. Einen Lebensstil zu entwickeln, der nachhaltige Fitness und Gesundheit bringt und aufrechterhält. Personal Training, individuelle Massagen sowie ab Modulvariante M auch das Feedback gezielter



Messungen verbinden sich mit der Einladung zu entdecken, wie gut sich Vitalität anfühlt.

Sie erleben im REDUCE HOTEL VITAL****S, wie viel Spaß und Wohlfühlgefühl es bringt, sich auf den Weg zur besseren Fitness zu machen. ∞

S

EMPFOHLEN AB 2 ÜN

1 PERSONAL TRAINING
1 INDIVIDUELLE MASSAGE*
25 MIN.

M

EMPFOHLEN AB 4 ÜN

1 PERSONAL TRAINING
1 INDIVIDUELLE MASSAGE*
25 MIN.
1 BIA-MESSUNG DER
KÖRPERZUSAMMENSETZUNG
1 LEISTUNGSDIAGNOSTIK

L

EMPFOHLEN AB 7 ÜN

1 PERSONAL TRAINING
2 INDIVIDUELLE MASSAGEN*
25 MIN.
1 BIA-MESSUNG DER
KÖRPERZUSAMMENSETZUNG
1 LEISTUNGSDIAGNOSTIK
1 FUNCTIONAL MOVEMENT
SCREEN

Preise entnehmen Sie bitte der Website bzw. der aktuellen Preisliste.

*Unsere individuelle Massage ist Ihre persönliche Wohlfühlmassage, die von unseren Masseurinnen und Masseuren speziell auf Sie abgestimmt wird.

MODUL WELLNESS & BEAUTY



REDUCE: SCHÖNHEIT BLÜHT AUS DEM WESENTLICHEN

Wo wir für die Gesundheit auf Naturheilmittel setzen, bauen wir auch bei der Schönheit auf Naturkosmetik. Die Produkte der Naturkosmetikmarken DR. GRANDEL und PHYRIS bilden die Grundlage unserer Kosmetikanwendungen und wohltuend aufbauenden Hautpflegeprogramme. Die fein aufeinander abgestimmten Komponenten finden sich in unserem Beauty-Modul wieder. Die Haut straffen, pflegen und erfrischen. Von Kopf bis Fuß und mit sichtbarer Wirkung.

Im REDUCE HOTEL VITAL****S finden Sie die perfekte Umgebung, sich nach Herzenslust verwöhnen und an die Quellen der Schönheit begleiten zu lassen: zu sich selbst. ∞

S

EMPFOHLEN AB 2 ÜN

1 GESICHTSGRUND-
BEHANDLUNG
1 BODY-BUTTERPACKUNG

M

EMPFOHLEN AB 4 ÜN

1 GESICHTSBEHANDLUNG
„TIMELESS“
1 GANZKÖRPERPEELING
1 MILCH-HONIG-PACKUNG

L

EMPFOHLEN AB 7 ÜN

1 GESICHTSBEHANDLUNG
„BEAUTY-GEN“
1 GANZKÖRPERPEELING
1 REMINALISIERENDE
SEIDENPACKUNG
1 FUSSPFLEGE
1 HANDPARAFFINPACKUNG

MEDIZIN IM EINKLANG MIT DER NATUR

AUFLEBEN, AUFATMEN, SICH BESSER FÜHLEN, BESCHWERDEN LINDERN - DAHINTER STEHT IM REDUCE GESUNDHEITSRESORT EINE HERVORRAGENDE ÄRZTLICHE BETREUUNG. DIE KOMPETENZ DES ÄRZTETEAMS BERUHT AUF LANGJÄHRIGER ERFAHRUNG MIT DER WIRKUNG UND ANWENDUNG DER NATÜRLICHEN HEILMITTEL UND MIT KOMPLEXEN HEILUNGSMECHANISMEN.
DR. MED. HERBERT MELCHART IST SEIT 32 JAHREN KURMEDIZINER UND ÄRZTLICHER LEITER DES RESORTS.



Wodurch unterscheidet sich die Kurmedizin von anderen Bereichen in der Medizin?

HM Auch am Kurort ist es Zielsetzung der Medizin, die Gesundheit zu festigen und bei bereits eingetretener Beeinträchtigung diese wiederherzustellen. Die Domäne der Kurmedizin sind aber nicht die akuten, sondern vielmehr die chronischen Erkrankungen bzw. wiederkehrende Beschwerden. Kurmedizin versteht sich nicht als Alternative zur sogenannten Schulmedizin, sondern ist ein Teil dieser, jedoch mit Besonderheiten im Hinblick auf die eingesetzten Therapiemittel und die speziellen Rahmenbedingungen, die der

Kurort für das medizinische Handeln bietet.

Was genau meinen Sie damit?
HM Die ortsgebundenen natürlichen Heilvorkommen und deren therapeutische Nutzung machen einen Ort zum Kurort. In Bad Tatzmannsdorf können wir, was diese Heilvorkommen betrifft, aus dem Vollen schöpfen. Die Natur liefert uns vor Ort gleich drei solche Heilvorkommen, nämlich kohlen säurehaltiges Mineralwasser, Moor und Thermalwasser. Alle drei werden im Gesundheitsresort schonend aufbereitet und therapeutisch eingesetzt. Kohlen säurebäder, Moorpackungen und die im Thermalwasser

stattfindende Streckbehandlung der Wirbelsäule sind die Highlights im therapeutischen Angebot unseres Gesundheitsresorts.

Stehen den Gästen darüber hinaus auch noch andere Behandlungsmöglichkeiten im Kurmittelhaus des Gesundheitsresorts zur Verfügung?

HM Die Wirkungen der natürlichen Heilmittel auf die Gesundheit werden durch sogenannte Zusatztherapien vor allem aus dem Bereich der physikalischen Medizin wie Massagen, Elektrotherapien und Heilgymnastik, aber auch mit Angeboten für die mentale Gesundheit optimiert. Auch



dafür stehen die nötigen Einrichtungen und vor allem auch bestens qualifizierte Therapeuten/Therapeutinnen der unterschiedlichen Fachrichtungen zur Verfügung.

Welche Bedeutung hat das „Kurmilieu“ für die medizinische Zielsetzung am Kurort?

HM Ein Ambiente, das darauf ausgerichtet ist, das Wohlbefinden in jeder Hinsicht zu fördern, Entlastung von Beruf und Alltag sowie einen geregelten Tagesablauf mit genügend Zeit zum Ruhen zu bieten, ist die optimale Voraussetzung für Erholung und Regeneration. Gerade in einer Zeit, in der immer mehr psychische Belas-

tungen Krankheiten mitverursachen, sind allein schon diese Gegebenheiten therapeutisch wirksam.

Was schätzen Sie an Ihrer Tätigkeit als Kurarzt besonders?

HM Wir Kurärztinnen und Kurärzte können aufbauend auf einer fundierten schulmedizinischen Ausbildung für die Gesundheit der uns anvertrauten Gäste Gutes tun, ohne auf bittere Medizin zurückgreifen zu müssen. Vielmehr steht uns die Möglichkeit offen, die natürlichen Heilvorkommen und die in der physikalischen Medizin genutzten Kräfte der Natur einzusetzen.

GESUNDHEIT, DIE UNTER DIE HAUT GEHT

Die einen begeben sich in die Hände der Masseurinnen und Masseure des REDUCE Gesundheitsresorts, weil es ärztlich verordnet wurde als Bestandteil einer Kur – die anderen genießen entspannende, Stress abbauende Massagen als Bestandteil eines REDUCE Moduls oder „einfach so“, um sich genussvoll von erfahrenen Händen verwöhnen zu lassen.

Die im REDUCE Gesundheitsresort bekannte Massagekompetenz beruht auf sehr guter Ausbildung und ständiger Weiterbildung. Das gesamte Spektrum der medizinischen Massage kommt zur Anwendung, ergänzt durch bewährte Massagetechniken aus aller Welt. Wobei – Motto REDUCE – auf alles verzichtet wird, was schnelllebige Mode ist. Der herzliche Umgangston gehört zwar nicht im engsten Sinn zum Hand-Werk des Masseurs; hier gehört er dazu. Auch das entspannt ...



HANNES STEIGER ARBEITET SEIT 1972 ALS HEILMASSEUR IM REDUCE GESUNDHEITSRESORT. SEINE SPEZIALGEBIETE SIND AKUPUNKT-MASSAGE UND AKUPRESSUR. DIE TRADITIONELLE CHINESISCHE MASSAGE HAT ER IN CHINA SELBST STUDIERT.



Was hat sich in den 45 Jahren Ihrer Tätigkeit als Heilmasseur geändert?

HS Anfangs stand die medizinische Massage im Vordergrund – im Laufe der Zeit sind sehr viele Spezialmassagen hinzugekommen. Die ärztlich verordnete Heilmassage ist geblieben. Dazugekommen ist der Trend zur Massage im Wellnessbereich. Immer mehr Leute wollen selbst für ihre Gesundheit aktiv werden und erwarten sich dafür geeignete Angebote.

Welche Rolle spielt die Erfahrung in Ihrem Beruf?

HS Sie ergänzt eine gute Ausbildung und vor allem die ständige Weiterbildung. Ich habe mir ausgerechnet, dass ich bisher rund 300.000 Massagen durchgeführt habe ... da hab ich in den Fingerspitzen, welche Methode bei welchem Gast individuell passt.

Gibt es Pläne?

HS Mir liegt die Vermittlung von Methoden zur hilfreichen Selbstanwendung von Akupressur sehr am Herzen. Da möchte ich noch einiges entwickeln ... sozusagen meinen Büchern zum Thema weitere Taten folgen lassen. ❧

DER GEZIELTE PUNKT.

HANNES STEIGER HÄLT REGELMÄSSIG WORKSHOPS ZUR SELBSTANWENDUNG VON AKUPRESSUR AB. TERMINE UND PACKAGE-PREIS ENTNEHMEN SIE DER WEBSITE ODER DER AKTUELLEN PREISLISTE.

ENTSPANNUNG & MEDITATION

Das ganzheitliche Verständnis von Gesundheit nimmt den Körper, die Physis, so wichtig wie die Seele, die Psyche. Beim Abbau von Stress und Leistungsdruck, beim Zurückfinden zu einem entspannten Lebensstil unterstützen gezielt eingesetzte Techniken der mentalen Begleitung die guten Ergebnisse von Gesundheitsferien.

DR. TOBIAS CONRAD WAR FLUGBEGLEITER UND STUDIERT BERUFSBEGLEITEND MEDIZIN. ALS ARZT HAT ER SICH IN DEN FACHBEREICHEN ALLGEMEIN-, ARBEITS- UND KURMEDIZIN SPEZIALISIERT. IM REDUCE GESUNDHEITSRESORT BIETET ER HYPNOSE- UND HYPNOSYSTEMISCHE THERAPIE SOWIE MEDITATIONSKURSE AN.



Wie kommt ein Flugbegleiter zur Hypnose?

- TC** Der Jetlag war's – ich habe nach Wegen gesucht, um mit dieser permanenten Stressbelastung umzugehen. Dabei hat mir die Autosuggestion sehr geholfen. Von dort war es nur noch ein kleiner Schritt zur medizinischen Hypnoseausbildung.

Welche Bereiche bearbeiten Sie hier?

- TC** Zum Beispiel alles, was die Stichworte „gelassen, schlank, rauchfrei“ anklängen lassen. In allen drei Bereichen haben wir gute Ergebnisse ... weil ja der Aufenthalt hier die Menschen überhaupt achtsamer gegenüber sich selbst werden lässt. Das geht auch in der Meditation in der Gruppe gut. Dazu kommt, dass ja auch die entspannende Entschleuni-

gung, die mit einem „Champagnerbad“ im Kohlensäuremineralwasser oder mit der sanften Wärme einer Moorpackung verbunden ist, schon zu Tranceerfahrungen führt, die den Menschen eine enge Beziehung zu dem vermitteln, was gut für sie ist.

Wie darf man sich Hypno-
setherapie vorstellen?

- TC** Das unterscheidet sich ganz erheblich von der Schausteller-Hypnose. Es geht um die Arbeit mit Trancezuständen verschiedener Tiefe, in denen Blockaden und Muster des Alltagsbewusstseins zugänglicher werden. Dabei muss sich niemand vor Manipulation fürchten. Es geht im Gegenteil darum, sich tiefer wahrzunehmen und auf sich selbst zu beziehen. ∞



EIN REICH DER SINNE

- ≡ WEITLÄUFIGE THERMEN-
POOLS INNEN & AUSSEN
- ≡ WHIRLPOOL
- ≡ SAUNABEREICH
finnische Sauna, Blocksau-
na am Biotop, Damensauna,
Biosauna
- ≡ SINNLICH
KlangReich, DuftReich, Fühl-
Reich, GeschmackReich,
SehReich

REDUCE HOTEL VITAL****S INSPIRIEREND UND ERFRISCHEND ANDERS



So klar gezeichnet gewinnt das Wesentliche unverwechselbaren Charakter: Klare Linien dominieren im REDUCE HOTEL VITAL****S. Eine erfrischende Umgebung für bewegte Zeiten. Elegant im sanften Bogen geschwungen dort, wo die Naturheilkraft zu Tage tritt – im Bereich der 2000 m² großen Thermen-, Sauna- und Sinneswelt, die großzügig verglast Innen- und Außenbereich verbindet. Ebenso harmonisch und einladend präsentieren sich die Zimmer und Suiten, modern, komfortabel und mit allem versehen, was den Aufenthalt zum Vergnügen für Leib und Seele macht.



TIPP

MODUL FIT & GESUND

M

- 1 PERSONAL TRAINING
- 1 INDIVIDUELLE MASSAGE
25 MIN.
- 1 BIA-MESSUNG DER
KÖRPERZUSAMMENSETZUNG
- 1 LEISTUNGSDIAGNOSTIK

Preise entnehmen Sie bitte der Website bzw. der aktuellen Preisliste.

REDUCE HOTEL THERMAL****S BEHAGLICHKEIT & WÄRME



Reizvoll in die umgebende Natur des burgenländischen Hügellandes eingebettet, empfängt das REDUCE HOTEL THERMAL****S mit seinen beiden Flügeln den Gast wie mit ausgebreiteten Armen. Die offene Weite der Räume atmet den Charme eines Hauses mit guter Tradition und allem, was Menschen gern genießen. Der Gesundheit entspannende, erholsame Tage

gönnen und gut und tief schlafend in den luxuriösen Komfortzimmern und -suiten den Körper regenerieren. Im 2.000 m² großen Thermen- und Wellnessgarten aus dem Vollen schöpfen ...

Doppelter Thermengenuss: Die Thermen- und Wellnessbereiche beider Hotels sind durch wetterfeste Gänge verbunden und für alle Hotelgäste zugänglich. ∞



**ZUM ERHOLEN
UND ZUM TRÄUMEN**
THERMENGARTEN MIT REICH
AN MASSAGEDÜSEN UND
-BÄNKEN AUSGESTATTETEN
THERMENPOOLS, ZAUBER-
HAFTER LIEGEWIESE MIT
NATÜRLICHEM BAUMSCHAT-
TEN, SAUNABEREICH MIT
SUDATORIUM, TEPIDARIUM,
LACONIUM, FRIGIDARIUM,
KRÄUTERSAUNA, SAUNAHOF

TIPP

MODUL RÜCKENGESUNDHEIT

M

1 RÜCKEN-INTENSIV-
MASSAGE 25 MIN.

1 RÜCKENMASSAGE NACH
BREUSS 50 MIN.

1 CRANIO-SACRAL BALANCE
50 MIN.

1 PERSONAL TRAINING –
SCHWERPUNKT RÜCKEN
(FASZIEN TRAINING ODER
INDIVIDUELL)



Preise entnehmen Sie bitte der Website bzw. der aktuellen Preisliste.

BEWUSSTER GENUSS FÜR DEN GAUMEN

DIE SPANNENDE, GESUNDE ALTERNATIVE

Vegane Ernährung wird von immer mehr Menschen geschätzt – aus vielen guten Gründen. Das REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf bietet seinen Gästen die Wahl: Vegane Genüsse stehen täglich auf der Speisekarte. Ergänzend zur Auswahl an Köstlichkeiten aus der konventionellen Küche. Niemand wird gezwungen – alle sind herzlich eingeladen, Vorurteile abzubauen und zu kosten, wie gut vegane Spezialitäten schmecken.

Gern präsentiert sich das REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf hier als Vorreiter – so konsequent bietet in Österreich und wohl auch in Europa derzeit niemand die vegane Alternative an, nämlich sowohl in unseren 4*-Thermenhotels als auch während eines bewilligten Kuraufenthaltes in unseren Kurhotels.

KOCHSEMINARE FÜR UNSERE GÄSTE MIT HAUBENKUCH SIEGFRIED KRÖPFL, BUCHAUTOR UND COACH DER KÜCHENCREWS IM REDUCE GESUNDHEITSRESORT.

SCH(M)ATZKAMMER BURGENLAND

Was liegt näher als guter Geschmack und regionale Rezepturen, die als Geheimnisse gehütet werden. Was die Region an geschmackvoller Vielfalt hergibt, kommt auf den Küchentisch. Das gilt für leckeren Spargel, für frischen Fisch, für Getreideprodukte und vieles mehr.



VEGAN. SEITENSPRUNG ODER LEBENSEINSTELLUNG.



„IM GESUNDHEITSRESORT VEGAN ZU KOCHEN IST AUCH DESHALB EIN VERGNÜGEN, WEIL ES REGIONAL SO TOLLE PRODUKTE GIBT. BIOLOGISCHER SOJA-ANBAU, TOFU IN SPITZENQUALITÄT, ES GIBT SOGAR REIS AUS DEM BURGENLAND ... VOM TOLLEN GEMÜSE, GETREIDE, WEIN GANZ ZU SCHWEIGEN. DAS TUT AUCH DEM ÖKOLOGISCHEN FUSSABDRUCK DIESER KÜCHE GUT. MIT GROSSER FREUDE UND NOCH MEHR ÜBERZEUGUNG GEBE ICH MEIN WISSEN ÜBER DIE VEGANE KÜCHE ANS RESORT WEITER – UM DIE ALLSEITS GESCHÄTZTE PALETTE BISHERIGER KÖSTLICHKEITEN UM VEGANE GERICHTE ZU BEREICHERN.“

SIEGFRIED KRÖPFL,
HAUBENKOCH & VEGANER COACH DES REDUCE KÜCHENTEAMS



„MYTHEN UND FALSCHER INFORMATIONEN VERUNSICHERN GERADE IN PUNCTO VEGANE ERNÄHRUNG. ALS DIÄTOLOGIN IST DIESE KOOPERATION MIT HAUBENKOCH SIEGFRIED KRÖPFL EIN MEILENSTEIN. DAS WIRD FÜR MANCHEN DIE SCHWELLE SENKEN, SICH VEGANES AUF DER ZUNGE ZERGEHEN ZU LASSEN ... UND DIE SEGENSREICHEN AUSWIRKUNGEN AM EIGENEN KÖRPER ZU SPÜREN!“

KARIN WEINGRILL, M.A. – GESUNDHEITSMANAGERIN UND DIÄTOLOGIN

REDUCE KURHOTELS KUR UND GESUNDHEITSVORSORGE AKTIV

DIE BAD TATZMANNSDORFER KUR

Eine – von Ihrer Versicherung finanzierte – Kur in Bad Tatzmannsdorf muss von einem Arzt oder einer Krankenhausabteilung auf Grundlage einer ärztlichen Diagnose beantragt und vom zuständigen Sozialversicherungsträger bewilligt werden. Als Indikationen kommen für Bad Tatzmannsdorf grundsätzlich Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat sowie Herz-Kreislauf-Beschwerden in Frage, wobei mit den Sozialversicherungen zurzeit nur für die Indikation Stütz- und Bewegungsapparat Verträge bestehen. Ein Kuraufenthalt dauert in der Regel drei Wochen. Die drei Naturheilmittel von Bad Tatzmannsdorf werden ergänzt mit einem breiten Angebot an Behandlungen und Anwendungen. Erfahrene Ärztinnen und Ärzte und Therapeut(inn)en verordnen, überwachen und begleiten den gesundheitlichen Erfolg des Aufenthalts. „Eine Kur ist ein komplexes Geschehen, das einen ganzheitlichen Ansatz bedingt“, bestätigt Dr. Herbert Melchart, ärztlicher Leiter des Kurzentrums. Wissenschaftlich belegt wurde die Wirksamkeit der Bad Tatzmannsdorfer Kur auch in Studien des „Ludwig-Boltzmann-Instituts zur Erforschung physiologischer Rhythmen“.

NEU

GESUNDHEITSVORSORGE AKTIV

2014 wurde die Kooperation mit der Pensionsversicherungsanstalt auf das neue Präventionsmodell „Gesundheitsvorsorge aktiv“, ausgeweitet. Erwerbsfähige Menschen nehmen dieses mit dem Ziel, einen neuen, gesundheitsfördernden Lebensstil zu erlernen und einzubüßen, in Anspruch. Im Vordergrund stehen dabei ein hochwertiges Kurprogramm für den Bewegungs- und Stützapparat und eine bedarfsorientierte Schwerpunktsetzung aus den einzelnen Modulen Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit.

Sowohl Kurgäste als auch Teilnehmerinnen an „Gesundheitsvorsorge Aktiv“ werden in den Kurhotels des REDUCE Gesundheitsresorts Bad Tatzmannsdorf beherbergt. 



ENTNEHMEN SIE WICHTIGE
INFORMATIONEN ZUM KUR-
AUFENTHALT, ÜBER INDIKA-
TIONEN, VERTRAGSPARTNER
UND DEN KURANTRAG UNSE-
RER WEBSITE.



BEWEGUNGSRAUM IN BAD TATZMANNSDORF

Lustwandeln im Kurpark unter schattigen Bäumen – schon Franz Grillparzer erholte sich hier und schrieb: „Heute ist mir etwas Wunderliches geschehen: Ich habe im Gehen geträumt!“ Ein Erlebnis, das unsere Gäste oft und gern nachvollziehen. Für vitalere, sportlichere Formen der Lust auf Bewegung bieten Bad Tatzmannsdorf und seine idyllische Umgebung Verlockungen und Herausforderungen für jedes Temperament. Als Einladung, sich wieder einmal richtig zu spüren. Wer lieber entspannt Land und Leuten auf die Spur kommen will, findet reizvolle Ziele in großer Zahl in der näheren Umgebung.



#1 BEWEGUNG OHNE ENDE

138 km bestens markierte Laufrouen sowie 280 km optimal beschilderte Wander- und Walkingwege in Österreichs erster Lauf- und Walking-Arena. Tipp: Nordic-Walking-Touren mit unseren Personal Trainern.

#2 EL DORADO FÜR RADLER

Leicht kupiertes Hügelland für sportliches Lebensgefühl und willkommene Trainingseffekte. Für Genussradler mit dem E-Bike müheloses Rollen durch die bezaubernde Landschaft.

#3 OASEN IM GRÜNEN

Der Kurpark ist die grüne Lunge des Ortes. An der großen Population an Vögel- und Eichkätzchenfamilien kann man sich nicht sattsehen und -hören. Weitere Tipps: unser Rosenpark vor dem HOTEL THERMAL sowie der Poetenhügel.

#4 GOLFPARADIES IN BAD TATZMANNSDORF

Der 9-Loch-Lichtenwaldplatz mit Ganzjahresbetrieb, der 18-Loch-Tschabachplatz für die Jahreszeiten, in denen das Green saftig grün ist. Wir sind Golfpartner – Sie erhalten 10 % auf das Greenfee.





#5 FREILICHTMUSEUM UND HEURIGEN
 Durch die Geschichte der Region spazieren im Freilichtmuseum Bad Tatzmannsdorf – dem bäuerlichen Leben von einst nachspüren und im idyllischen Heurigen burgenländische Weinkultur verkosten.

#6 KULTOUR
 Zum Beispiel die imposante Burganlage der jüngsten Stadt des Burgenlands, Stadtschlaining, mit dem historischen Wanderweg durch Stadt und Burg.

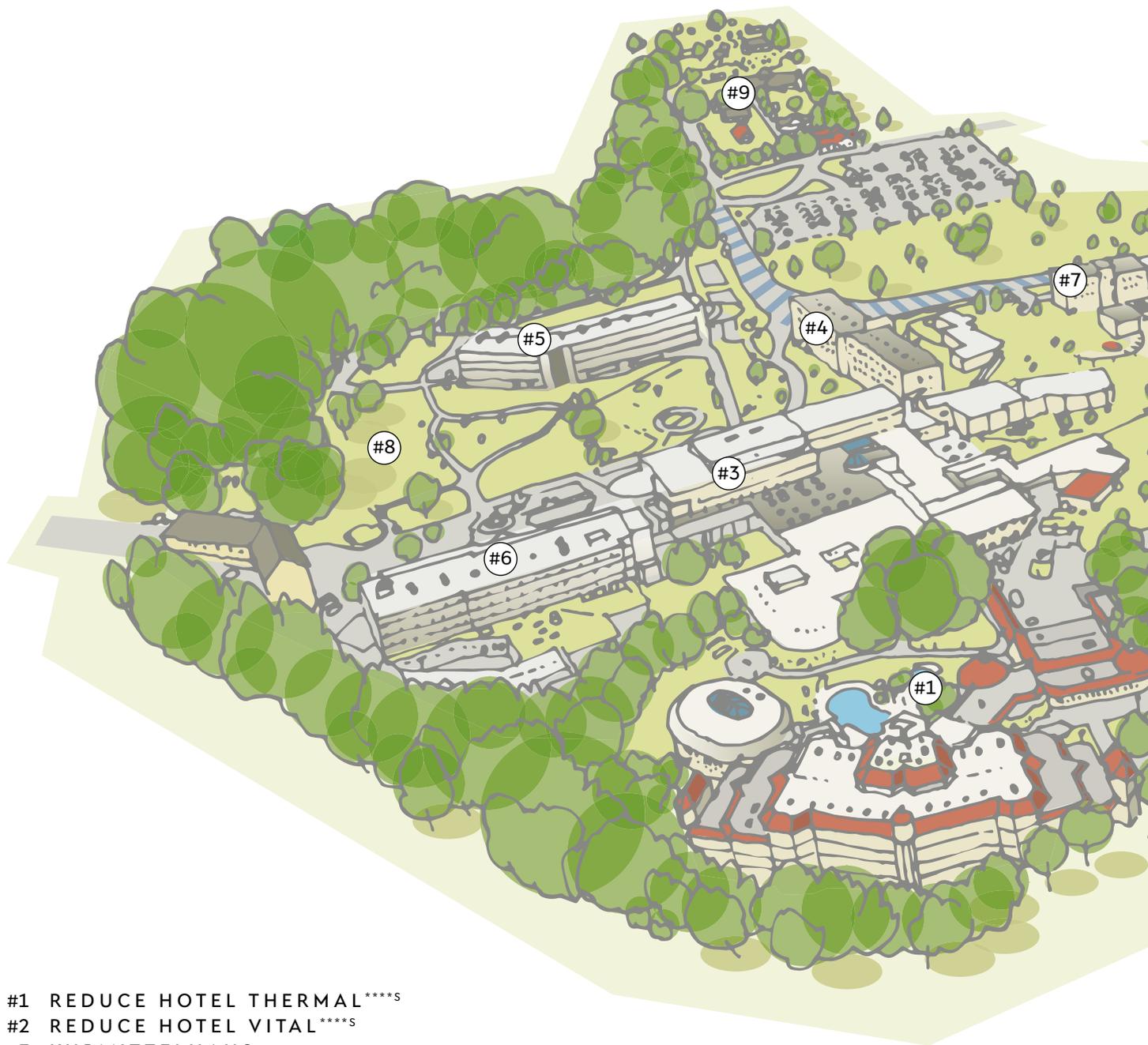
#7 DEM UHUDLER AUF DER SPUR
 Ein Abstecher ins südburgenländische Heiligenbrunn bringt die Bekanntschaft mit dem raren Direktträger, wie der Wein aus unveredelten Rebsorten auch genannt wird. Zu verkosten auch in unserem Heurigen und unserer Vinothek im REDUCE HOTEL VITAL ****S.

#8 DAS FUNKELN DES EDELSERPENTINS
 Das Schaubergwerk in Bernstein führt in die Welt unter Tage. Faszinierende Mineralien werden gezeigt, und der Edelserpentin offenbart seine Geheimnisse.



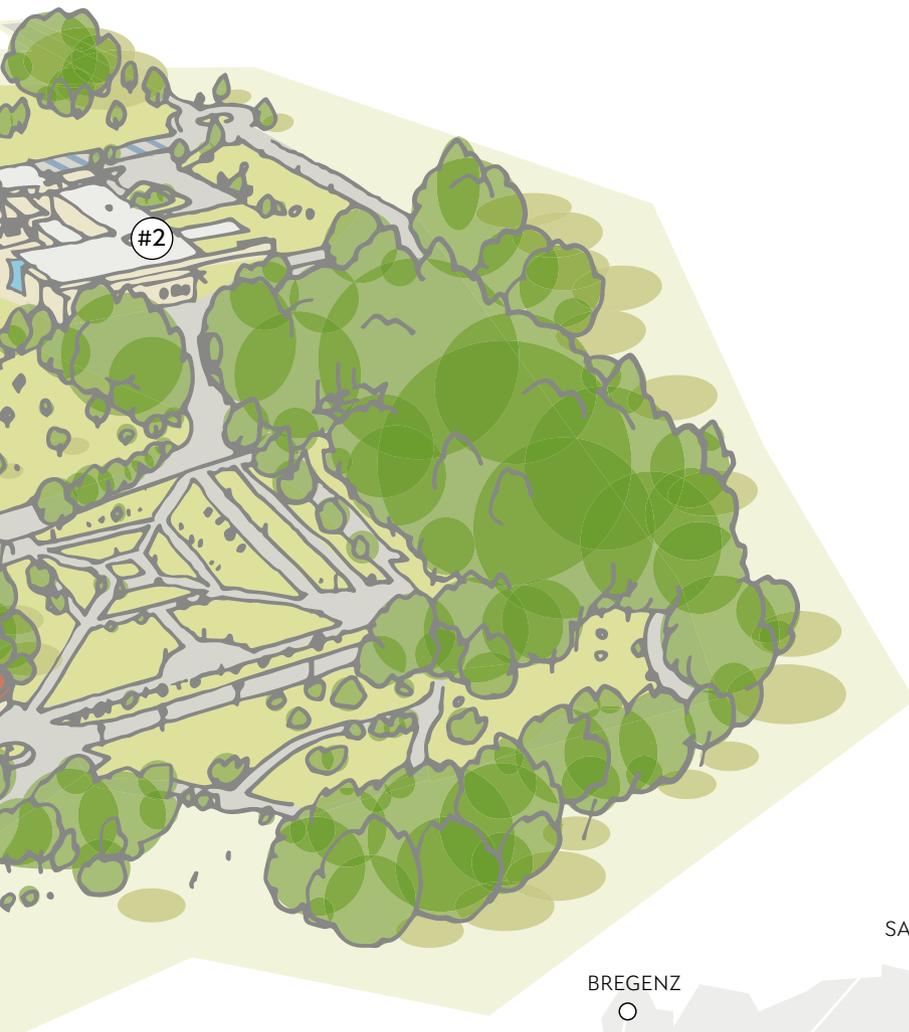


ÜBERBLICK



- #1 REDUCE HOTEL THERMAL****S
- #2 REDUCE HOTEL VITAL****S
- #3 KURMITTELHAUS
- #4 KURHOTEL I
- #5 KURHOTEL II
- #6 KURHOTEL III
- #7 KURHOTEL IV (BATTHYÁNY)
- #8 KURPARK
- #9 FREILICHTMUSEUM & ARKADENHEURIGER

ANREISE



ENTFERNUNGEN

Wien 120 km

Flughafen Wien-Schwechat 130 km

Graz 90 km

BUSVERBINDUNG

Dr. Richard-Südburg, täglich, Linie G1

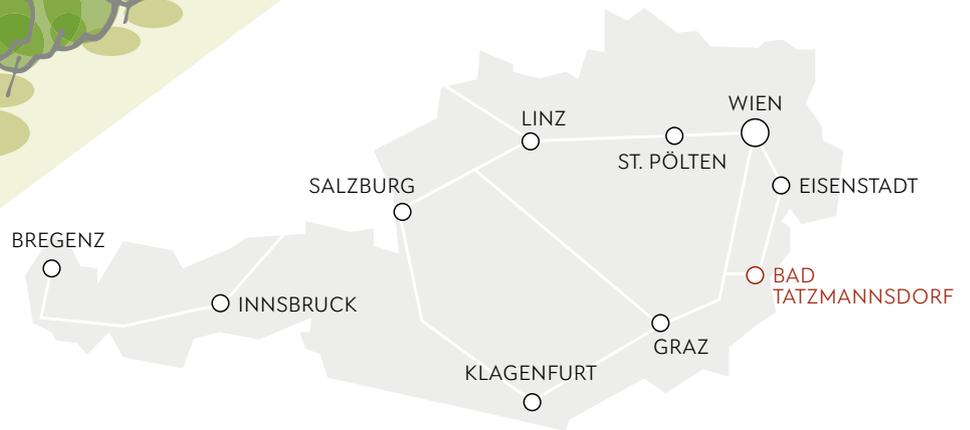
Auskunft: +43 (0) 1 33100

SAMMELTAXI

Taxiunternehmen Sodl Abholung von Ihrer Wohnung direkt zu unseren Hotels.

Tel +43 (0) 3353 / 8322

Auf Anfrage organisieren wir einen individuellen Transfer aus Graz oder Wien. Kontaktieren Sie uns bezüglich der Kosten.



REDUCE – WAS UNS AUSMACHT

DAS WENIGE, DAS SO WERTVOLL IST
JEDE GENESUNG LÄSST SICH ZURÜCKFÜHREN
AUF DAS WENIGE, DAS HILFT. DAVON HABEN WIR
VIEL. UNSER ANGEBOT: DAS WESENTLICHE, FREI
VOM BALLAST DES ÜBERFLÜSSIGEN: REDUCE.

#1 DAS WIRKLICH WICHTIGE.

Anders gesagt: Das, was wirkt, ist das Wertvolle. Darauf führen wir alles zurück. Das steht hinter allem, was wir tun.

#2 MOOR, HEILWASSER, THERME. DAS EINMALIGE DREIGESTIRN.

Wir nehmen's, wie's kommt. Aus der Erde. Und wenden es genauso an. Unverfälscht, zu Ihrem Wohl. Über Jahrtausende gereiftes Moor. Heilwasser mit natürlicher Kohlensäure. Thermalwasser mit Tiefenkraft.

#3 EINFACH NUR HERZLICH. AUS DER MITTE.

Freundlichkeit und Gastfreundschaft, die aus dem Herzen kommen, stecken an. Wir mögen Menschen. Freuen Sie sich darauf!

#4 MIT STOLZ REGIONAL. WURZELN NÄHREN.

Die Magie unserer Region erleben. Die Energie einer bezaubernden Landschaft. Die Kraft der burgenländischen Erde in unseren Lebensmitteln. Die Tradition eines Ortes, der sich seit Jahrhunderten dem Gesundwerden von Menschen verschrieben hat.

#5 SCHMECKT. LEIB UND SEEL' SCHNURREN.

Gute Laune kann man essen. Ob vegan, Vollwert oder Hausmannskost. Wir zaubern gern ein sattes Lächeln auf Ihre Lippen!

#6 ALLE ZEIT DER WELT. ENTSCHLEUNIGEN MACHT FREI.

Das Wirkliche entfaltet sich in der Zeit. In der Anmut der Gelassenheit. Drum gehen bei uns die Uhren anders. Und Zeit wird wertvoll.

#7 KEIN PLATZ FÜR ALLTAG. STRESS WAR GESTERN.

Unsere Einladung: Sie können Ihr Daheim daheim lassen. Einfach im Hier und Jetzt ankommen. Das Wesentliche, was wirklich zählt, ist Ihr Leben.

#8 BALLASTFREI. FEDERLEICHTE GESUNDHEITSTAGE.

Was immer Sie beschweren mag – lassen Sie es unsere Sorge sein. Übergeben Sie es dem Moor. Überlassen Sie es dem Champagnerbad unseres Heilwassers. Lassen Sie sich tragen und wärmen vom Thermalwasser.

#9 BESCHWINGT. WOHLGEFÜHL ERLAUBT.

Auf den sanften Wellen der Entspannung gleiten. Sich verwöhnen ... lassen. Das Leben atmen. Das ist es.

#10 NACHHALTIG. BLEIBENDES ZÄHLT.

Nachhaltigkeit ist das verbindliche Prinzip für alles, was wir tun. Wir schulden es der Erde, die uns an diesem Ort so reich beschenkt. Wir freuen uns, wenn unsere Gäste bei uns den Pulsschlag des Wesentlichen verspüren. Und nachhaltig mitnehmen.

IM WANDEL DER ZEIT



1650

Aufnahme des Heilbadebetriebs und Intensivierung der Lieferungen von Mineralwasser nach Wien

1621

Erste urkundliche Erwähnung der Heilquellen (Regensburger Chronik)

1763

Erste wissenschaftliche Erforschung des Tatzmannsdorfer Sauerwassers



1889

Medizinische Erschließung des Moorlagers

1893

Mehr als 1.900 Kurgäste besuchen Bad Tatzmannsdorf



1988

Bei einer Bohrung wird eine Thermalquelle gefunden





UM 1850

Die feine Gesellschaft
entdeckt - wie hier
am Hauptbrunnen
und dem Gästehaus
- das heilbringende
Kurleben von Bad
Tatzmannsdorf.





REDUCE

HOTEL THERMAL*** | HOTEL VITAL***** | KURHOTELS**

Tel.: +43 3353 8200, Hotel Thermal DW: 50, Hotel Vital DW: 60, Kurhotels DW: 40
Am Kurplatz 2, 7431 Bad Tatzmannsdorf

WWW.REDUCE.AT