



Das Traditionshaus mit Zeitgeist



AYURVEDA MEDIZIN  
GESUNDHEITZENTRUM BAD BOCKLET  
IM KUNZMANN'S HOTEL

**AYURVEDISCHE MEDIZIN**  
DAS WISSEN VOM LANGEN LEBEN



DONA FRANCIS, LEITENDE AYURVEDA-MEDIZINERIN



Herzlich  
Willkommen

## IM KUNZMANN'S HOTEL & DEM AYURVEDA ZENTRUM

Ayurveda ist die traditionelle indische Naturheilkunde – von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) anerkannt – die den Menschen in seiner Gesamtheit betrachtet: körperlich, mental und sozial. Sie begleitet ihn auf seinem individuellen Weg zur Heilung und Gesundheit. Ziel ist es, den Menschen ganzheitlich in Balance zu bringen – physisch, mental und emotional. Damit leistet Ayurveda einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsvorsorge und zur Förderung gesunder Langlebigkeit (Longevity), die nicht nur das Lebensalter betrifft, sondern die Qualität jedes einzelnen Lebensabschnitts.

Ernährung, Bewegung, Ruhe und Therapie sind auf den individuellen Menschen abgestimmt. Es entsteht Raum für echte Gesundheit – und für ein Leben voller Energie, Klarheit und innerer Stärke.

Unter der medizinischen Leitung von Dona Francis B.A.M.S., Ayurveda-Medizinerin aus dem südindischen Kerala mit fünfjährigem Studium an der Universität von Kannur, bieten wir authentische Ayurveda-Medizin in höchster Qualität. Unterstützt wird sie von zwei erfahrenen Kolleginnen und einem Team aus zehn qualifizierten Therapeuten – unter der Verantwortung eines deutschen Arztes. Umrandet in unser elegantes 4\*\*\*\*S Hotel mit ayurvedischer Spitzen-Kulinarik erwartet Sie ganzheitliche Betreuung inmitten herrlicher Natur direkt am weitläufigen Kurpark im Tal der fränkischen Saale.

Ayurvedazentrum Deutschland &  
Kunzmann's Team



# Das Wissen vom langen Leben - Balsam für Körper & Seele

## AYURVEDA

### BRÜCKENSCHLAG NACH EUROPA

Im Jahr 2006 erkrankte die Gründerin des Ayurveda-Zentrums Deutschland, die Gesundheitsökonomin **Ebba-Karina Sander**, schwer. Während ihrer Therapie in deutschen Kliniken begegnete sie einem jungen indischen Arzt, der ihr erstmals von Ayurveda erzählte – der jahrtausendealten, traditionellen Heilkunst Indiens mit dem Ziel, Gesundheit, Vitalität und ein langes Leben zu fördern.

Aus Neugier wurde Überzeugung: Nach Abschluss ihrer medizinischen Behandlung reiste sie erstmals nach Indien und unterzog sich dort einer ayurvedischen Aufbaukur zur Stärkung ihres Immunsystems.

Diese Erfahrung war so tiefgreifend, dass sie die Kuren in den folgenden Jahren regelmäßig wiederholte – stets mit dem Wunsch, nicht nur zu genesen, sondern ganzheitlich gesund zu leben.

2013 entschloss sie sich, dieses wertvolle Wissen auch anderen zugänglich zu machen –

Die seit 2014 bestehende Partnerschaft zwischen Ebba-Karina Sander und der Familie Kunzmann entwickelt sich kontinuierlich weiter – getragen von gemeinsamen Werten, Innovationskraft und dem festen Ziel, das Wohl unserer Gäste in den Mittelpunkt zu stellen. Auch in Zukunft wird diese erfolgreiche Zusammenarbeit wachsen und neue Maßstäbe setzen.

und brachte den medizinisch fundierten Ayurveda nach Deutschland. Ihre langjährige berufliche Erfahrung im Gesundheitswesen bildete dafür die ideale Grundlage. In Kooperation mit der Familie Kunzmann und mit Unterstützung der lokalen Behörden entstand das Ayurveda-Zentrum Deutschland.

**Am 1. Mai 2014 wurde die Abteilung offiziell im Kunzmann's Hotel eröffnet.**

Ziel war und ist es, Ayurveda in seiner authentischen und therapeutisch fundierten Form auf höchstem Niveau anzubieten – klar abgegrenzt von den vielerorts verbreiteten Wellness-Interpretationen.

Deshalb arbeitet das Zentrum ausschließlich mit universitär ausgebildeten Ärzten aus Indien sowie erfahrenen Therapeuten aus Südinien, die durch ihre Kompetenz, Herzlichkeit und ihr einfühlsames Wesen unsere Gäste nachhaltig begleiten.



EBBA-KARINA SANDER, MBA, GRÜNDERIN & GESCHÄFTSFÜHRERIN  
SANDER HEALTH GMBH







DAS AYURVEDA- THERAPEUTEN- TEAM









## DIE AYURVEDISCHE MEDIZIN

# Das Wissen vom langen Leben

Ayurveda ist seit über 5.000 Jahren das traditionelle indische Medizinsystem und stellt bis heute die hausärztliche Versorgung für über 1,4 Milliarden Menschen auf dem indischen Subkontinent dar. Als von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) anerkanntes Naturheilverfahren betrachtet Ayurveda den Menschen in seiner Gesamtheit – körperlich, mental und sozial. Es begleitet ihn auf seinem individuellen Weg zur Heilung und Gesundheit, mit dem Ziel, Körper, Geist und Emotionen in Balance zu bringen. Damit leistet Ayurveda einen entscheidenden Beitrag zur Gesundheitsvorsorge und zur Förderung gesunder Langlebigkeit (Longevity), die nicht nur das Lebensalter betrifft, sondern die Qualität jedes einzelnen Lebensabschnitts.

Im Ayurveda unterscheidet man drei Haupt-Doshas (Energie-Typen), die jeweils eine individuelle Ernährung und Therapie erfordern:

### **+ VATHA**

Das Luft-Element, häufig sehr schlanke Menschen, phantasievoll, leicht nervös, häufig mit kalten Händen und Füßen.

### **+ PITTA**

Das Feuer-Element, für Menschen mit viel Energie und Gestaltungskraft.

### **+ KAPHA**

Das Strukturprinzip, steht für Stabilität.

Ein Mensch ist gesund, wenn er sich seinem Dosha entsprechend ernährt und sein Leben gestaltet. Wenn er dauerhaft Grundregeln missachtet, entstehen Störungen und Schlacken im Körper und daraus im Laufe der Zeit chronische Krankheiten. Im Ayurveda werden daher die Ursachen einer Krankheit behandelt und behoben, nicht die Symptome bekämpft.



DONA FRANCIS B.A.M.S & IHR AYURVEDA- MEDIZINERINNEN- TEAM







## AYURVEDA

# DIE DREI SÄULEN DER GESUNDHEIT



### THERAPIE

Eine der drei Säulen stellt die für jeden Gast persönlich und individuell verordneten Behandlungen dar. Der Fokus liegt insgesamt auf den Bereichen unseres Lebens, für die wir selbst verantwortlich sind.



### ERNÄHRUNG

Eines der wichtigsten Elemente des Gesundheitssystems Ayurveda ist die Ernährungslehre. Diese ist abgestimmt auf den jeweiligen Konstitutionstyp, die richtige Speisekombination und die richtige Uhrzeit des Essens.



### YOGA & MEDITATION

Im Yoga steht die Eigenaktivität im Vordergrund, die durch Asanas (Übungen) und Pranayama (Atemübungen) sowohl den Körper als auch den Geist geschmeidig und beweglich erhalten. In der Meditation beruhigt sich der flirrende Geist, lernt Gedanken loszulassen, um eine innere Ordnung und Klarheit zu erreichen.



# DIE AYURVEDA- THERAPIE

Nach sorgfältiger Diagnostik durch Untersuchung von Augen (Iris), Puls und Zunge, sowie auf Basis der Informationen aus Ihrem Gesundheitsfragebogen, legt der Arzt das ganz persönliche Behandlungskonzept für Sie fest. Die Behandlungsmaßnahmen werden in der täglichen Sprechstunde überprüft und gegebenenfalls angepasst.

Zu den Anwendungen gehören Massagen, Dampfbäder, Inhalationen und Kräutergüsse.

Während einer Ayurveda-Behandlung ist die Ernährung köstlich ayurvedisch und rein vegetarisch, um den Körper zu entlasten.

Tägliche Yogastunden unter Anleitung bringen Sie in Einklang.

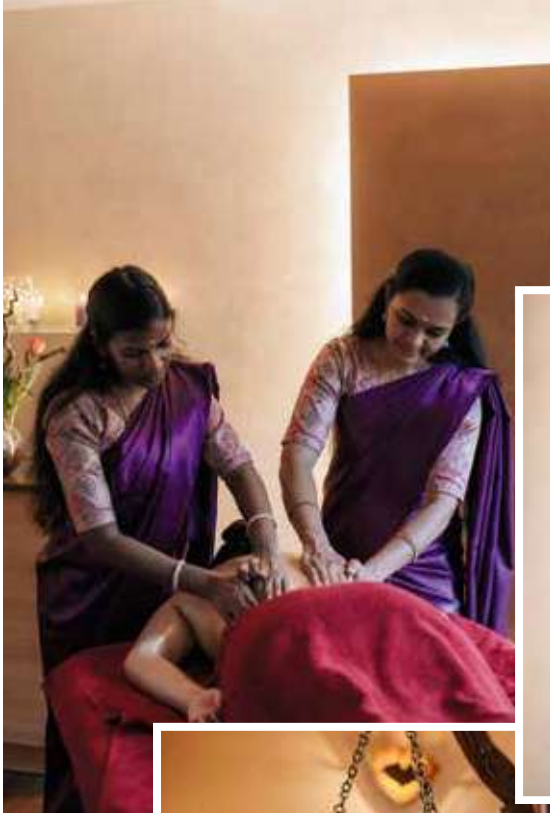
Für eine nachhaltige Besserung ist eine Reflektion und Veränderung des Lebensstils erforderlich.

## **WAS KANN BESONDERS GUT BEHANDELT WERDEN?**

Viele chronische Erkrankungen können mit ayurvedischer Medizin gut behandelt werden, insbesondere sind das:

- + Rheuma, Fibromyalgie und Arthrose
- + Schmerzsyndrome, z. B. alle Arten von Kopfschmerz, Migräne, Rückenschmerzen
- + Hauterkrankungen wie Ekzeme, Neurodermitis, Psoriasis, neurologische Erkrankungen und Lähmungen z. B. nach einem Schlaganfall
- + Burnout und andere psychosomatische Erkrankungen
- + Störungen im Verdauungssystem
- + Schlafstörungen
- + Stress und Erschöpfung
- + Long-/Post-Covid-Syndrom
- + Unterstützung bei Kinderwunsch
- + Förderung gesunder Langlebigkeit (Longevity) und aktiver Lebensqualität





Ayurveda ist weit mehr als eine Heilkunde – es ist ein Lebenskonzept, das auf Prävention, Regeneration und langfristige Vitalität ausgerichtet ist. In der modernen westlichen Medizin wird dies heute unter dem Begriff Longevity zusammengefasst. Ayurveda liefert hierzu seit Jahrtausenden bewährte Strategien.





# AYURVEDISCHE ERNÄHRUNG

## EINES DER WICHTIGSTEN ELEMENTE

Beinahe jeden Morgen treffen sie sich, um sich über das leibliche Wohl unserer Gäste und deren bedarfsgerechte Ernährung Hand in Hand auszutauschen: Die medizinische Leitung des Ayurveda-Zentrums und das Küchenteam der Kunzmann's Kulinarik. Denn die Ernährung ist, neben den Körpertherapien und der Anpassung des Lebensstils, eine der drei Behandlungssäulen der ayurvedischen Medizin. Die rein vegetarischen Mahlzeiten werden in unserer Küche nach ayurvedischen Richtlinien täglich frisch zubereitet. Wir halten es mit der Weisheit „Lasst eure Nahrung Medizin sein und eure Küche sei eure Apotheke...“. Um bestmögliche Ergebnisse durch die Verpflegung unserer Gäste zu

erreichen, setzen wir auf einen festgelegten Menüplan. Dieser wird gemeinsam mit der medizinischen Leitung erstellt und auf die Bedürfnisse der Behandlung sowie auf Allergien und Unverträglichkeiten täglich abgestimmt. Als Rohstoffe verwenden wir regionale Qualität kombiniert mit Zutaten aus dem ayurvedischen Ursprungsland Indien.

Gewürze – der Reichtum Indiens – spielen sowohl in der ayurvedischen Ernährung als auch für die Heilung eine wichtige Rolle.



## AYURVEDISCHE NATURHEILMITTEL

Im Ayurveda finden viele exotische Gewürze wie z. B. Kurkuma, Ingwer, Zimt und Kardamom sowie Heilkräuter, Pflanzen und Mineralien Anwendung. Chemisch hergestellte Arzneien werden nicht verwendet. Für unsere berühmten Ölmassagen und den „königlichen Stirnguss Shirodhara“ verwenden wir ausschließlich doshatypgerechte Öle, die wir in aufwendigen Prozessen unter extern kontrollierten Qualitätsstandards in Indien herstellen lassen.

MATTHIAS KIRCHNER,  
KÜCHENCHEF









DER ANGRENZENDE PARK  
AN DAS KUNZMANN'S  
HOTEL - RUHE & NATUR



## AYURVEDA YOGA & MEDITATION

Ayurveda, Yoga und Meditation sind Geschwister aus der Wurzel der vedischen Wissenschaften, die seit Jahrtausenden zur Heilung des Körpers sowie zur Stärkung von Achtsamkeit und Klärung des Bewusstseins genutzt werden.

Während Ayurveda sich mehr um die physische Dimension des Menschen kümmert, stärkt Yoga sowohl den Körper als auch den Geist. Meditation klärt und strukturiert das Bewusstsein.

In der Praxis ergänzen sie sich. Beim Yoga steht die Eigenaktivität des Menschen im Vordergrund, die durch Körperübungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) gestärkt wird. Der Übende entwickelt eine Kraft zur Führung seines Bewusstseins. In Verbindung mit Meditation

lernt er seinen flirrenden Geist zu beruhigen und Gedanken loszulassen, sodass er auch innerhalb der verschiedenen Lebenssituationen eine innere Ordnung und Klarheit erhalten kann. Es gibt unzählige verschiedene Formen der Meditation. Dynamische Meditation oder Tanzmeditation bis hin zum stillen Sitzen vor einer weißen Wand. Jeder Mensch kann die zu ihm passende Form finden. Sowohl Ayurveda als auch Yoga sehen unser Bewusstsein als die primäre Kraft des Lebens, die alles steuert und maßgeblich darüber entscheidet, wie wir unser Leben gestalten.

Unsere täglichen Yogastunden werden von qualifizierten Yoga-Lehrern achtsam angeleitet, um niemanden zu überfordern.







Das Traditionshaus mit Zeitgeist



KUNZMANN'S HOTEL - SUPERIOR DOPPELZIMMER



## AYURVEDA IM KUNZMANN'S HOTEL

Das Kunzmann's ist ein Hotel der Vielfalt, weil es so viele Möglichkeiten gibt, den besonderen Moment zu genießen. Dafür steht die Familie Kunzmann bereits in der vierten Generation als Gastgeber ein – getreu dem Motto: „Ein Traditionshaus mit Zeitgeist“.

Erholsame Nächte sind im Kunzmann's nicht nur durch die besondere ruhige Lage am Park inmitten der bayerischen Rhön garantiert. Die zeitgemäßen, komfortabel ausgestatteten 64 Zimmer und Suiten sorgen darüber hinaus dafür, dass Sie Tag & Nacht die beste Erholung genießen können.

Erleben Sie selbst das Traditionshaus mit Zeitgeist. Erleben Sie Kunzmann's!

### KUNZMANN'S VERWÖHNLEISTUNGEN

- + kostenfreier Auto-Stellplatz direkt am Hotel
- + eine Flasche kostenfreies Rhönsprudel Mineralwasser bei Anreise auf dem Zimmer
- + kuscheliger Leihbademantel für die Dauer Ihres Aufenthaltes
- + kostenfreie Nutzung unseres Kunzmann's Spa
- + kostenfreie Nutzung des Fitnessbereichs
- + kostenfreies W-LAN
- + kostenlose Teilnahme am wöchentlichen Aktivprogramm und Entspannungstraining
- + Greenfee-Ermäßigungen auf den Partner-Golfplätzen der Kooperation „Golfen in Franken“
- + freie Eintritte zu allen Kurkonzerten in Bad Bocklet und Bad Kissingen mit Ihrer Gästekarte
- + kostenfreie Busverbindungen nach Bad Kissingen mit Ihrer Gästekarte
- + Ihr persönliches Kunzmann's Abschiedsgeschenk



KUNZMANN'S HOTEL - JUNIOR SUITE







## EINFACH ENTSPANNEN SPA & WELLNESS

Im Kunzmann's Spa und Wellnessbereich finden Sie auf über 1000 m<sup>2</sup> einen Innenpool mit Gegenstromanlage, einen Whirlpool, eine Biosauna, eine finnische Kelo-Außensauna, ein Dampfbad und eine Infrarotkabine im modernsten Wohlfühlambiente.











# GREGOR

— SEIT 1926 —

## AYURVEDISCHE KULINARIK VOM FEINSTEN

Im Kunzmann's erleben Sie ein modernes Kulinarikhotel, das mit frischen, regionalen Spezialitäten Leichtigkeit und Genuss vereint.

Unsere Küche verbindet authentische ayurvedische Speisen mit den wertvollen Bodenschätzen der Rhön – abwechslungsreich und saisonal inspiriert. Während einer Ayurveda-Behandlung erwartet Sie eine köstlich indische, rein vegetarische Ernährung, die den Körper sanft entlastet und ganzheitlich unterstützt.











## KÖNIGLICHE ENTGIFTUNGSKUR

### + PANCHAKARMA

#### 13 BEHANDLUNGSTAGE / 14 ÜBERNACHTUNGEN ODER 20 BEHANDLUNGSTAGE / 21 ÜBERNACHTUNGEN

Stress und Rückstände aus unserer oft denaturierten Ernährung bilden über die Jahre Ablagerungen und Schlacken in unserem Körper. Die Königsdisziplin und gleichsam das Herzstück des Ayurveda ist „Panchakarma“, ein tiefgreifender Entgiftungs- und Regenerationsprozess.

#### + AYURVEDISCHE DIAGNOSTIK

Typ-Bestimmung, Besprechung des persönlichen Gesundheitsfragebogens mit Empfehlung individueller Behandlungen, typgerechter Ernährung und Lebensstil-Veränderung

#### + 12 ODER 18 PERSÖNLICHE EINZELSPRECHSTUNDEN

mit den Ayurveda-Spezialisten; Ihr Behandlungssetting wird täglich bedarfsgerecht angepasst

#### + 13 ODER 20 GANZKÖRPER-BEHANDLUNGEN (ca. 50 Min.)

entsprechend Ihrem persönlichen Dosha, beispielsweise

**ABHYANGA** Synchron-Ölmassage ODER

**SHIRODHARA** Königlicher Stirnölguss

#### + 13 ODER 20 TEILKÖRPER-BEHANDLUNGEN (ca. 30 Min.)

wie beispielsweise

**PADABHYANGA** (Ayurvedische Waden-Fußmassage) ODER

**SVEDANA** (Kräuterdampfbäder) ODER

**MUKABHYANGA** (Gesichtsmassage mit Packung)

#### + NATURHEILMITTEL

Verabreichung der verordneten Nahrungsergänzungsmittel (täglich)

#### + TÄGLICH YOGA unter Anleitung (ca. 50 Min.)

Die letzte Entscheidung über die Behandlungsoptionen trifft der Ayurveda-Spezialist in Abstimmung mit dem Patienten unter Berücksichtigung der jeweiligen körperlichen Erfordernisse.

<b>BEHANDLUNGSPAUSCHALE CLASSIC</b> mit 13 Behandlungstagen	<b>2.800 EURO</b>
---	-------------------

<b>BEHANDLUNGSPAUSCHALE PREMIUM</b> mit 20 Behandlungstagen	<b>4.200 EURO</b>
---	-------------------

zzgl. Übernachtung mit Kunzmann's ayurvedischer Vollpension.





## AYURVEDA

### + SEELENFRIEDEN SHANTI

#### 9 BEHANDLUNGSTAGE / 10 ÜBERNACHTUNGEN

Entdecken Sie das Geheimnis tiefen Seelenfriedens für Ihren Körper, Geist und Ihre Seele. Vertiefen und integrieren Sie den ayurvedischen Lebensstil. Finden Sie zu Kraft und innerer Balance, um den Anforderungen des Alltags besser gewachsen zu sein.

#### + AYURVEDISCHE DIAGNOSTIK

Typ-Bestimmung, Besprechung des persönlichen Gesundheitsfragebogens mit individuellen Behandlungsempfehlungen, sowie Empfehlungen zu typgerechter Ernährung und Lebensstiländerung

#### + 9 PERSÖNLICHE EINZELSPRECHSTUNDEN (ca. 50 Min.)

mit den Ayurveda-Spezialisten; Ihr Behandlungssetting wird täglich bedarfsgerecht angepasst

#### + 9 GANZKÖRPERBEHANDLUNGEN (ca. 50 Min.)

entsprechend Ihrem persönlichen Dosha, zum Beispiel

**ABHYANGA** Synchron-Ölmassage **ODER**

**SHIRODHARA** Königlicher Stirnölguss

#### + 9 TEILKÖRPERBEHANDLUNGEN (ca. 30 Min.)

entsprechend Ihrem persönlichen Dosha, zum Beispiel

**PADABHYANGA** (Ayurvedische Waden-Fußmassage) **ODER**

**SVEDANA** (Kräuterdampfbäder) **ODER**

**MUKABHYANGA** (Gesichtsmassage mit Packung)

#### + NATURHEILMITTEL

Verabreichung der verordneten Nahrungsergänzungsmittel (täglich)

#### + TÄGLICH YOGA unter Anleitung (ca. 50 Min.)

#### BEHANDLUNGSPAUSCHALE

**1.980 EURO**

zzgl. Übernachtung mit Kunzmann's ayurvedischer Vollpension.





## REGENERATIONSKUR

### + RASAYANA

#### 6 BEHANDLUNGSTAGE / 7 ÜBERNACHTUNGEN

Unsere hoch verdichtete Arbeitswelt und Anforderungen in der Familie können zu verschiedenen Beschwerden und Erschöpfung führen. Gönnen Sie sich eine tief wirksame, anhaltende Erfrischung und Regeneration.

#### + AYURVEDISCHE DIAGNOSTIK

Typ-Bestimmung, Besprechung des persönlichen Gesundheitsfragebogens mit Empfehlung individueller Behandlungen, typgerechter Ernährung und Lebensstil-Veränderung

#### + 6 PERSÖNLICHE EINZELSPRECHSTUNDEN

mit den Ayurveda-Spezialisten; Ihr Behandlungssetting wird täglich bedarfsgerecht angepasst

#### + 6 GANZKÖRPER-BEHANDLUNGEN (ca. 50 Min.)

entsprechend Ihrem persönlichen Dosha, beispielsweise

**ABHYANGA** Synchron-Ölmassage **ODER**

**SHIRODHARA** Königlicher Stirnölguss

#### + 6 TEILKÖRPER-BEHANDLUNGEN (ca. 30 Min.)

wie beispielsweise

**PADABHYANGA** (Ayurvedische Waden-Fußmassage) **ODER**

**SVEDANA** (Kräuterdampfbäder) **ODER**

**MUKABHYANGA** (Gesichtsmassage mit Packung)

#### + NATURHEILMITTEL

Verabreichung der verordneten Nahrungsergänzungsmittel (täglich)

#### + TÄGLICH YOGA unter Anleitung (ca. 50 Min.)

### BEHANDLUNGSPAUSCHALE

**1.450 EURO**

zzgl. Übernachtung mit Kunzmann's ayurvedischer Vollpension.







## AYURVEDA

### + JUNGBRUNNEN

#### 4 BEHANDLUNGSTAGE, 5 ÜBERNACHTUNGEN

Der permanente Stress unserer hektischen Zeit lässt Zellen vorzeitig altern. Tauchen Sie ein in einen ayurvedischen Jungbrunnen, der entschleunigt, erfrischt und verjüngt.

#### + AYURVEDISCHE DIAGNOSTIK

Typ-Bestimmung, Besprechung des persönlichen Gesundheitsfragebogens mit Empfehlung individueller Behandlungen, typgerechter Ernährung und Lebensstil-Veränderung

#### + 4 PERSÖNLICHE EINZELSPRECHSTUNDEN

mit den Ayurveda-Spezialisten; Ihr Behandlungssetting wird täglich bedarfsgerecht angepasst

#### + 4 GANZKÖRPER-BEHANDLUNGEN (ca. 50 Min.)

entsprechend Ihrem persönlichen Dosha, beispielsweise

**ABHYANGA** Synchron-Ölmassage **ODER**

**SHIRODHARA** Königlicher Stirnölguss

#### + 4 TEILKÖRPER-BEHANDLUNGEN (ca. 30 Min.)

wie beispielsweise

**PADABHYANGA** (Ayurvedische Waden-Fußmassage) **ODER**

**SVEDANA** (Kräuterdampfbäder) **ODER**

**MUKABHYANGA** (Gesichtsmassage mit Packung)

#### + NATURHEILMITTEL

Verabreichung der verordneten Nahrungsergänzungsmittel (täglich)

#### + TÄGLICH YOGA unter Anleitung (ca. 50 Min.)

### BEHANDLUNGSPAUSCHALE

**950 EURO**

zzgl. Übernachtung mit Kunzmann's ayurvedischer Vollpension.





## AYURVEDA

### + ZUM KENNENLERNEN

#### 1 BEHANDLUNGSTAG, 2 ÜBERNACHTUNGEN

Dieses „kleine“ Ayurveda-Paket will Ihnen einen Eindruck davon geben, was authentische Ayurveda-Medizin ist. Wir sind sicher, Sie werden schon in dieser kurzen Zeit entdecken, wie wohltuend und entspannend ayurvedische Behandlungen sein können. Auch bei diesem Schnupperpaket geht den Behandlungen eine Konsultation mit dem Ayurveda-Spezialisten voraus, damit diese individuell auf Sie abgestimmt werden können.

#### + AYURVEDISCHE DIAGNOSTIK

Typ-Bestimmung, Besprechung des persönlichen Gesundheitsfragebogens mit Empfehlung individueller Behandlungen, typgerechter Ernährung und Lebensstil-Veränderung

#### + 1 GANZKÖRPER-BEHANDLUNG (ca. 50 Min.) entsprechend Ihrem persönlichen Dosha, beispielsweise

**ABHYANGA** Synchron-Ölmassage **ODER**  
**SHIRODHARA** Königlicher Stirnölguss

#### + 1 PADABHYANGA

Ayurvedische Waden-Fußmassage

#### + TÄGLICH YOGA unter Anleitung (ca. 50 Min.)

### BEHANDLUNGSPAUSCHALE

**280 EURO**

zzgl. Übernachtung mit Kunzmann's ayurvedischer Vollpension.

Bei Abweichungen von den beschriebenen Paketangeboten berechnen wir für die Ayurveda-Leistungen eine Tagespauschale von 250 EURO/Tag bis zu 7 Tagen, ab 8 Tagen Aufenthalt 230 EURO/Tag. Jeder Gast ist pro Tag ca. 150 Minuten in ärztlich therapeutischem Kontakt. Die Ayurveda-Pakete sind nur buchbar in Verbindung mit Kunzmann's Ayurvedischer Vollpension.

Die Leistungen werden im Hotel durch die Sander Health GmbH in eigener Verantwortung erbracht und bei der Abreise abgerechnet. Unsere Ayurveda-Spezialisten behalten sich vor, einzelne Maßnahmen typ- und beschwerdegerecht zu variieren, ohne den Leistungsumfang zu reduzieren. Aufwendungen für Ayurveda-Kuren sind unter bestimmten Umständen zudem als außergewöhnliche Belastungen steuerlich absetzbar. Abrechnung ärztlicher und therapeutischer Leistungen nach GOÄ möglich.







KUNZMANN'S

## + AYURVEDISCHE VOLLPENSION

### + ÜBERNACHTUNG

in der gewählten Zimmerkategorie

### + AYURVEDISCHE VOLLPENSION

inklusive Frühstück, Mittags- und Abendmenü entsprechend Behandlungssetting und Regenerationsprozess. In der Ayurvedischen Medizin ist die Ernährung ein wichtiger Teil der Behandlung. Alle Speisen werden individuell für Sie entsprechend Ihrem Behandlungssetting frisch zubereitet.

### + GANZTAGS FÜR SIE

Heißwasser-Trinkkur, Ingwerwasser, Teeauswahl, Bad Bockleter Heilquelle (Einnahme nach Rücksprache mit den Ayurveda-Spezialisten)

### + KOSTENFREIE NUTZUNG DES KUNZMANN'S SPA

### + KUNZMANN'S VERWÖHNLEISTUNGEN

	SO – DO	FR, SA & FEIERTAG	AB 5 ÜBERNACHTUNGEN
<b>EINZELZIMMER, ab</b>	200	235	195
<b>DOPPELZIMMER, ab</b>	150	185	145
<b>SUITE, ab</b>	215	250	210

Die Preise verstehen sich in EURO inkl. MwSt. und zzgl. der derzeit gültigen Kurtaxe von 2,80 EURO, jeweils pro Tag und Person. Preisänderungen vorbehalten.



# KUNZMANN'S VORTEILSWELT

GANZ EINFACH & KOSTENLOS  
MITGLIED WERDEN

# Extras für Mitglieder

## GENIEßEN SIE UNSER AUßERGEWÖHNLICHES BONUSPROGRAMM!

Jetzt ganz einfach und kostenlos Mitglied werden.

## WILLKOMMEN IM CLUB!

Keine Verpflichtungen, aber jede Menge Annehmlichkeiten – und das ganz exklusiv: Sowohl Business- als auch Privatkunden werden als Mitglied des Kunzmann's Club mit vielen Specials belohnt.

## WIE KANN ICH MITGLIED WERDEN?

Einfach kostenlos registrieren und Sie erhalten eine exklusive Mitgliedschaft im Kunzmann's Club. Als Privatkunde im Kunzmann's Treue Club und als Geschäftskunde im Kunzmann's Business Club.

## WORIN LIEGEN DIE VORTEILE EINER CLUB-MITGLIEDSCHAFT?

ALS MITGLIED ERHALTEN SIE EINEN  
WILLKOMMENSGUTSCHEIN IN HÖHE VON 25 EURO.

Darüber hinaus profitieren Sie von speziellen Buchungsrabatten, abwechselnden Angeboten, exklusiven News und Highlights sowie besonderen Events.

Jetzt direkt unter [www.kunzmans.de/vorteilswelt](http://www.kunzmans.de/vorteilswelt) anmelden und von einem besonderen Verwöhnprogramm profitieren!



**SICHERN SIE SICH ZUSÄTZLICHE KOMFORT  
ANGEBOTE FÜR IHREN NÄCHSTEN BESUCH!**









## + ÄRZTLICHE (ERST-)KONSULTATION

Eine erfolgreiche Behandlung setzt eine präzise Diagnose voraus. Unsere indischen Mediziner besprechen mit Ihnen Ihren persönlichen Gesundheitsfragebogen und empfehlen individuell auf Sie zugeschnittene Behandlungen, typgerechte Ernährung und ggf. eine Lebensstil-Veränderung entsprechend dem definierten Konstitutionstyp. Unsere ärztlich begleiteten Kuren zielen nicht nur auf die Behandlung akuter Beschwerden, sondern unterstützen aktiv Ihre langfristige Vitalität – ganz im Sinne eines modernen Longevity-Ansatzes.

<b>CA. 30 MINUTEN</b>	(mit Typbestimmung)	<b>60 EURO</b>
<b>CA. 60 MINUTEN</b>	(mit ausführlicher Beratung)	<b>90 EURO</b>
<b>CA. 90 MINUTEN</b>	(mit ausführlicher Beratung & doshakonformer Ernährungsempfehlung)	<b>120 EURO</b>
<b>FOLGEKONSULTATION</b>	(ca. 15 Minuten)	<b>30 EURO</b>

## NASENNEBENHÖHLEN-BEHANDLUNG

### + NASYAM

Reinigende Nasennebenhöhlen-Behandlung bei Migräne und Sinusitis.

<b>CA. 30 MINUTEN</b>	<b>50 EURO</b>
-----------------------	----------------





#### AYURVEDISCHE WADEN-FUSSMASSAGE

### + PADABHYANGA

Aktiviert die Marmapunkte (Energiezentren), wirkt beruhigend und harmonisierend.

**CA. 30 MINUTEN**

**50 EURO**

#### AYURVEDISCHE KOPFMASSAGE

### + SHIRO ABHYANGA

Löst den Stress und die Strapazen Ihres Lebens mit Hilfe von Ayurveda-Ölen im traditionellen indischen Stil. Die Shiro Abhyanga sorgt für eine tiefe Entspannung und lindert Beschwerden im Kopfbereich.

**CA. 30 MINUTEN**

**50 EURO**

#### TEILKÖRPERMASSAGE

### + EKANGA ABHYANGA

Ayurveda-Marmapunkt-Massage mit medizinischem Öl für verschiedene Körperbereiche. Diese Massage hilft Stress und Belastung zu lindern sowie die Durchblutung und das Wohlbefinden zu fördern.

**CA. 30 MINUTEN**

**75 EURO**

#### GANZKÖRPER ÖLMASSAGE

### + ABHYANGA

Als sanfte Massage löst die Abhyanga Gifte und Schadstoffe aus dem Körpergewebe, entspannt, wirkt tiefgreifend und vitalisierend.

**CA. 50 MINUTEN - MIT 1 THERAPEUTEN**

**100 EURO**

**CA. 50 MINUTEN - SYNCHRONMASSAGE MIT 2 THERAPEUTEN**

**140 EURO**



#### SYNCHRON KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

##### + PINDA SWEDA

Die Stempel aus Baumwolle, Seide oder Leinen sind mit Reis, Gerste, Zitronen, Kräutern und Ölen gefüllt. Die warmen Stempel bringen die Duft- und Wirkstoffe der Kräuter über die Haut in das Gewebe. Hilfreich bei Muskelschmerzen, Verspannungen und rheumatischen Erkrankungen.

CA. 50 MINUTEN

130 EURO

#### SPEZIELLE ÖLPACKUNG

##### + KADEE VASTHY

Spezielle Ölpackung und Massage für die Lendenwirbelsäule.

CA. 50 MINUTEN

100 EURO

#### SYNCHRON KRÄUTERPULVERPEELING

##### + UDWARTHANAM

Peeling und Dampfbad: Kräftige ayurvedische Pulvermassage, die zur Reduzierung von Fettgewebe und Kapha angewandt wird – wirkt aktivierend.

CA. 50 MINUTEN

130 EURO

#### KÖNIGLICHER STIRNÖLGUSS

##### + SHIRODHARA

Nach einer kurzen Ganzkörper-Öl-Massage wird ein feiner Strahl warmen Öls in kreisenden Bewegungen über Stirn, Kopf und Nacken geleitet. Wohltuend bei Stress, Schlafstörungen, Migräne – tief entspannend und beruhigend.

CA. 50 MINUTEN

150 EURO









## Lage & Anreise

### ANFAHRT

Sie finden uns genau im geografischen Mittelpunkt Deutschlands, am Fuße der Rhön, nur 9 Kilometer neben dem Kurort Bad Kissingen. Mit dem Auto erreichen Sie uns: Von Süden über die A7 (Würzburg-Kassel), Abfahrt Hammelburg/ Bad Kissingen, von Norden über die A7 (Kassel-Würzburg), Abfahrt Bad Kissingen/ Oberthulba, von Osten über die A71 (Erfurt-Suhl-Schweinfurt), Abfahrt Münnernstadt/Bad Bocklet.

### PARKEN | E-TANKSTELLE

Wenn Sie mit Ihrem PKW anreisen, stehen Ihnen direkt vor unserem Hotel mehrere Parkmöglichkeiten kostenfrei zur Verfügung. Gerne können Sie auch unsere Tiefgarage gegen Gebühr nutzen (nach Verfügbarkeit).

Sie kommen mit Ihrem Elektroauto zu uns? Dann stehen Ihnen unsere Aufladestationen für Elektroautos zur Verfügung.

### ABHOLSERVICE

Wenn Sie bequem reisen wollen, nutzen Sie doch einfach unseren Abholservice. Sie werden an Ihrer Haustür abgeholt und fahren auf direktem Weg in Ihren Urlaub! Preis auf Anfrage.



**KUNZMANN'S HOTEL  
& AYURVEDAZENTRUM  
DEUTSCHLAND**

An der Promenade 6  
97708 Bad Bocklet

Telefon +49 (0) 9708 78 0

Fax +49 (0) 9708 78 100

[willkommen@kunzmanns.de](mailto:willkommen@kunzmanns.de)

[www.kunzmanns.de](http://www.kunzmanns.de)



**AYURVEDA MEDIZIN**  
GESUNDHEITZENTRUM BAD BOCKLET  
IM KUNZMANN'S HOTEL

#### **KUNZMANN'S HOTEL**

An der Promenade 6  
97708 Bad Bocklet

Telefon +49 (0) 9708 78 0  
Fax +49 (0) 9708 78 100  
willkommen@kunzmanns.de  
www.kunzmanns.de

**INSTAGRAM:** @kunzmannshotel

**FACEBOOK:** Kunzmann's Hotel | Spa | Restaurant

#### **AYURVEDAZENTRUM DEUTSCHLAND**

Inh. SANDER HEALTH GmbH  
Hausener Str. 27  
97688 Bad Kissingen

Telefon +49 (0) 9708 78 832  
rezeption@ayurveda-deutschland.org  
www.ayurveda-deutschland.org

**INSTAGRAM:** @ayurvedazentrum\_deutschland

**FACEBOOK:** Ayurveda Zentrum Deutschland

Gültig bis zum Erscheinen einer neuen Preisliste. Stand 01/2026

UNSER HERZ SCHLÄGT FÜR DIE UMWELT. DESWEGEN WURDE DIESE PREISLISTE AUF MIT DEM BLAUEN ENGEL ZERTIFIZIERTEN PAPIER BZW. FSC ZERTIFIZIERTEM RECYCLINGPAPIER KLIMANEUTRAL GEDRUCKT. SIE FINDEN DIESE PREISLISTE EBENFALLS ZUM DOWNLOAD ALS PDF AUF UNSERER WEBSEITE.