

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 66 (2009)
Heft: 7-8: Männer-Leiden Prostatitis

Artikel: Wohlfühlen in Bad Ramsach
Autor: Tschan, J.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-558116>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Wohlfühlen in Bad Ramsach

Eingebettet in die malerischen Höhenzüge des Baselbieter Juras liegt Bad Ramsach. Die lichten Wälder und farbenprächtigen Wiesen mit unzähligen Wanderwegen sowie die familiäre Atmosphäre des Kurhauses lassen den Alltag vergessen.

Bad Ramsach ist ein idealer (und auch rollstuhlgängiger) Ort zur Erholung oder Rehabilitation nach einer Erkrankung oder einem Spitalaufenthalt (s. a. GN 10/2007). Das Angebot umfasst neben klassischer Physiotherapie und Massagen auch Behandlungen mit Tra-

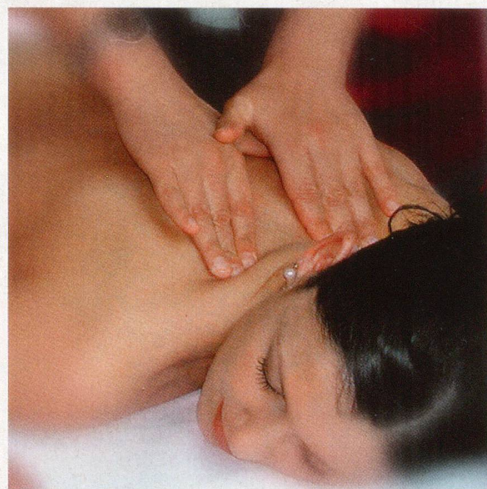
ditioneller Chinesischer Medizin und Akupunktur. Mineralheilwasser aus der hauseigenen Quelle speist das geheizte Mineralschwimmbad und wird für Trinkkuren in Flaschen abgefüllt. Hotel- und Tagesgäste benützen rege die täglichen Wassergymnastik- und «Aquafit»-Lektionen. Ein Behindertenlift verhilft zu einem komfortablen Zugang ins Bad.

Nach Wanderungen oder Fahrradtouren geht's zur Entspannung ins Bad, in die Sauna oder ins Dampfbad. Gymnastik- und Tai Chi in der Fitnessarena verbessern die körperliche Fitness und stärken den Geist.

Zusätzlich bietet das Hotel Bad Ramsach eine Palette an gesunden Pauschalwochen an: Die Saft-Fasten-Woche ist ideal zum Entschlacken und Regenerieren; Früchte und Gemüse werden, wenn immer möglich, aus biologischem Anbau bezogen. Die Kartoffelkosttage mit den vegetarischen Kartoffel-Gemüse-Gerichten gleichen den Säure-Basen-Haushalt aus. Nach der Methode von Dr. med. Detlef Pape ist die Pauschalwoche «Schlank im Schlaf» aufgebaut. Dieses ganzheitliche Programm mit gesundem Essen, Bewegung, Massagen und viel Schlaf unterstützt den Abbau von Übergewicht.

Auch der Panoramaausblick vom Balkon eines der 26 neu gestalteten Komfortzimmer auf die Vogesen und den Schwarzwald ist umwerfend. Nach wie vor gilt: Es tut gut, sich in Bad Ramsach verwöhnen zu lassen.

• J. Tschan



Entspannung und Ruhe in gepflegter Umgebung.

