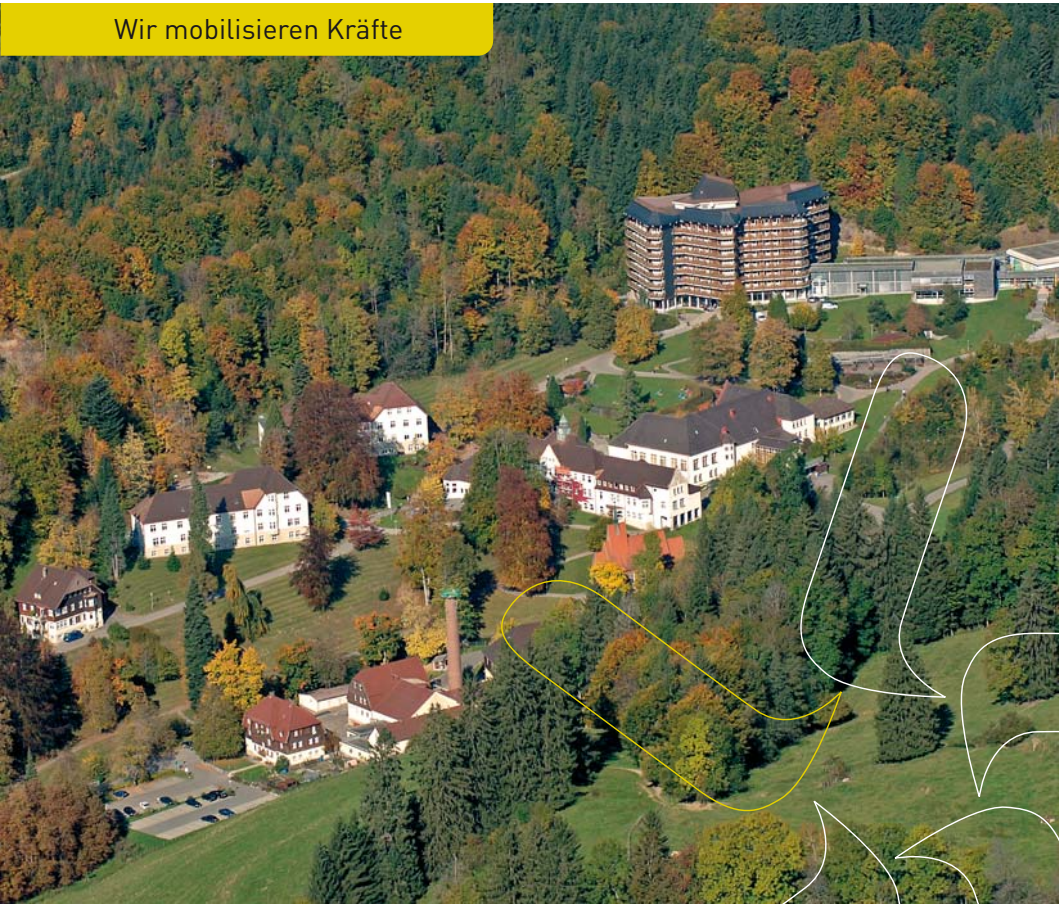


Wir mobilisieren Kräfte



## Rehaklinik Übersruh, Isny im Allgäu

Rehabilitations- und Präventionsschwerpunkte:  
Metabolisches Syndrom, Funktionsstörungen des Herz-  
Kreislauf-Systems, der Atmung und der Bewegungsorgane

# Erholung ein. Alltag aus.

Ihr Gesundheitsurlaub in Isny

»Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts!«  
(Arthur Schopenhauer)

## Was bleibt ist die Veränderung – Was sich verändert bleibt.

Nutzen Sie Ihren Aufenthalt in der Rehaklinik Überrauch für eine Veränderung zu:

- mehr Gesundheit
- besserem Lebensstil
- größerer Zufriedenheit
- nachhaltiger Lebenskraft

In unseren attraktiven Gesundheitsprogrammen zeigen wir Ihnen wie Sie nachhaltig, aktive Gesundheitsvorsorge lernen können. Entdecken Sie bei uns Ihre Lebensfreude wieder und gewinnen Sie neue Vitalität.

## Überrauch erholsam. Überraschend nachhaltig. Überrauch.

Finden Sie neue Lebensqualität, finden Sie zu sich selbst. Nehmen Sie sich eine Auszeit für Ihre Gesundheit. Wir nehmen Sie mit auf eine Reise in eine gesündere Zukunft. **Sich wohl fühlen bedeutet weit mehr als Funktionalität.**

Entwickeln Sie unter professioneller, therapeutischer Anleitung ein Gespür dafür, was Ihnen gut tut und was Sie brauchen. Zu Ihrem Wohlergehen gehört ein sensibles Gesundheitsbewusstsein.

Wir identifizieren Ursachen, nicht nur Symptome. Deshalb ist der Gesundheitsurlaub bei uns auch so nachhaltig. **Eine Gesundheitsreise heißt: Regeneration plus Prävention.** So setzen wir Anreize für ein bewussteres und gesünderes Leben.



Prävention ist die beste Medizin. Dies gilt vor allem für individuell angepasste und dosierte Konzepte. In unserer präventiv-medizinischen Abteilung ermitteln wir anhand gezielter Diagnostik die notwendigen Schritte, um für Sie persönlich ein passendes Gesundheitsprogramm zusammen zu stellen. Bei allen unseren Angeboten ist ein präventivmedizinischer Check der Herz-, Kreislauf-, Muskel- und Stoffwechselsituation die Grundlage des individuellen Präventionsprogramms.

## MEDICAL-FITNESS-PROGRAMM

Hier stehen Trainingsangebote unter sportmedizinischer/chefärztlicher Begleitung im Vordergrund. Enthalten sind ein Laktat-Stufen-Test und ein apparativer Rückenfunktionstest, sowie Gesundheitsvorträge und Outdoor-Aktivitäten.

### Unsere Leistungen:

Laktat-Diagnostik  
 spezieller Rückenkrafttest (MedX-Test)  
 Wassergymnastik und Aquajogging  
 eine HydroJet-Massage  
 Medizinischer Check (Herz-Kreislauf-Stoffwechseluntersuchungen)  
 dosiertes Ausdauer- und Krafttraining  
 Gesundheitsvorträge  
 Outdoor-Aktivitäten  
*Weitere Anwendungen sind gegen gesonderte Rechnung möglich.*

### Preise

Sonntag bis Samstag	800 €
Verlängerungswoche	600 €
Sonntag bis Donnerstag	550 €
<i>(das Leistungspaket wird auf vier Tage angepasst)</i>	
Einzelzimmer-Zuschlag	
50 € für 7 Tage	30 € für 4 Tage



## LOGI®-BASIS-PROGRAMM

Stoffwechelangepasste Ernährung und Fettverbrennungstraining auf der Basis individueller Diagnostik.

### Unsere Leistungen:

Ärztliches Beratungsgespräch  
 Umfangreiches Stoffwechselprofil  
 Fatburner-Test (Walking-Test mit Laktatmessung)  
 Herz- Kreislauftraining, Aquajogging  
 Muskelaufbau und Kreislauftraining in unseren Fitnessräumen  
 Eine HydroJet-Massage  
 Outdoor-Aktivitäten  
 Teilnahme an ärztlichen Vorträgen und LOGI®-Seminaren  
 Einzelberatung bei der Ernährungsberaterin  
*Weitere Anwendungen sind gegen gesonderte Rechnung möglich.*

### Preise

Sonntag bis Samstag	700 €
Verlängerungswoche	550 €
Sonntag bis Donnerstag	450 €
<i>(das Leistungspaket wird auf vier Tage angepasst)</i>	
Einzelzimmer-Zuschlag	
50 € für 7 Tage	30 € für 4 Tage

## LOGI®-DIABETES PROGRAMM

Speziell für insulinpflichtige Diabetiker, bei denen die Umstellung auf eine kohlenhydrat-reduzierte Ernährung unter fortlaufender medizinischer Kontrolle erfolgt. Aufgrund unserer wissenschaftlichen Untersuchung lässt sich mit dieser Methode eine deutliche Reduktion (bis 75%) der Diabetes- und der Bluthochdruck-Medikamente erreichen.

### Unsere Leistungen:

Ausführliche ärztliche Untersuchung inkl. Ultraschalldiagnostik  
 Belastungs-EKG  
 Ausführliches Stoffwechselprofil inkl. spezieller Diabestesparameter  
 Blutzuckermonitoring  
 Fatburner-Test (Walking-Test mit Laktatmessung)  
 Aquajogging  
 Muskelaufbau und Kreislauftraining in unseren Fitnessräumen mit individueller Einweisung  
 Zwei HydroJet-Massagen  
 Outdoor-Aktivitäten  
 Teilnahme an ärztlichen Vorträgen und LOGI®-Seminaren, Einzelberatung bei der Ernährungsberaterin  
*Weitere Anwendungen sind gegen gesonderte Rechnung möglich.*

### Preise

Sonntag bis Samstag	1.300 €
Verlängerungswoche	850 €
Einzelzimmer-Zuschlag	50 €



## REGENERATIONSWOCHE

Die Rehaklinik Überruh bietet Ihnen in einer oder mehreren Regenerationswochen eine einmalige Gelegenheit zur Erholung von Körper, Geist und Seele.

### Unsere Leistungen:

- Ärztliches Beratungsgespräch
- Drei Gymnastikstunden Ihrer Wahl  
(Wassergymnastik, Entspannungstraining, Rückenschule)
- Ein medizinisches Bad
- Eine HydroJet-Massage
- Eine geführte Wanderung
- Teilnahme an ärztlichen und psychologischen Vorträgen
- Weitere Anwendungen sind gegen gesonderte Rechnung möglich.*

→ Wir empfehlen Ihnen, sich bei Ihrer Krankenkassen über eine Kostenbeteiligung für die medizinischen und therapeutischen Leistungen zu informieren.

### Preise

Sonntag bis Samstag	499 €
Verlängerungswoche	449 €
Sonntag bis Donnerstag	399 €
<i>(das Leistungspaket wird auf vier Tage angepasst)</i>	
Einzelzimmer-Zuschlag	
50 € für 7 Tage	30 € für 4 Tage



## Überruh ist gleich Allgäu pur

Die Rehaklinik Überruh liegt inmitten der traumhaften Allgäuer Landschaft am Fuß des 1118 Meter hohen Schwarzen Grates und bietet Erholung pur. Die Parklandschaft des Klinikgeländes ist von unberührten Wäldern umgeben und beginnt am Ortsende des Luftkurortes Bolsternang.

Es gibt ein fast unbegrenztes Angebot an Sport- und Freizeitmöglichkeiten – im Sommer wie im Winter. Die Nähe der Alpen und die Höhenlage der Klinik (813 Meter) sorgen für ein Reizklima, das sich nachhaltig stimulierend auf den Organismus auswirkt. Nehmen Sie sich Zeit für Ausflüge in die Allgäuer Alpen, zu den Naturlehrpfaden der Umgebung, an den Bodensee, nach Österreich oder in die Schweiz.

## Ihre Unterbringung

Die Einzel- und Doppelzimmer befinden sich in mehreren Häusern. Sie sind modern und freundlich mit Dusche, WC, Telefon und Fernseher ausgestattet.



## Der Weg zu uns:



## Rehaklinik Überruh

Rehabilitations- und Präventions-  
schwerpunkte: Metabolisches  
Syndrom, Funktionsstörungen des  
Herz- Kreislauf-Systems, der Atmung  
und der Bewegungsorgane.

88316 Isny im Allgäu  
Telefon: 07562 75-0  
Telefax: 07562 75-400

info@rehaklinik-ueberruh.de  
www.rehaklinik-ueberruh.de  
www.rehazentren-bw.de

### Aufnahmebüro:

Telefon: 07562 75-155  
IK-Nummer 2 69 72 30 58

### Kaufmännischer Leiter:

Wolfgang Hirrle

### Leitender Arzt Prävention:

Dr. med. Peter Heilmeyer

Internist und Facharzt für physikalische und rehabilitative Medizin, Sportmedizin, Sozialmedizin