

# RURSEE GESUNDHEIT

**Erlebnisregion**  
Nationalpark Eifel



**RUR  
SEE**  
*Leben in Echtzeit*



## SEE-LUFT MACHT GLÜCKLICH !

Die ausgezeichneten Luftkurorte Rurberg und Einruhr-Erkensruhr stehen für großartige Luftqualität am Rursee. Um die wohltuende Kraft der frischen, sauberen Luft zu genießen, gibt es viele tolle Möglichkeiten. Ob wandern, radfahren, paddeln oder schwimmen - der Rursee bietet eine ganze Menge, um auf eigene Faust draußen aktiv zu sein.

Neben den typischen Freizeitaktivitäten gibt es auch gezielte Gesundheitsangebote, die von ausgebildeten Therapeuten, Trainern und Heilpraktikern begleitet werden. Selbst rezeptpflichtige Anwendungen wie Physiotherapie, Lymphdrainagen oder Massagen müssen während des Urlaubs nicht unterbrochen werden, sondern können fortgeführt oder komplett eingelöst werden. Daneben stehen in Simmerath eine Vielzahl von Fachärzten und natürlich die Eifelklinik St. Brigida zur Verfügung und sorgen für rundum gute Versorgung.

**Einfach durchatmen und erholen - am Rursee.**



## NORDIC WALKING

### Kurs 1: Nordic Walking zum Kennenlernen

Theorie ohne Übungen. Was man braucht, was es bewirkt, statistische Werte, etc. Wertvolle Tipps bezüglich Kleidung, Schuhe, Stöcke, Zubehör und Apps etc. Zeitlicher Aufwand zwischen 30 und 40 Minuten.

### Kurs 2: Nordic-Walking-Techniken

(nur buchbar mit Kurs 1)

Praktische Übungen zum Erlernen des richtigen Nordic Walkings. Zeitlicher Aufwand zwischen 40 und 50 Minuten. Stöcke werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

### Die ersten Schritte

(Teilnehmer Kurs 1 und 2)

Am See vorbei und über die Höhen mit toller Aussicht. Während der Tour werden die Techniken weiter vertieft. Zeitlicher Aufwand zwischen 80 und 100 Minuten. Streckenlänge etwa 5,6 Kilometer mit etwa 60 Meter Höhenunterschied. Wer den Kurs 2 besucht hat, bekommt die Stöcke kostenlos gestellt.

### Rurberg-Tour

(Für Fortgeschrittene)

Am See vorbei und über die Höhen. Streckenlänge zwischen 6,0 und 9,0 Kilometern. Ohne Technik-Übungen. Wenn nötig, wird es lediglich ein paar Tipps und kleine Korrekturen geben. Zeitlicher Aufwand 80 bis 120 Minuten und es müssen etwa 100 Höhenmeter überwunden werden.

Stöcke, Handschuhe und Pads können vor Ort ebenfalls erworben werden.

### Preise und Termine auf Anfrage.

### KONTAKT:

Wilfried Stollenwerk  
Grimmischall 21  
52152 Simmerath-Rurberg  
Tel. 02473-9271196  
Mobil 0177-4039762  
[www.nordic-walking-eifel.de](http://www.nordic-walking-eifel.de)  
[info@nordic-walking-eifel.de](mailto:info@nordic-walking-eifel.de)



## ERFRISCHUNG IM WASSERGARTEN EINRUHR

Den ultimativen Frischekick gegen Müdigkeit nach Wander- oder Fahrradtouren gibt es in Simmerath-Einruhr. Denn wer seinen müden oder schweren Beinen etwas Gutes tun möchte, dem hilft ein barfußiger Gang durch den liebevoll gestalteten Wassergarten.

Nicht nur in der großen Wasserfläche, sondern auch im kleineren Becken mit Sitzkante, lassen sich die Füße ganz wunderbar erfrischen. Ebenso besteht die Möglichkeit, in einem Steinbecken eine ausgiebige Kühlung der Arme vorzunehmen. Der Wassergarten ist eingebettet in eine Grünanlage mit vielen Sitzgelegenheiten zum Entspannen und Ausruhen.

Das frische Wasser wirkt nicht nur gegen Müdigkeit, sondern hat eine ganze Palette an positiven Eigenschaften für die Gesundheit:

- > regt den Kreislauf an
- > fördert die Durchblutung
- > kräftigt die Venen
- > hilft gegen Krampfadern
- > wirkt gegen heiße Beine
- > fördert den Schlaf bei Anwendung am Abend
- > hilft bei Migräne
- > regt den Stoffwechsel an
- > stärkt das Immunsystem
- > wirkt vegetativ stabilisierend

### **KONTAKT:**

Rursee-Touristik GmbH  
Franz-Becker-Str. 2  
52152 Simmerath-Einruhr  
Tel. 02473-937717  
info@rursee.de  
www.rursee.de



## HEILSTEINBRUNNEN

Bereits die Römer kannten die gesundheitsfördernden Eigenschaften der Heilsteinquelle und die belebende Wirkung des eisenhaltigen Wassers. Die Heilsteinquelle zählt zu der seltenen Gruppe der „alkalischen Säuerlinge“ zu der auch die Fachinger Quelle gehört. Dabei punktet der Heilsteinbrunnen im Gegensatz zu anderen Wässern dieser Gruppe durch einen besonders geringen Salzanteil und einen relativ hohen Magnesiumgehalt. Die Heilsteinquelle befindet sich abseits im Wald in einem Brunnenhaus, wo das kostbare Quellwasser aus 52 Meter Tiefe gepumpt und bis zum Heilsteinbrunnen geführt wird.

Der Brunnen ist frei zugänglich und steht im Innenhof des Heilsteinhauses. Der Eingang befindet sich auf der Rückseite des Gebäudes. Das Heilsteinhaus ist gleichzeitig der Nationalpark-Infopunkt Einruhr.

### KONTAKT:

Rursee-Touristik GmbH  
Franz-Becker-Str. 2  
52152 Simmerath-Einruhr  
Tel. 02473-937717  
info@rursee.de  
www.rursee.de



## ENTSPANNUNG IM WASSER

Genieße und erlebe das pure Badevergnügen im **Naturerlebnisbad Rurseezentrum Rurberg**. Mit dem Sprung ins kühle Nass lässt man auch die restliche Hektik des Alltags hinter sich. Bei bestem Wetter zieht es viele Menschen ins Rurseezentrum Rurberg, wo man in der weitläufigen Grünanlage ausspannen und sich im Naturfreibad erfrischen kann.

Auch in der **Woffelsbacher Bucht** heißt es: Einfach rein in den See. Die terrassierten Liegewiesen bieten viel Freiraum für Sonnenanbeter und über verschiedene Treppenanlagen kommt man ganz leicht ins Wasser. Wer dagegen lieber eine Schwimmhalle bevorzugt, kann im **Simmbad** entspannt Bahnen ziehen, während sich die Kinder im wärmeren Wasser in einem extra Bereich tummeln. In den drei verschiedenen Schwimmbecken finden alle ihren Lieblingsplatz. Einfach vorbeikommen und Badespaß ohne Zeitbegrenzung genießen – das Ganze natürlich barrierefrei.

### KONTAKT:

Rursee-Touristik GmbH  
Seeufer 3  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-93770  
www.rursee.de

### KONTAKT:

Simmbad  
Walter-Bachmann-Str. 38  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-1295  
www.simmerath.de



## KURSE FÜR DIE SEELE

### Antistress Training

Tagesseminar/Workshop - Der gesunde Umgang mit dem Stress - Stressfaktoren frühzeitig erkennen und positive Strategien entwickeln. Lösungs- und Entspannungstechniken werden im Seminar vermittelt und erlernt. Gruppen/Vereine/Firmen/Einzelpersonen

### Hilfe, Burnout was nun?

Seminar und Workshop ca. 2-4 Stunden  
Techniken und Lösungsvorschläge erlernen  
Gruppen/Firmen/Vereine/Einzelpersonen

### Burnout-Prävention

Tagesseminar/Workshop - Belastungen frühzeitig erkennen und Lösungen erarbeiten. Techniken und Hilfestellungen zum Umgang mit Überlastung am Arbeitsplatz oder privaten Lebensbereichen.  
Gruppen/Firmen/Vereine/Einzelpersonen

### Kraft der Gedanken

Vortrag ca. 2 Stunden mit praktischen Übungen.  
Wie unser Denken unsere Gesundheit und unser alltägliches Leben beeinflusst.  
Gruppen/Firmen/Vereine/Einzelpersonen

### Hypnose

Vortrag ca. 2 Stunden mit praktischen Übungen  
Was ist Hypnose und was ist sie eben nicht?  
Welche Möglichkeiten bietet die moderne Hypnose?  
Gruppen/Firmen/Vereine/Einzelpersonen

### Achtsamkeit - Tipi-Abend

Gesprächsrunde mit praktischen Übungen ca. 2,5 Stunden. Im Tipi entspannen und dem Stress entfliehen.  
Gruppen/Vereine/Firmen/Einzelpersonen

### Lösungsorientiertes Wandern

Wanderung ca. 2-4 Stunden. Die Natur und das Wandern als positive Impulsgeber für Gesundheit und ein zufriedenes Leben. Während des Gehens ins Gespräch kommen, um gemeinsam zu persönlichen Lösungen und Strategien zu finden. Gruppen/Einzelpersonen

### Spirituelles Wandern

Wanderung ca. 2-4 Stunden. Geist, Körper und Seele bilden eine Einheit. Die Seele ist der spirituelle Teil in uns, der uns mit Gott verbindet. Wie kann Spiritualität meine Gesundheit und Leben positiv beeinflussen.  
Gruppen/Firmen/Vereine/Einzelpersonen

### PRAXISANGEBOT:

#### Naturheilkunde und psychologische Beratung

*Trainings, Seminare, Workshops*  
Akupunktur, Homöopathie, Kinesiologie,  
Autogenes Training und Entspannungstechniken,  
med. Massage, Hypnosetherapie

### KONTAKT:

Heilpraktiker  
Burkhard Herpers  
Fuhrtr. 3  
52152 Simmerath-Rollesbroich  
Tel. 02473-931213



## HEILPRAXIS - RURSEE SABINE BREUER

### „Kraftvolle Impulse für ein zufriedenes Leben“

Die „Praxis für Ganzheitliche Naturheilkunde“ ist in unmittelbarer Nähe zum See gelegen. Dort nehme ich mir die Zeit, Ihre Anliegen nicht nur anzuhören, sondern auch zu verstehen. Gemeinsam erörtern wir eine geeignete Strategie mit dem Ziel, das bestmögliche Ergebnis für Sie zu erreichen.

### MEINE SCHWERPUNKTE:

**Lebensstilmedizin,  
Ordnungstherapie & Psychosomatik**

Zusammenhänge von Lebensstil,  
Krankheitsbild und Gesundheit  
Raucher-Entwöhnung  
Ernährungsberatung  
Mikronährstoffe

### Stressbewältigung, Coaching & psychologische Beratung

Burn-out Prophylaxe  
Einzelcoachings und psychologische Beratung  
Stressmanagement-Seminar „Triple-E“ für  
Kleingruppen und Unternehmen  
Assistenz in Belastungs- und Umbruchphasen

### Vitalität & Bewegungstraining

Pilates  
Body Art ©/ Yoga  
Nordic-Walking  
Mein Therapiespektrum beinhaltet sowohl klassische  
als auch moderne Methoden der Naturheilkunde.

### Spezialisierung auf:

Ohrakupunktur  
Blutegeltherapie  
Mykotherapie/ mediz. Heilpilze  
Gemmotherapie  
Darmsanierung  
Immuntherapie n. Dr. Spengler  
Massage n. Breuss  
Entspannungsverfahren  
Besonderen Wert lege ich auf ein individuelles  
Therapiekonzept und einen klaren Aufbau der  
Behandlungen/Interventionen.

### KONTAKT:

Heilpraktikerin Sabine Breuer  
Im Steinchen 12  
52152 Simmerath-Woffelsbach  
Tel. 0160-93741946  
info@heilpraxis-rursee.de  
www.heilpraxis-rursee.de



## ENTSPANNUNG IN EINRUHR

### Tai-Chi-Spaziergang

Gute Luft, spektakuläre Ausblicke und meditative Ruhe – verbinden Sie diese drei Dinge bei einem gemeinsamen Spaziergang. Ich mache Sie dabei mit einer sanften, leicht zu erlernenden Tai Chi-Form bekannt.

Wir beginnen am Heilsteinhaus mit einem erfrischenden Schluck aus der Quelle. Nach einem kleinen Aufstieg machen wir meditative Tai Chi-Übungen mit wunderschönen Ausblicken auf die Eifelandschaft. Am Kneipp-Becken beenden wir den Spaziergang. Dazu bitte ggf. ein Handtuch mitbringen. Der Spaziergang mit mindestens 3 und höchstens 10 Teilnehmern wird ca. 1,5 Std. dauern.

**15,- Euro pro Person**

### Entspannunginsel

Gönnen Sie sich eine individuelle Entspannunginsel. Ich biete

- > Autogenes Training
- > Progressive Muskelrelaxation (PMR)
- > Tai Chi
- > Phantasie-Reise.

**Preis und Dauer werden individuell vereinbart.**

### Yogische Entspannung

Ich biete eine Kombination sanfter Übungen an, die sich aus verschiedenen Entspannungstechniken wie Yoga, Tai Chi oder Progressiver Muskelentspannung zusammensetzen. Stets wird dabei der Atem mit einbezogen.

Das körperliche Training, verbunden mit Atemübungen, wird Ihnen ein tiefes Entspannungserlebnis vermitteln.

Eine Trainingseinheit mit mindestens 3 und höchstens 10 Teilnehmern dauert 1,5 Std. und findet bei schönem Wetter im Freien statt.

**19,- Euro pro Person**

### KONTAKT:

Irmela Schwartz  
52152 Simmerath-Einruhr  
Tel. 0160-4400186



## DREI TAGE AM SEE

Suchen Sie Entspannung in der Natur? Wollen Sie sich körperlich und geistig bewegen? Sind Sie offen für Neues? Möchten Sie frische Energie in Ihr Leben bringen und Altlasten loswerden? Sie lernen gerne aufgeschlossene und humorvolle Gleichgesinnte kennen?

### PROGRAMM TAG 1

#### Sinneswanderung

Barfußpfad, Geruchsparcours und Spiegelspaziergang.

#### Feuer

Kraftvolles Feuer-Ritual.

Danach gemeinsames Grillen und Lagerfeuer.

### PROGRAMM TAG 2

#### Kanutour

Paddeltour in Kanadiern über den Rursee mit Rast am Nationalpark Eifel.

#### Nachtexpedition

Dunkler Wald, geheimnisvolle Geräusche und fantastischer Sternenhimmel im Sternepark Eifel.

### PROGRAMM TAG 3

#### Waldkunst

Kunst im Augenblick mit der Natur.

#### Intuitives Bogenschießen

Meditatives Zielen und Loslassen.

#### LEISTUNGEN:

- > Fachkundige Betreuung an allen Tagen
- > Verpflegung wie Getränke, Obst und Snacks an allen Tagen
- > Grillgut am Freitagabend

Übernachtungen sind nicht inklusive.

Das Programm ist für eine Gruppengröße von 3 bis 7 Personen ausgelegt, so dass es in Einklang mit den derzeit gebotenen Abstands- und Hygiene-Regelungen stattfinden kann. Aktuelle Termine auf [www.wegeweise.de/seetage](http://www.wegeweise.de/seetage)

**Gesamtpreis pro Person: 240,- Euro**

#### KONTAKT:

Dajana Eisermann

Wendelinusstr. 8

52152 Simmerath-Woffelsbach

Tel. 02473-5495798

Mobil 0163-4316755

[seetage@wegeweise.de](mailto:seetage@wegeweise.de)



## INTUITIVES BOGENSCHIESSEN

Eine gute Bodenhaftung haben? Nicht über das Ziel hinaus schießen? Den rechten Zeitpunkt finden um loszulassen?

Bogenschießen ist seit Urzeiten als Jagd-Technik im kollektiven Bewusstsein des Menschen verankert - da ist es kein Wunder, dass so viele Redewendungen davon abstammen.

Mit unseren neuen soliden Recurve-Bögen, die besonders gut für Anfänger/innen geeignet sind, üben wir den intuitiven Umgang mit Pfeil und Bogen. Fokussieren, Zielen und Schießen geschieht mit dem ganzen Körper. Unser höchstes Ziel ist nicht der Wettkampf und Leistungsvergleich mit Anderen, sondern das Richten der Aufmerksamkeit auf die eigene Haltung: die unseres Körpers und die unseres Geistes.

Als Ort dient uns ein ideal für unsere Bedürfnisse als Bogenschießplatz eingerichtetes, ruhig gelegenes Gelände am Waldrand von Woffelsbach.

### Termine

Ein Termin dauert 2 Stunden - bei größeren Gruppen bis zu 3 Stunden - und beginnt jeweils mit einer Einführung in die Technik; es sind keine Vorkenntnisse nötig. Die Bogenschießen-Termine für Einzelmelder\_innen werden jeweils ca. 1-2 Wochen im Voraus auf [wegeweise.de](http://wegeweise.de) angekündigt. Um gesonderte Termine mit mir zu vereinbaren, rufen Sie mich bitte an, schreiben Sie eine SMS oder mailen Sie mir.

### Für Kleingruppen

Für Gruppen von 3 bis 10 Personen werden gerne gesonderte Termine vereinbart.

**28,- Euro pro Person ab 3 Anmeldungen**  
**70,- Euro für zwei Personen**

### KONTAKT:

Dajana Eisermann  
Wendelinusstr. 8  
52152 Simmerath-Woffelsbach  
Tel. 02473-5495798  
Mobil 0163-4316755  
[bogen@wegeweise.de](mailto:bogen@wegeweise.de)



## HANDYFASTEN - NATUR AUF URSPRÜNGLICHE ART ERLEBEN

„Kommste raus?“ so riefen wir es den Freunden damals zum Küchenfenster hoch oder in die schnarrende Gegensprechanlage hinein. Und dann kamen sie raus und es wurde gespielt. Ob auf der Straße oder im Wald, meistens war man danach schmutzig, aber glücklich. Dann kam das Handy und damit auch Unverbindlichkeit und Kompliziertheit. Ich gebe Euch die Möglichkeit, den Erreichbarkeitsstress für einige Stunden hinter Euch zu lassen. Aus verschiedenen Bausteinen könnt ihr auswählen, wie ihr die Zeit des Verzichts verbringen möchtet.

### Feuerworkshop

Ohne Feuerzeug auf diverse Arten ein Feuer entfachen.

### Traditionelles Bogenschießen

Beim Schnupperkurs das intuitive Schießen erlernen.

### Campcraft

Knotenkunde, Biwakbau aus verschiedenen Materialien, Bau einer Outdoor-toilette, Fallenbau, Errichten einer Feuerstelle mit Dreibein...

### Wasserfilter

Basiswissen zum Thema Wasser und Filtrierung.

### Nahrung

Essbares in der Natur finden, Kräuter erkennen, Cremes, Salben und Tee herstellen, am Feuer kochen...

Ob halb-, ganz- oder mehrtägig, die Länge eurer persönlichen Challenge bestimmt ihr selbst.

**Ab 16,- Euro pro Person für 3 Stunden zzgl. Materialkosten.**

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

Für Familien, Vereine, Firmen und andere Gruppen geeignet

### KONTAKT:

Maria Fiedler

Tel. 0152-24398554

maria\_fiedler@gmx.de



## DEM LEBEN AUF DER SPUR – DER SCHÖPFUNGSPFAD

Zwischen Erde und Himmel, Vielfalt und Ruhezeit – das sind drei Themen der insgesamt zehn Stationen des Schöpfungspfades. Die abwechslungsreiche Natur entlang des Pfades sowie biblische und literarische Texte laden zum bewussten Wahrnehmen und Meditieren ein. Der Schöpfungspfad bietet einen spirituellen Zugang zur Natur in der einmaligen Landschaft des Nationalparks. Eine Station ist zum Beispiel als begehbare Labyrinth gestaltet. Ein Begleitheft mit Fotos, erläuternden Texten und Informationen ist am Startpunkt des Pfades bereitgestellt. Der Pfad beginnt in Simmerath-Erkensruhr am Wanderparkplatz Finkenaue und führt über rund vier Kilometern zur Leykaule auf die Dreiborner Hochfläche hinauf. Der Weg ist als leicht bis mittel einzustufen und führt über einen schmalen Pfad, der für Kinderwagen oder Rollstühle nicht geeignet ist.

### KONTAKT:

Netzwerk „Kirche im Nationalpark Eifel“  
c/o Bischöfl. Generalvikariat, Abt. 1.1  
52062 Aachen · Tel. 0241-452463  
[www.bistum-aachen.de/](http://www.bistum-aachen.de/)  
Netzwerk-Kirche-im-Nationalpark



## HEILARBEIT IST MEINE BERUFUNG.

Mein Name ist Egle Maria Pichetto. Ich bin seit 2004 als energetische Heilerin tätig. Schon im frühen Alter zeige ich großes Interesse für Spiritualität. Im Jahr 2004 absolvierte ich den ersten Reiki Grad, zwei Jahre später den Lehrer Grad. Es folgten weitere Ausbildungen, um mein Wissen zu vertiefen und mein Angebotspektrum zu erweitern. Seitdem hat sich mein Leben wunderbar verändert. Energetische Heilarbeit ist für mich eine Bereicherung und eine Inspiration auf meinem Lebensweg. Es macht mich glücklich mit Menschen zu arbeiten und sie auf ihrem individuellen Weg der Heilung und Selbsterkenntnis zu unterstützen.

### SPIRITUELLE ANGEBOTE

Reiki Behandlungen und Einweihungen,  
Chakra Reinigung mit Aura Soma Ölen,  
Ayurveda Massagen, Schamanische Heilung  
und Meditation und vieles mehr.

### Preise und Termine:

[www.eifelretreat.com](http://www.eifelretreat.com)

### KONTAKT:

Egle Maria Pichetto  
Erkensruhr 254 · 52152 Simmerath  
Tel. 0173-5821654  
[info@eifelretreat.com](mailto:info@eifelretreat.com)



## TREKKING MIT TIEREN

Relaxen, bewegen und begegnen – ein Besuch im Steckenborner Rursee Idyll bringt Sie in Einklang mit der Natur und sich selbst. Wir wandern mit den Tieren und dabei geben die Kleinsten oder die Langsamsten das Tempo vor. Je nach Lage und Wetter passen wir die Strecke an und sind zwei bis drei Stunden zusammen unterwegs.

Dabei genießen wir die tolle Natur und die gute Luft und lassen uns auf den engen Kontakt mit den Alpakas ein, die uns begleiten. Neben den Kleinkamelen wohnen im Rursee Idyll auch noch ein Shetlandpony, Kaschmir- und Zwergziegen die ebenfalls gerne wandern gehen. Die Touren werden nach ihren Wünschen und den Gegebenheiten vor Ort zusammengestellt und führen zu tollen Aussichtspunkten mit Rundblick auf den Rursee und Nationalpark. Ein schottisches Wildschaf, Hühner und eine Voliere mit Vögeln fühlen sich hier auch wohl. Wer ein paar Tage länger bei uns bleiben möchte, für den steht unsere Ferienwohnung zur Verfügung.

### KONTAKT:

Rursee Idyll · Gabriele Laufenberg  
 Hechelscheider Str. 72  
 52152 Simmerath-Steckenborn  
 Tel. 02473-4010226  
[www.rurseeidyll.de](http://www.rurseeidyll.de)

## LAMA- UND ALPAKAWANDERUNGEN

Wir werden Sie davon überzeugen, dass Lama oder Alpaka aus guter Haltung nicht gezielt auf Menschen spucken. Sie sind unheimlich sensibles und einfühlsames Wesen. Die Tiere sind sehr gut trainiert und können daher sehr einfach an der Leine geführt werden. In Simmerath-Paustenbach warten die Alpakas und Lamas auf Sie: Lassen Sie sich von den sanftmütigen, neugierigen und liebenswerten Kleinkamelen bei einem geführten Spaziergang oder einer Trekkingtour faszinieren. Sie können zwischen einer 2 Stunden Tour, diese ist auch für ältere Personen und Kleinkinder geeignet und einer 3 Stunden Tour, ca. 6 km, wählen.

Bei den Wanderungen können Fragen rund um Kleinkamele gestellt werden. Nach der Wanderung gibt es noch einen kurzen Vortrag über die Tiere. Wanderungen sind nach schriftlicher Anmeldung von Dienstag bis Sonntag zwischen 10:00 und 18:00 Uhr möglich.

### KONTAKT:

Kopphof Lamas  
 Paustenbacherstraße 6  
 52152 Simmerath-Paustenbach  
 Tel. 0157-39251112



## FOLLOW YOUR HEART

### Male Dein Lebensbrett

Lebensbretter oder auch Seelenbretter zu malen ist eine wunderbare Möglichkeit eigene Gedanken, Wünsche und Träume zum Ausdruck zu bringen. Ob Bäume, Blumen, Symbole oder Texte, Ornamente oder einfach Farben: Alles kann zu einem starken Ausdruck seiner inneren Werte werden. Die Künstlerin regt in ihren Workshops an, auf die Suche nach seinem ICH zu gehen. Dies hilft den Teilnehmern, positive Aspekte in ihrem Leben zu erkennen und diese auf einem Holzbrett, also etwas bodenständigem, festzuhalten bzw. zu verankern. Es hilft nach vorne zu sehen und in schwachen Momenten seine Motivation in seiner eigenen Seelenbotschaft zu finden, denn das Lebensbrett, das in jeder Wohnung einen Platz findet, wird zu einem schönen Weggefährten. Beate Mack ist Kunstmalerin und eine bekannte Konzeptkünstlerin, die in der Eifel und auf Mallorca arbeitet.

Die Workshops finden bei schönem Wetter draußen in der freien Natur statt – ansonsten im Atelier oder auf Wunsch an einem anderen Ort. Ob Intuitives Malen für Männer und Frauen oder die Kreativkurse für Kinder und Jugendliche – auch Gruppen – auf jeden Fall nimmt man sein Lebensbrett (ca 120 bis 200 cm lang,

25 cm breit) mit nach Hause. Es können auch Freundschafts- Familien- oder Firmenbretter gemalt werden, eine schöne Idee als Geburtstags- Jubiläums- oder Hochzeitsgeschenk. Der Workshop „Farbenrausch“ für Frauen ist Lebensfreude pur und immer ein inspirierendes Kreativerlebnis. Dabei geht es sowohl um innere Freiheit und natürlich bekommt man dazu viele künstlerische Tipps.

Bretter, Farben und Pinsel werden gestellt. Passende Kleidung bitte selber mitbringen. Wir malen mit Acrylfarben. Sie sind im feuchten Zustand wasserlöslich, im getrockneten Zustand witterungsfest. Getränke stehen bereit. Die Kurszeiten liegen zwischen 3,5 bzw. 6 Stunden.

### KONTAKT

Beate Mack  
Atelier in der Alten Schule  
Chantrainstraße 12  
52152 Simmerath  
Tel. 0172-7766617  
info@beatemack.de  
www.beatemack.de



## PHYSIOOS SPORTS

### -the quality of mindful movement-

Genieße die wohltuende Stille der Gedanken, wenn Atem und Bewegung beim Yoga im Einklang fließen... erlebe die harmonisierende Wirkung des Qigong... stärke deine Körpermitte beim Pilates oder stabilisiere deinen Beckenboden beim Beckenbodentraining.

PhysioOs Sports ist aus dem Wunsch heraus entstanden, Menschen achtsame Bewegungsformen und -möglichkeiten zu eröffnen, die sie dabei unterstützen, sich selbst Gutes zu tun, ihre Gesundheit zu fördern und ihr Wohlbefinden zu stärken. Von Montags bis Samstags bieten wir daher ein vielfältiges Kursprogramm: Yoga für Anfänger, Fortgeschrittene, Schwangere, Mütter und Kinder, Qigong, Pilates und Beckenbodentraining, aber auch Personal Trainings im Yoga oder Pilates sind bei uns buchbar.

Die Vernetzung mit der Physio- und Osteopathie Praxis der PhysioOs ermöglicht es uns, einerseits die Kurse durch fachliche Expertise und therapeutische Beratung im Hintergrund zu bereichern und andererseits Therapien zu unterstützen.

Die meisten unserer Kurse sind online über ein Kartensystem buchbar, so dass du nach Zeit, Lust und Laune an unseren Kursen teilnehmen kannst. Und manche

Kurse sind zertifiziert, so dass sie von vielen Krankenkassen bezuschusst werden.

Zusätzlich stellen wir einen Teil unseres Angebotes in Form von Videos, Audiodateien oder Onlinekursen zur Verfügung und veranstalten regelmäßig Workshops speziell zum Ausprobieren oder zu anderen besonderen Themen und Schwerpunkten.

Näheres zu unserem Kursangebot und unseren Kursplan findest du auf unserer Homepage. Gerne beraten wir dich auch telefonisch oder per Mail, welcher Kurs zu dir passt. Oder du vereinbarst unverbindlich und unkompliziert einen Schnuppertermin bei uns.

PhysioOs Sports bietet dir fachliches Wissen und persönliche Erfahrungen, nachhaltige Ausstattung und liebevolle Atmosphäre, achtsame Aufmerksamkeit und individuelle Anleitung und den erfrischenden Einsatz von Herz, Hand und Verstand.

PhysioOs Sports schenkt dir Raum und Zeit für dich und deine Bewegung. Wir freuen uns auf dich!

### KONTAKT

PhysioOs Sports  
Isabel Rey  
Tel. 0174-5848811  
i.rey@physioos.de  
www.physioos-sports.de



## GUTES FÜR DEN RÜCKEN

### Im Medaix Rückenzentrum Simmerath

#### Physiotherapie

Patienten können telefonisch Termine buchen.

- > Voraussetzung ist ein gültiges Rezept.
- > Dieses muss im Vorfeld vom Arzt ihrer Wahl ausgestellt werden, muss (im gesetzlich versicherten Fall) innerhalb 14 Tagen begonnen werden
- > Das Rezept kann eine begrenzte Anzahl von Behandlungen haben. Z.B. bei 5 Tagen Aufenthalt in der Region, 2 oder 3 x Krankengymnastik o. A. mit 2 - 3 x die Woche.
- > Kosten übernimmt komplett die Krankenkasse, bis auf die gesetzlich vorgegebene Zuzahlung (welche auch beim Therapeuten in der Heimat zu entrichten ist)

#### MedAix Training Simmerath

**MedAix Gesundheits-Check-Up:** Wie beweglich sind Sie? Wie stark sind Ihre Bewegungseinschränkungen? Wie ist Ihr Körper zusammengesetzt? Wie hoch ist der Anteil von Fett, Muskeln und Wasser und was ist gesund für Sie? Mit den neuen und modernen Messgeräten mobee fit und mobee scale ist die Beantwortung dieser Fragen kein Problem. Sie erhalten fundierte Erkenntnisse über Ihren aktuellen körperlichen Zustand.

#### Ihre Vorteile

- > Wertvolle Rückschlüsse auf den Gesundheitszustand
- > Sensibilisierung für gesundheitsrelevante Aspekte
- > Früherkennung körperlicher Defizite und Gesundheitsrisiken
- > Basis für fundierte Trainings- und Ernährungsberatung

**Je Test 60 Minuten 60,- Euro pro Person**

#### MedAix Kurse:

Lassen Sie sich von unserer Auswahl an Kursen inspirieren. Ob Einsteiger oder erfahrener Sportler – wählen Sie Ihre Favoriten aus über 10 verschiedenen Kursen. Das Spektrum an Kursen reicht vom Kräftigungs-, über Entspannungs- bis hin zum Ausdauertraining. Da ist für jeden was dabei!

- > Yoga
- > Pilates
- > Faszientraining

**Je Kurs 60 Minuten 10,- Euro pro Person**

Aktueller Kursplan unter:

[www.medaix.de/training/kurse](http://www.medaix.de/training/kurse)

#### MedAix Trainingszentrum:

Nutzen Sie unsere Trainingseinrichtung um Ihren Trainingszustand weiter aufrecht zu erhalten und in Bewegung zu bleiben. Zur Verfügung stehen Ihnen die gesamte Trainingsanlage mit Kardiogeräten, Krafttrainingsgeräten, Kursraum mit verschieden Equipment. Ausgewähltes Fachpersonal (Sportwissenschaftler, Gesundheitsmanager, Gymnastiklehrer) betreut Sie bei ihrem Fitnessprogramm.

**Ganztägig 30,- Euro pro Person**

#### KONTAKT:

MedAix Simmerath  
 Kammerbruchstr. 18 · 52152 Simmerath  
 Tel. 02473-9387940 (Physiotherapie)  
 Tel. 02473-9386130 (Trainingszentrum)  
[www.medaix.de/standorte/simmerath](http://www.medaix.de/standorte/simmerath)



## VITAFIT TRAININGSZENTRUM

Immunsystem, Fitness und Gesundheit sind Themen, die im Trend liegen und nun wichtiger denn je sind. Kein Wunder: Sie sind eine Voraussetzung dafür, dass Sie Ihr Leben ganz bewusst genießen können. Tag für Tag aufs Neue. Und das Beste: Es macht richtig Spaß, selbst aktiv zu werden, um gesund und fit zu bleiben.

VITAFIT Simmerath ist Ihr inhabergeführter Premium Fitness Club, wenn Sie Ihre Fitness- und Gesundheitsziele mit Leichtigkeit erreichen möchten. Denn alles bei uns ist auf Ihren Komfort eingestellt und auf Ihrem personalisierten Armband gespeichert: Die Trainingstechnologie des Spitzenherstellers eGym, Flexx und Precor sorgt nicht nur dafür, dass Sie Ihre individuellen Geräteeinstellungen automatisch auf einem Chip gespeichert haben, sondern denkt für Sie mit und unterstützt Sie durch regelmäßig wiederkehrende Muskelkraft- und Ausdauerermessungen sowie Trainingsplananpassungen beim Erreichen Ihrer persönlichen Trainingsziele wie Kraftaufbau, Ausdauerverbesserung, Immunsystemaufbau, Schmerzlinderung, Gewichtsreduktion, Beweglichkeitssteigerung und Stressabbau.

Unser aufmerksames Team betreut Sie jederzeit persönlich. Und freut sich jedes Mal, wenn es Sie sagen hört: „Ja, ich hab's geschafft!“, denn wir bezeichnen uns als DIE Premium-Fitness-Experten für Best Ager mit dem KLEINSTEN, aber PERSÖNLICHSTEN Studio in der Eifel und bieten eine besondere 5-A-LEISTUNG an: Alles Anders Als Alle Anderen!

### UNSER KOMBI-ANGEBOT FÜR SIE BESTEHT AUS:

- > Beweglichkeits- und Faszientraining mit dem Flexx-Zirkel
- > Kraft- und Muskeltraining mit dem eGym-Zirkel
- > Ausdauer- und Immunsystemtraining mit den Precor-Cardiogeräten
- > Ihre persönlichen Geräteeinstellungen und Trainingsprogramme werden auf Ihren Chip gespeichert, somit werden die häufigsten Fehler vermieden: falsche Gewichte, falsche Bewegungen, falsche Geschwindigkeit, falsche Anzahl Wiederholungen und falsche Trainingszeiten
- > Ihr Trainingsverlauf und dessen Wirkung wird mittels eigener App dokumentiert und analysiert. Auch Ihr biologisches Alter wird ermittelt.
- > Sie trainieren in freundlicher Atmosphäre unter sportwissenschaftlicher Aufsicht.
- > Ihre Krankenkasse bezuschusst unser Programm bis zu 100%.

**Als einzelne Trainingseinheit: 20,- Euro pro Person**  
**Als 4 Wochen-Training (2x/Woche): 120,- Euro pro Person (Zuschuss der Krankenkasse mind. 75,- Euro)**  
**Als 8 Wochen-Training (2x/Woche): 240,- Euro pro Person (Zuschuss der Krankenkasse mind. 150,- Euro)**

### KONTAKT:

VITAFIT Simmerath  
Robert-Koch-Str. 37  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-5495511  
[www.vitafit-simmerath.de](http://www.vitafit-simmerath.de)



## FIT FOR LIFE

### **Sportlich (attr)aktiv zur körperlichen Gesundheit!**

Lassen Sie sich inspirieren von Gesundheitstraining über Ernährungscoaching zu professioneller Beratung bis hin zu einem beachtlichen Angebot. Als moderne Fitness- und Gesundheitsanlage bieten wir auf mittlerweile 1.700m<sup>2</sup> eine komplette Reihe an Leistungen für ein ausgeglichenes und gesundes Leben.

Ein Höchstmaß an Dienstleistung, konsequenter Kundenorientierung, ständig steigender Mitarbeiterqualifikationen, sowie ein erstklassiges Ausstattungsniveau und Wohlfühlatmosphäre stehen nun mehr als 22 Jahre im Mittelpunkt unserer Werte.

### **Wellness**

...der ideale Abschluss eines Trainingstages. Genießen und entspannen Sie in unserem BIO-Saunabereich. Sie hilft zu entspannen, beschleunigt die Regeneration, stärkt das Immunsystem und wirkt sich zudem positiv auf das vegetative Nervensystem und damit auf Ihr persönliches Wohlbefinden aus.

### **eGym**

Mit der Zielsetzung „Make the gym work for everyone“ trainieren Sie in kürzester Zeit effektiver, sicherer, motivierter, abwechslungsreicher und gesünder.

Elektronische Trainingsgeräte nach neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen in Einbezug des persönlichen Trainingsziels.

### **fle-xx**

Eine starke Philosophie der Beweglichkeit! Die fle-xx Philosophie ist einfach, aber revolutionär. Rückenschmerzen sind das Ergebnis einseitiger Bewegungsmuster in der täglichen Routine. Der fle-xx Zirkel hilft Ihnen Ihre Muskeln zu verlängern, Schmerzen in Nacken, Schultern und Rücken entgegen zu wirken und folgend Ihre Beweglichkeit zu verbessern.

### **Kurse**

Kurse aus den Bereichen Gesundheit, Herzkreislauf, Muskelausdauer, Koordination, Lebensenergie und Fitness-Tanz. Informieren Sie sich jetzt über angebotene Präventionskurse und Zuschüsse der Krankenkassen. 2 kostenlose Probestunden sollen Ihnen als Findungshilfe dienen.

### **Ernährung**

Gesunde Ernährung leicht gemacht! Ihr persönlicher Figurplan - die Garantie für Ihren Erfolg. Ihr eigenes Kochbuch mit individuellen Rezepten, gedruckt, gebunden und optimal an Ihre Bedürfnisse und Wünsche angepasst.

### **Und noch vieles mehr...**

### **UNSER ANGEBOT FÜR SIE:**

LifeFitness Gerätepark - Rückenpark - fl-exx - Kurse - Präventionskurse (Krankenkassen Bezuschussung) Cardiogeräte - Wellness/Sauna - Schankbalken - stetige Kundenbetreuung

**Tages-, Wochen- und Monatskarte möglich**

### **KONTAKT:**

Fit for Life  
Einsteinstraße 8  
52152 Simmerath-Rollesbroich  
Tel. 02473-939098  
[www.fit-for-life-eifel.de](http://www.fit-for-life-eifel.de)



## APOTHEKEN

### Ahorn-Apotheke

Fuggerstraße 21-25  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-93810

### Apotheke in den Bremen

Humboldtstraße 1  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-87938

### Rathaus-Apotheke

Kammerbruchstraße 6  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-7371

## ÄRZTE

### AUGENHEILKUNDE

#### Dr. med. Gabriela Keller-Kuckelkorn

Robert-Koch-Straße 6  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-6220

### GYNÄKOLOGIE

#### Dr. med. Carina Wilms

Hauptstraße 8  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-8071

#### Dr. med Regina Könemann-Schleupner

Humboldtstraße 1  
5152 Simmerath  
02473-87725

### HALS-NASEN- OHREN-HEILKUNDE

#### Dr. med. Knut Koeser

Robert-Koch-Straße 6  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-8044

### INNERE MEDIZIN / ALLGEMEINMEDIZIN

Gemeinschaftspraxis  
Innere Medizin,  
Kardiologie, Intensiv-  
und Notfallmedizin

#### Dr. med.

#### Jens Backe

#### Dr. med.

#### Christian Beckereit

Bundesstraße 8  
52152 Simmerath-  
Kesternich  
Tel. 02473-3963

### Gemeinschaftspraxis Allgemeinmedizin

#### Dr. med.

#### Walter Dittmer

#### Dr. med.

#### Kirsten Weißenberg

#### Dr. med.

#### Sandra Massanek

Bundesstraße 99  
52152 Simmerath-  
Kesternich  
Tel. 02473-2181

### Innere Medizin

#### Dr. med.

#### Christoph Bernhardt

Kammerbruchstraße 16  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-7195

### Allgemeinmedizin

#### Dr. med.

#### Bernhard Jung

Humboldtstraße 1  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-938600

### Innere Medizin

#### Dr. med.

#### Andrea Schweitzer

Fuggerstraße 21-25  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-6330

### KIEFERORTHOPÄDIE

#### Dr. med. Thomas Alt

Fuggerstraße 23  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-937777

### KINDER-/ JUGENDHEILKUNDE

#### Dr. med. Gerhard Klein

#### Petra van Deuten

Fuggerstraße 21 - 25  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-92890



## ORTHOPÄDIE & REHA-MEDIZIN

**Dr. med. Andrijana Dedic**  
Kammerbruchstraße 18  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9378000

## UROLOGIE

**UZE-Urologisches Zentrum Euregio Praxis Simmerath**  
**Priv.-Doz. Dr. med. Alexander S. Brandt**  
**Dr. med. Vikram Zeuch**  
Humboldtstraße 1  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-87823

## ZAHNHEILKUNDE

**Gemeinschaftspraxis Dr. Hans Wilhelm Dercks Ines Dercks - Kolbe**  
Robert-Koch-Straße 7-13  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-6162

**Dr. Wiebke Möller-Ühlken**  
Schießgasse 14  
52152 Simmerath-Lammersdorf  
Tel. 02473-1412

**Dr. Daniel Rämisch**  
Kammerbruchstraße 34  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-6911

**Dr. med. dent. Michael Schalloer**  
Kammerbruchstraße 21-23  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-8660

**Zahnarztpraxis Patrick Koch**  
Kammerbruchstraße 18  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9378005

**KRANKENHAUS Eifelklinik St. Brigida**  
Kammerbruchstraße 8  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-890

## NATUR-HEILKUNDE

**Dr. Eckehard Eibl**  
Schilbsbachstraße 34 b  
52152 Simmerath-Woffelsbach  
Tel. 02473-3331

**Heilpraktikerin Sabine Breuer**  
Im Steinchen 12  
52152 Simmerath-Woffelsbach  
Tel. 0160-93741946  
info@heilpraxis-rursee.de  
www.heilpraxis-rursee.de

**Burkhard Herpers**  
Fuhrtstraße 3  
52152 Simmerath-Rollesbroich  
Tel. 02473-931213

**Susanna Schedler**  
Arnikaweg 5  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9272748

**Jochen Wilden**  
Am Stein 9  
52152 Simmerath-Rollesbroich  
Tel. 02473-937628

## KRANKEN GYMNASTIK | PHYSIOTHERAPIE

**Physiotherapie, Naturheilkunde Daniel Berzborn**  
Heidbüchelstraße 30  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-909443

**Krankengymnastik, Physiotherapie MedAix Physiotherapie**  
Kammerbruchstraße 18  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9387940  
www.medaix.de/standorte/simmerath



**Physiotherapie,  
Osteopathie  
PhysioOs**

In den Bremen 4  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9385166  
www.physioos.de

**Krankengymnastik  
Ingrid Schmitz &  
Andrea Wiegleb**

Fuggerstraße 27  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-689500  
www.physiotherapie-  
schmitz-wiegleb.de

**Osteopathie,  
Physiotherapie,  
Naturheilkunde**

**Rene Steffny**  
Krämerstraße 28  
52152 Simmerath-  
Lammersdorf  
Tel. 02473-7424  
www.renesteffny.de

**ERGOTHERAPIE**

**Claudia van Bonn**  
Kammerbruchstraße 33  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-937833  
www.cvb-ergo.de

**MASSAGE**

**MedAix Physiotherapie**  
Kammerbruchstraße 18  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9387940  
www.medaix.de/  
standorte/simmerath

**Klangmassage + Yoga  
Mittelpunkt Mensch**

Kapellenstraße 70  
52152 Simmerath-  
Huppenbroich  
Tel. 02473-9272458  
www.lebensberatung-  
eifel.de

**Traditionelle  
Thaimassage  
SUNTRIE**

Dr.-Fritz-Platz 2  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9739809  
www.suntrie.de

**Winai-Praxis für  
Thaimassage  
Winai Sriphong**

Uferstraße 1 a  
52152 Simmerath-  
Woffelsbach  
Tel. 02473-929540  
www.winai-praxis-fuer-  
thai-massage.de

**Petra Förster**  
Eicherscheid 25  
52152 Simmerath  
Tel. 0160-5744276

**OPTIKER |  
HÖRAKUSTIKER**

**Augenoptik, Hörakustik,  
Pädakustik Kaulard**  
Robert-Koch-Straße 6  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-6336  
www.derkaulard.de

**Brille und Akustik  
Schwickard**  
Robert-Koch-Str. 15-17  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9275111  
www.brille-akustik-  
schwickard.de

**Blickpunkt Augenoptik**  
Hauptstr. 38  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-68254  
www.blickpunktaugen-  
optik.de



### **Optik Krott**

Hauptstr. 74  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-7134  
[www.brille-krott-uhren-schmuck.de](http://www.brille-krott-uhren-schmuck.de)

## **SANITÄTSHAUS**

### **Sanitätshaus Kleis**

Fuggerstraße 21-25  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-689766

### **Centro Vital Koczyba**

Humboldtstraße 23  
52152 Simmerath  
Tel. 02403-797176

## **SPORTSTUDIO**

### **Body Factory**

In den Bremen 11  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-937330  
[www.bodyfactory-eifel.de](http://www.bodyfactory-eifel.de)

### **Fit for Life**

Einsteinstraße 8  
52152 Sim.- Rollesbroich  
Tel. 02473-939098  
[www.fit-for-life-eifel.de](http://www.fit-for-life-eifel.de)

### **MedAix Trainig**

Kammerbruchstraße 18  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9386130  
[www.medaix.de/standorte/simmerath](http://www.medaix.de/standorte/simmerath)

### **Vitafit Trainingszentrum**

Robert-Koch-Straße 37  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-5495511  
[www.vitafit-simmerath.de](http://www.vitafit-simmerath.de)

### **Tanzwerkstatt Simmerath e.V.**

Einsteinstr. 7  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9273231  
[www.tanzwerkstatt-simmerath.de](http://www.tanzwerkstatt-simmerath.de)

## **NORDIC WALKING**

### **Wilfried Stollenwerk**

Grimmischall 21  
52152 Simmerath -  
Rurberg  
Tel. 02473-9271196  
[www.nordic-walking-eifel.de](http://www.nordic-walking-eifel.de)

## **STAND-UP- PADDELN**

### **SUP Safety**

Seerandweg 26  
52152 Simmerath -  
Rurberg  
Tel. 0177-3311401  
[www.supsafety.de](http://www.supsafety.de)

## **SALZGROTTE**

### **SanaVita**

**Simmerath GmbH**  
Kammerbruchstr. 21  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-909098  
[www.salzgrotte-simmerath.de](http://www.salzgrotte-simmerath.de)

## **SYSTEMISCHE SUPERVISION & BERATUNG**

### **wegeweise**

### **Dajana Eisermann**

Wendelinusstraße 8  
52152 Simmerath  
-Woffelsbach  
Tel. 02473-5495798  
[www.wegeweise.de](http://www.wegeweise.de)

## **WELLNESS- UND AROMATHERAPIE** Psychologische Beratung

### **Zeit für Dich**

Am Berg 11  
52152 Simmerath-  
Woffelsbach  
Tel. 02473-8326455  
[www.spirituelle-entspannung.de](http://www.spirituelle-entspannung.de)



## ENERGIEARBEIT/ YOGA

**Am Kraftort Eifel  
Mittelpunkt Mensch**  
Kapellenstraße 70  
52152 Simmerath-  
Huppenbroich  
Tel. 02473-9272458  
www.mittelpunkt-mensch-  
am-kraftort-eifel.de

**Praxis für spirituelles  
Heilen Andrea Stadie**  
Langer Weg 9  
52152 Simmerath-  
Woffelsbach  
Tel. 02464-906377  
www.andreastadie.de

**Zeit für Dich  
Maria Lutterbach**  
Am Berg 11  
52152 Simmerath-  
Woffelsbach  
Tel. 0160-8326455  
www.spirituelle-  
entspannung.de

**Entspannung in Einruhr**  
Irmela Schwartz  
Einruhr  
Tel. 0160-4400186

**Heilarbeit**  
Egle Maria Pichetto  
Erkensruhr 254  
52152 Simmerath  
Tel. 0173-5821654  
info@eifelretreat.com

**Handyfasten**  
Maria Fiedler  
Tel. 0152-24398554  
maria\_fiedler@gmx.de

**Follow your Heart**  
Atelier in der Alten Schule  
Beate Mack  
Atelier in der Alten Schule  
Chantrainstraße 12  
52152 Simmerath  
Tel. 0172-7766617  
info@beatemack.de  
www.beatemack.de

## TIERHEILKUNDE

**Dr. Pia Rizgalla-Kessel  
Dr. Marwan Rizgalla**  
Kammerbruchstraße 67  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-928712

**Dr. Werner Ramisch**  
Paustenbacher Straße 39  
52152 Simmerath-  
Paustenbach  
Tel. 02473-1511

**Dr. Kerstin Schmidt**  
Bachstraße 18  
52152 Simmerath-  
Eicherscheid  
Tel. 02473-6717

**Dr. Ulrike Stärk**  
In den Bremen 20  
52152 Simmerath  
Tel. 02473-9272785

## TREKKING MIT TIEREN

**Gabriele Laufenberg**  
Hechelscheider Str. 72  
52152 Simmerath-  
Steckenborn  
Tel. 02473-4010226  
www.rurseeidyll.de

**Kopphof Lamas**  
Paustenbacherstraße 6  
52152 Simmerath-  
Paustenbach  
Tel. 0157-39251112

Bildnachweise: Titelbild BillionPhotos; S. 3 Ch. Bauer; S. 4, 5, Kasteo - Adobe Stock; S. 6, 7, 8 Gemeinde Simmerath; S. 9 Rursee-Touristik GmbH; S. 10 - Pixabay; S. 12, 13 Sabine Breuer; S. 14, 15 J. Majus und Dr. I. Schwartz; S. 16, 17, 18, 19 Eisermann; S. 20, 21 Fiedler; S. 20 Nationalparkforstamt Eifel; S. 23 Pichetto; S. 24 Laufenberg; S. 25 Kopphof; S. 26, 27 B. Mack; S. 28, 29 PhysioOs; S. 30 Medaix; S. 32 VITAFIT; S. 34 Fit for Life; S. 36, 37, 38, 39 Pixabay; S. 40, 41, 42, 43 Africa Studio-Adobe Stock; S. 44, 45 Gemeinde Simmerath; S. 46 Monschauer Land Touristik e. V.; S. 47 Koczuba; Rückseite K. Richter



## LEIHSERVICE FÜR E-MOBILE

Wem das Gehen schwer fällt, kann den Rursee und seine Umgebung ganz entspannt mit einem Elektro-Mobil erkunden. Centro VITAL Koczyba in Simmerath hält Miet-Mobile bereit, bis zu 6 km/h schnell, mit denen alle befestigten Wege befahren werden können. Centro VITAL Koczyba bietet darüber hinaus ein breites Angebot an Geh- und Hilfsmitteln, die für die Dauer des Aufenthaltes gemietet oder zum Hausgebrauch erworben werden können.

### Preisübersicht:

Miete pro Tag:	59,00 €
Miete pro Wochenende (Fr. bis Rückgabe Mo. bis 12:00 Uhr)	99,00 €
Miete pro Woche:	159,00 €
Miete 2 Wochen:	199,00 €
Pro weiterer Miet-Tag	30,00 €

### KONTAKT:

Centro Vital Koczyba  
Humboldtstr. 23  
52152 Simmerath  
Tel. 02403-797176  
[www.koczyba.de](http://www.koczyba.de)





## **RURSEE-TOURISTIK GMBH**

### **Nationalpark-Tor Rurberg**

Seeufer 3 · 52152 Simmerath-Rurberg  
Tel. +49 (0)2473-93770

### **Nationalpark-Infopunkt Einruhr**

Franz-Becker-Str. 2 · 52152 Simmerath-Einruhr  
Tel. +49 (0)2473-937717

April - Okt.: 09:00-13:00 und 13:30-17:00 Uhr

Nov. - März: 10:00-13:00 und 13:30-16:00 Uhr

**info@rursee.de · www.rursee.de**

