



@ concretepeople.de Eva Maria Frey

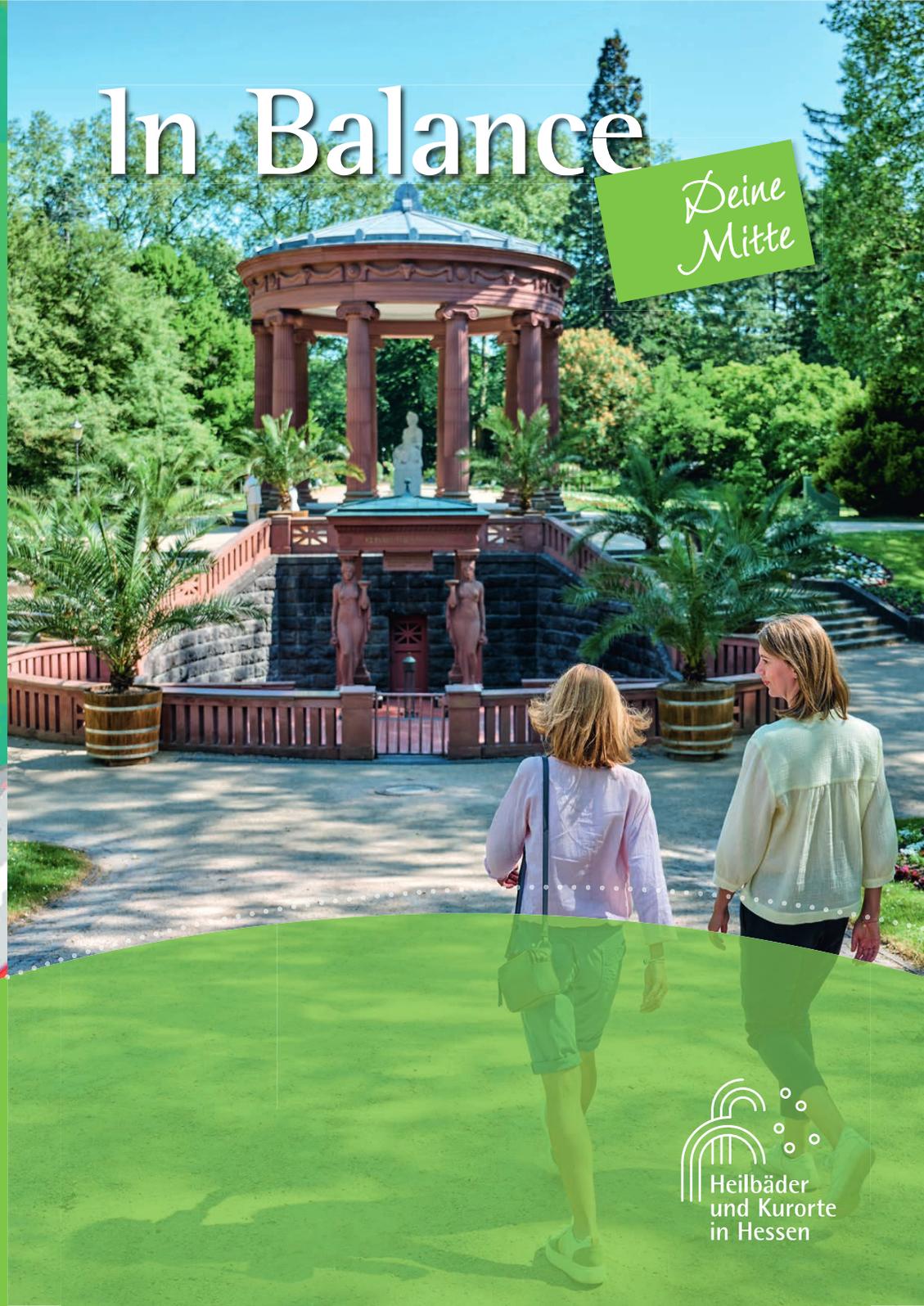
**DIE KUR**  
kur-in-hessen.de



Heilbäder  
und Kurorte  
in Hessen

# In Balance

*Deine  
Mitte*



Heilbäder  
und Kurorte  
in Hessen



# In Balance

## Impressum – IN BALANCE

### Die Heilbäder und Kurorte in Hessen

Anzeigen-Sonderveröffentlichung der Rhein-MainMedia GmbH vom 18. Januar 2025

Veröffentlicht in: Frankfurter Neue Presse, Höchstes Kreisblatt, Taunus Zeitung, Frankfurter Rundschau, F.A.Z. Rhein-Main RheinMainMedia GmbH (RMM), Waldstraße 226, 63071 Offenbach, [www.rmm.de](http://www.rmm.de) (zugleich ladungsfähige Anschrift für die im Impressum genannten Verantwortlichen und Vertretungsberechtigten), Geschäftsführer: Achim Pflüger (RMM), Projektleitung: Armin Schott, Telefon (069) 75 01-41 02, [armin.schott@rmm.de](mailto:armin.schott@rmm.de). Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt: Bernd Buchterkirch (RMM) Text: Hessischer Heilbäderverband e.V., Almut Boller – Layout: Dieter Lauer

Fotonaachweise: TS Bad Homburg v. d. Höhe, Florian Trykowski, S2, S3, S4, S5 ul, S7 ul, S8, S11 ul, S13 um, S17 om, S17 ul, S19 ur, S21 om, S21 um, S21 ur, S22 ol, S22 om, S22 or, S22 um, S23 or, S23 m Heiko Rhode Fotografie, S5 ur Lena Alsdorf, S6 Oellermann, Train to Mars, S7 ol Anja Estep, Susanne Müller, S7 om, S20 Tourismus- und Kur-AöR, Bad Sooden-Allendorf, S7 or Kur & Touristik GmbH Bad Salzschlirf, Martin Morgenweck, S7 ur Kurgesellschaft Bad König GmbH, S7 ur Touristik Service Bad Arolsen, S9 ul, S9 ur, S11 ol, S15 ul, S15 ur, S22 ur Almut Boller, S10 Anna Redmann, Bad Nauheim, S11 om Klaus-Peter Kappes, Sauerland-Wanderdörfer, S11 or Gemeinde Bad Zwesten, S11 um Andrea Dötzer, S11 ur Jürgen Depenbrock, S13 ol Kurgesellschaft Bad König GmbH, S13 om, S13 ml, S19 ul Fouad-Vollmer Fotografie, S13 or Sprudelhof Therme, S13 mm Gemeinde Bad Zwesten, S13 mr Königstein Kur GmbH, S13 ul Kurhessen Therme, S13 ur Mattiaqua, Wiesbaden, S14 inMedia Oppenheim, S16 Marie-Christine Möller, S17 ol Bad Orb Kur GmbH, S17 or Günter Herbert, S17 um Alexander Walter, S17 ur Helbig Marburger, Reinhard & Sonja Ernst Stiftung, S18 Staatsbad Bad Wildungen, S21 ol Kur- und Kongreß-GmbH Bad Homburg v. d. Höhe, Johannes C. Elze, S21 or, S23 ul Kur- und Freizeit-GmbH, Bad Soden-Salmünster, S21 ul Stadt Herbstein, S22 ul Kassel Marketing GmbH, Can Wagener

Druck: Dierichs Druck+Media GmbH & Co. KG, Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel

Weitere Detailangaben siehe Impressum der oben aufgeführten Veröffentlichungen.

## In Balance

### Natürlich. Ganzheitlich. Persönlich.

Es gibt nur wenige Dinge im Leben, die so viel Kraft geben wie die Natur.

Ihre heilsamen Elemente – Wasser, Wärme, Erde, Luft – und die Anwendung durch staatlich geprüfte Kurärzte und Coaches motivieren das innere Ich und machen es stark für Veränderungen.

Die Heilbäder und Kurorte in Hessen legen Ihnen das Handwerkszeug für Ihren neuen Lebensstil bereit. Individuell zugeschnitten und so aufbereitet, dass es sich in den Alltag integrieren lässt, wird es zum verlässlichen Wegbegleiter. Von Spezialisten entwickelte Coaching-Programme helfen Ihnen dabei, die alten Angewohnheiten beiseitezuschieben, neue Muster zu erlernen und vor allem einzuüben.

### Kompass für einen ganzheitlichen Lebensstil

Ein wahrer Experte in Sachen Veränderungsfähigkeit ist die Natur. Mit ihr zu leben heißt, täglich neue Kräfte zu sammeln. Staatlich anerkannt und regelmäßig überprüft, gehören die ausgezeichneten Wasser mit ihren einzigartigen Mineralisierungen deshalb ebenso zum Konzept der Heilbäder und Kurorte in Hessen wie das Heilklima, das Moor und die fünf Säulen der Kneipp-Therapie.

### Coachen Sie sich fit!

Das Magazin IN BALANCE gibt Ihnen Impulse für eine neue Lebensart. Tipps und Trends inklusive. Gehen Sie auf Entdeckungsreise und entdecken Sie sich selbst. Die beste Zeit, um sich zu verändern und das Leben in Balance zu genießen, ist jetzt.



Herzlichst  
Almut Boller  
Geschäftsführerin  
Hessischer Heilbäderverband e.V.

Weitere Informationen zu den Heilbädern und Kurorten in Hessen gibt es direkt über den QR-Code oder beim Hessischen Heilbäderverband



Wilhelmstraße 18  
65185 Wiesbaden  
Telefon (0611) 26 24 87 87  
oder [info@kur-in-hessen.de](mailto:info@kur-in-hessen.de)  
und im Internet unter  
[www.kur-in-hessen.de](http://www.kur-in-hessen.de)





# Neue Gedanken denken



## Neue Gedanken denken

Sie wollten schon immer mal durch San Francisco in zerrissenen Jeans oder in einem Segelflugzeug durch die Lüfte gleiten? Dann tun Sie es! Sich selbst und seinen Ängsten zu stellen, inspiriert und ist ansteckend. Mit jeder neuen Erfahrung lernen wir uns selbst kennen, können Situationen besser ein- und Risiken abschätzen. Mut lässt uns aus unserer Komfortzone heraustreten und aktiv agieren. Und Mut hat das gute Gewissen auf seiner Seite. Wir stellen uns unseren Werten und sind bereit, gegen Ungerechtigkeiten aufzustehen. Das macht uns zufriedener und lässt uns mit den Herausforderungen des Alltags gekonnt umgehen.

Die Mitspielerin des Mutes ist die Angst. Sie lässt uns zögern und hadern, sie macht uns aber auch wachsam und umsichtig. Gut so! Wie wir mit der Angst umgehen, trägt viel zur Entwicklung unserer Persönlichkeit bei. Wer mutig ist, hat auch Angst. Aber er hat die innere

Stärke, seinen Ängsten entgegenzublicken, entschlossen zu handeln und mit dem Mut zu wachsen. Die stillste, aber vielleicht schwerste Art von Mut ist im Übrigen Vertrauen.

### Mutausbruch

Über blockige Steine durch die Felsenschlucht spazieren, den engen Pfaden folgen und über Deutschlands längste Hängebrücke gehen. Die leichte Bewegung des Eisens unter den Füßen, den Wind in den Haaren. Tief in das Moor eintauchen und die Urkraft der Erde spüren oder 15 Minuten Stille aushalten. Mit einem Coach neue Leistungsportarten ausprobieren und dabei eigene Grenzen überschreiten.

Mut ist individuell und lässt sich nicht in Schubladen sortieren. Die Heilbäder und Kurorte in Hessen bieten kleine und große Mutproben, die die Perspektiven verändern. Es ist Zeit für einen Mutausbruch.

### Mut.Macher. Ihr Wochenende für mehr SelbstbewusstSEIN

Schrauben Sie Ihren Mut-Level nach oben. Aktives Zustandsmanagement, Reflexionen und Perspektivwechsel zeigen Ihnen neue Wege auf und stärken Ihre emotionale Kraft. Entdecken Sie in Bad Vilbel die Geheimnisse für mehr Selbstbewusstsein und lassen Sie sich davon inspirieren. Das ganzheitliche Konzept nach Sebastian Kneipp wurde durch eine zertifizierte Business- und Personalcoachin entwickelt, die Sie auf Ihrem neuen Weg auch begleitet.

**Zwei Übernachtungen mit  
Frühstück, Seminar mit  
fachlicher Begleitung  
ab 681 Euro pro Person**

[www.kur-in-hessen.de](http://www.kur-in-hessen.de)

*Mut  
tut gut*



