



Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.

Arthur Schopenhauer

KÜCHENAPOTHEKE: WIRKSTOFFE DER NATUR - FASZINATION GEWÜRZE

ZIMT:

INHALTSSTOFFE:

Ätherische Öle, Kalium, Kohlenhydrate, Vitamin C

Die Vorteile des Gewürzes:

- regulierend auf den Blutzuckerspiegel
- fördert den Appetit
- regt die Darmtätigkeit an
- hilft Erkältungssymptome zu lindern
- hilft den Cholesterinspiegel zu senken
- desinfizierende Wirkung



TESTEN SIE SICH DURCH UNSERE GEWÜRZWELT AM BUFFET

feelMOOR Trinkflaschen

oft vergessen wir im Alltag,
genug zu trinken. Dabei ist
genügend Wasser die

Voraussetzung für unser
Wohlbefinden sowie unsere

Leistungsfähigkeit -
Erwachsenen werden zwischen
1,5 und 2 Liter Wasser täglich

empfohlen.
Kennen Sie schon unsere neuen
feelMOOR Trinkflaschen?

Hier passt ein ganzer Liter rein,
das bedeutet

nur 2mal auffüllen und Sie haben
Ihren täglichen Bedarf bereits
gedeckt

Die Flaschen gibt es an der
Rezeption zu kaufen.



GENUSSWELT: VITALER FRÜHSTÜCKSTIPP

WORT ZUM TEE

Schwarztee

Die Gerbstoffe – auch Tannine genannt – senken
Blutdruck und Cholesterinspiegel und wirken
antibakteriell. Darüber hinaus enthält der schwarze
Tee wichtige Vitamine und Spurenelemente wie
Vitamin B, Mangan und Kalium.



Grüntee

hat eine belebende und positive Wirkung. Die
Gerbstoffe beruhigen Magen und Darm, dank seines
antibakteriellen Effekts verhindert grüner Tee
Karies, außerdem reguliert auch er den Blutdruck.

WIR HALTEN BIS ZU 18 TEESORTEN FÜR SIE
BEREIT

KLEINER VORGESCHMACK

UNSERE EMPFEHLUNG FÜR DAS
HEUTIGE GRILL BUFFET:

Entrecôte vom Rind

Rosmarinkartoffeln

VEGETARISCHES ANGEBOT:

Käsespätzle und Röstzwiebeln

Veranstaltungen & Aktionen

Was:

Rückenfitness (mit Voranmeldung)

Gesundheitsvortrag: feelMOOR - feelGOOD

Wassergymnastik

Stadtführung (Anmeldung erforderlich)

Yoga (mit Voranmeldung)

Wann:

09:00 Uhr

14:00 Uhr

14:30 Uhr

14:30 Uhr

19:00 Uhr

Wo:

feelMoor Fitnessclub

Konferenzraum

feelMOOR Therme

Bad Wurzach Info

feelMOOR 1.0G Sporthalle 1

Wettervorhersage
für Bad Wurzach

FR



12 | 1

SA



18 | 3

SO



18 | 7

