

# ADA - Diabetes-Sommerseminar 19. - 26. Juni 2011

ADA-BEK (Bewegung, Ernährung, Kontrolle)  
im RING BIO HOTEL Wilfinger Hartberg



Ärztliche Leitung:  
DMP "Therapie aktive-Ärztin"



Management und Betreuung:  
Wkfm Gottfried Bitiste, ADA SH-Gruppenleiter

## Eine Woche für Ihren Diabetes

Anfangs-Einzelgespräch mit Dr. Pusarnig, wenn nötig Tipps zur Therapie-Anpassung, persönliche Empfehlungen zur Gestaltung Ihrer Diabetes-Woche aus dem reichhaltigen Angebot - je nach Wunsch, Können und Fitness:

- Teilnahme am Bewegungs-Aktiv- & Entspannungsprogramm mit Nordic Walking und Wassergymnastik
- Erholung in der hauseigenen Bade- und Saunalandschaft mit Hallenbad, Meerwasser-Pool im Freien, Whirlpool mit ORIGINAL Bad Walthersdorfer Thermalwasser, Saunen, Dampfbäder, Infrarot-Kabine, ...
- Ausflüge, kürzere oder längere Wanderungen, Land und Leute kennen lernen, ... etc.

Vorträge: Koch- und Ernährungstipps vom Küchenchef, diverse Fachvorträge laut Plan.

1 wohltuende Teilmassage 30 min

Bademantel und Badetücher während Ihres Aufenthaltes

Abschluss-Gespräch mit Dr. Pusarnig, Therapie-Empfehlungen für Ihr weiteres Leben mit Diabetes und einem Brief für Ihre behandelnden Ärzte.

*Auf Wunsch Verlängerungswoche  
(ohne ärztliche Betreuung und ohne ADA-Programm,  
aber mit hauseigenem Bewegungs-Aktiv- & Entspannungsprogramm)*

*Weitere Therapien und Beautybehandlungen können vor Ort gebucht werden!*

Information, Rückfragen:  
Wkfm. BITISTE 0664 950 50 20,  
E-Mail: ada.diab.corner@aon.at



## eine Woche für Sie!

Sie wohnen im komfortablem Einzel- oder Doppelzimmer, mit Bad, WC, Telefon, Radio, SAT-TV, Haarfön, Parkplatz

Lage: 2 km zur malerischen Altstadt von Hartberg in der Oststeiermark

7 Nächte inkl. Vollpension

2 Haubenköche verwöhnen Sie kulinarisch:

reichhaltiges Vital-Bufferfrühstück mit selbst gebackenem Vollkornbrot.  
Mittagessen mit feinen, vegetarischen Bio-Vollwertköstlichkeiten,  
Abendessen wahlweise auch mit leichten Fleisch- und Fischgerichten aus der mediterranen Küche

Für Gäste aus Wien und dem Badener Raum:

Jeden Sonntag Hausabholung (mit Gepäckservice) bzw. Rückfahrt mit dem Hotelbus.  
Preis pro Person und Fahrt € 47.-

Gratis-Abholung vom Bahnhof Hartberg (Information und Buchung im Hotel!)

**ADA-BEK-Preis:** € 479,- pro Person im Doppelzimmer,  
€ 499,- pro Person im Einzelzimmer (exkl. Ortstaxe dzt € 1,- p.P./N.),  
auch gültig für die Verlängerungswoche 26.Juni bis 3. Juli

**Buchung:** direkt im RING BIO HOTEL Wilfinger, Schildbach 51, 8230 Hartberg  
Telefon: 03332 / 608-0 Fax: 03332 / 608-550  
Mail: hartberg@wilfinger-hotels.at

**Anmeldeschluss: 1. Juni 2011**