



Gesundheitsresort & Spa  
Rosenalp in Oberstaufen  
im Allgäu

## So leicht, so schön kann der Weg zu mehr Wohlbefinden sein

In unserer hektischen, schnelllebigen Zeit ist es enorm wichtig, achtsam mit der eigenen Gesundheit umzugehen und aktiv auf sein Wohlbefinden zu achten. Im Gesundheitsresort & Spa Rosenalp in Oberstaufen hat man das erkannt und das Angebot dementsprechend gestaltet.

Herrlich ruhig liegt das 4-Sterne- Superior Gesundheitsresort & Spa Rosenalp in einer großzügigen Gartenlandschaft an einem der schönsten Plätze Oberstaufens. Fast sieht es aus, als throne die Rosenalp auf dieser sonnenverwöhnten Anhöhe über dem charmanten Allgäuer Kurort, der Deutschlands einziges Schroth-Heilbad ist. Der Blick auf Oberstaufen und die Nagelfluhkette in der Ferne ist grandios. Dieses Fleckchen Erde ist wie geschaffen dafür, den Fokus auf das eigene Ich zu richten und sich Gutes zu tun. Dessen sind sich auch die Gastgeberfamilien Schädler und Burkhart bewusst, die das Hotel in zweiter Generation als Familienbetrieb führen. Sie haben im Hotel nicht nur das perfekte Wohlfühlambiente geschaffen, sondern auch Angebote entwickelt, mit denen es leichtfällt, den Alltag auszublenden, um sich auf die eigene Gesundheit zu besinnen.

### ROSENALP 4\*S GESUNDHEITSRESORT & SPA

Familien Schädler & Burkhart  
Am Lohacker 5 | 87534 Oberstaufen  
Tel +49 8386 7060 | Fax +49 8386 706435  
info@rosenalp.de | www.rosenalp.de

Die Original Oberstaufener  
Schrothkur – vegane Detoxkur  
nach Johann Schroth

# So reinigend. So wohltuend.

**Schrothen und Schrothkuren wirkt oft wahre Wunder. Auch wenn es im ersten Augenblick nicht ganz logisch erscheinen mag, dass weniger essen für mehr Energie sorgt. Eine Schrothkur in der Rosenalp aktiviert die Selbstheilungskräfte im Körper.**

## Was ist eine Schrothkur?

Die Schrothkur ist eine mehrwöchige Kur zur Entschlackung des Körpers. Ziel ist es, den Körper zu entgiften, zu entsäuern und ihn wieder in einen Zustand zu versetzen, in dem er in der Lage ist sich selbst zu helfen. Hierfür stützt sich die Schrothkur auf vier Säulen:

- Schroth'sche Diät
- Schroth'sche Schwitzpackungen
- Trink- und Trockentage
- Ruhe und Bewegung

Durch diesen fein aufeinander abgestimmten Mix wird der Stoffwechsel in Schwung gebracht und ein effektiver Reinigungsprozess im Körper in Gang gesetzt. Er stärkt die Selbstheilungskräfte und das Immunsystem. Mit erfreulicher Wirkung: Bei diversen Krankheitsbildern ist die Schrothkur als Heilverfahren anerkannt, mit dem sich Verbesserungen der Beschwerden erzielen lassen. Die Wirkung des Naturheilverfahrens ist unbestritten und vielfältig. Die positiven Auswirkungen auf die Lebensqualität von Diabetes Patienten wurden gar in einer wissenschaftlichen Pilotstudie belegt. Gewichtsverlust, neue Energie und ein positives Lebensgefühl sind ebenfalls erfreuliche Begleiterscheinungen der Kur.

## Sich ganzheitlich Gutes tun

Eine Schrothkur zu machen ist eine großartige Entscheidung! Nutzen Sie diese Zeit auch, um in sich hineinzuhören und zu erkennen, was Ihnen guttut. Im Gesundheitsresort & Spa Rosenalp genießen Sie ein Urlaubsambiente, das es Ihnen leicht macht, zur Ruhe zu kommen und – besonders wichtig für den Kurerfolg – den Alltag auszuklamern. Der Rosenalp Sense Spa bietet Ihnen herrliche Möglichkeiten, an Ihren Ruhetagen die Seele baumeln zu lassen oder sich mit Wohlfühlanwendungen zu verwöhnen. Mit dem abwechslungsreichen Aktiv- und Fitprogramm können Sie nach Belieben Sport und Bewegung in Ihre aktiven Tage einbauen. So werden Sie sich nach Ihrer Kur ganzheitlich gestärkt und voller Energie fühlen.

