

Bad Wildungen

BAD WILDUNGER

GESUNDHEITS- UND

FITNESSWOCHE

15. BIS 21. MÄRZ 2026

TAG DER GESUNDHEIT

DIE GESUNDHEITSMESSE

SONNTAG, 15. MÄRZ

10.30 bis 17.00 Uhr

Wandelhalle Bad Wildungen

TAG DER GESUNDHEIT

SONNTAG, 15. MÄRZ

10.30 bis 17.00 Uhr

Wandelhalle Bad Wildungen

Ärztliche Vorträge

11.00 bis 12.00 Uhr | Raum Rappold

Vortrag: Was ist Rheuma?

Referent: Dr. med. Alexander Puls,
Leitender Arzt der Rheumaklinik Bad Wildungen
(max. 40 Plätze)



13.00 bis 13.30 Uhr | Raum Rappold

Vortrag: Die Pille für die Prostata
Was Medikamente, Naturmittel und
Werbung wirklich leisten.

Referent: PD Dr. med. Burkhard Beyer,
Chefarzt Urologie Wildetal,
Kliniken Hartenstein
(max. 40 Plätze)



Mitmachangebote Wandelhalle & Kurpark

10.30 bis 11.00 Uhr | Raum Meissner

Koordinatives Training

Stärken Sie die Zusammenarbeit von Gehirn, Nerven und Muskeln mit Koordinationsübungen. Ein Angebot der Klinik am Kurpark mit Therapeut Jian Tie. Bei großer Nachfrage kann die Einheit im Anschluss wiederholt werden.

11.00 bis 12.00 Uhr UND 13.15 bis 14.15 Uhr | Quellensaal

KAHA – für innere Ruhe und Gelassenheit

Langsame und fließende Bewegungen sorgen für eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers.

KAHA kräftigt, dehnt und entspannt entscheidende Muskelgruppen. In jedem Alter durchführbar.

Ein Angebot der Mediclin Kliniken mit Sporttherapeut Sascha Kaiser und Physiotherapeut René Göbel.

11.30 bis 12.00 Uhr UND **15.30 bis 16.00 Uhr** | Kurpark

Waldbaden – Shinrin Yoku

Achtsamkeit im Wald zum Kennenlernen mit Jessica Schmitz

Treffpunkt: Teich am hinteren Eingang der Wandelhalle

12.30 bis 13.00 Uhr | Quellensaal

Qi Gong zum Kennenlernen

Ein Angebot der Kliniken Hartenstein mit Sporttherapeut

Otmar Velte.

13.00 bis 13.45 Uhr | Raum Meissner

Yoga für Einsteiger

Sanfte Yogaübungen für mehr Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Ein Angebot des Gesundheitszentrums Helenenquelle mit Beatrix Ehl. Matten sind vorhanden (max. 12 Personen).

14.00 bis 14.45 Uhr | Raum Meissner

Beckenbodengymnastik

Wichtige Übungen, um die Muskulatur zu stärken und zu schützen. Ein Angebot des Gesundheitszentrums Helenenquelle mit Beatrix Ehl. Matten sind vorhanden (max. 12 Personen).

15.00 bis 15.45 Uhr | Quellensaal

Theraband-Training

Auf schonende Weise Kraft, Balance und Beweglichkeit mit dem Theraband trainieren. Angepasst an jedes Tempo und jedes Niveau. Ein Angebot des Gesundheitszentrums Helenenquelle mit Therapeutin Jemima Rempel. Therabänder sind vorhanden (max. 20 Personen).

Heilwasser im Quellendom

Kostproben der Bad Wildunger Heilwässer

Georg-Viktor-Quelle, Helenenquelle und Waldquelle frisch aus der Zapfsäule

Quellencafé in der Wandelhalle

10.30 bis 17.30 Uhr

Einkehren und verwöhnen lassen mit frühlingshaften Snacks, Kaffee & Kuchen. Musikalische Umrahmung von 15.00 bis 17.00 Uhr.

TAG DER GESUNDHEIT

SONNTAG, 15. MÄRZ

Informations-Stände

Wandelhalle Bad Wildungen
von 10.30 bis 17.00 Uhr



Agentur für Haushaltshilfe

Unterstützung von Menschen mit Pflege- oder Entlastungsbedarf. Hilfe für Betroffene, schnell und unkompliziert eine qualifizierte Alltagshilfe zu erhalten, die i. d. R. über die Pflegekasse abgerechnet werden kann.

Being you Lounge, Peter Herdt, Bad Wildungen

Vorstellung „Access Consciousness“. Kostenlose Schnupperbars und Mini-Körperprozess-Sessions für besseren Schlaf und weniger Stress.

Emotional-Yoga by Silke, Silke Daude-Kalff, Edertal

Yoga-Angebote nach Brustkrebs.

Holistic Nature, Jessica Schmitz, Bad Wildungen-Bergfreiheit

Ganzheitliche Gesundheit, Resilienz und Achtsamkeit leben mit Waldbaden, Yoga-Therapie, Klang-Entspannung, Meditation und Naturverbindung im Jahreskreis.
Eröffnungsangebote für Einzel-Stunden.

Kinder- und Jugendhospizdienst Fritzlar / Nordhessen

Ambulante Begleitung und Unterstützung bei lebensverkürzender Erkrankung in der Familie.

Klinik am Kurpark, Reinhardshausen

Infostand des Pflegedienstes mit Beratung zu den Themen Stomatherapie und Wundversorgung.

Kliniken Hartenstein, Reinhardshausen

Birkental, Wildetal, Quellental

Informationen über die Kliniken. Wie beantrage ich eine Rehabilitation? Was kann die Sozialarbeit für mich leisten? Hilfsmittel für den Alltag. Ernährungsberatung: „Ballaststoffe: kein überflüssiger Ballast“.



Klinik Reinhardshöhe, Reinhardshausen

Information und Rehabilitations-Beratung.

Microkinesitherapie, Physiotherapeutin Christine Riebeck, Edertal

Wertvolle und ergänzende manuelle Behandlungsmethode am bekleideten Patienten, die die Selbstregulation des Körpers mit sanften Impulsen unterstützt. Kurze Behandlungen zum Kennenlernen am Stand.

Musik- und Relax-Manufaktur ALLTON, Bad Zwesten

Entspannung im Klangschaufelstuhl. Ausstellung von Klanginstrumenten und Infos zu Fortbildungen.

Natürlich drauf, Isabel Köhlborn, Online-Shop

Müsli-Topping aus natürlichen Zutaten wie Nüssen, Saaten und Trockenfrüchten. Verschiedene Topping-Varianten zum Kennenlernen: klassisch, sportlich, sensitiv für Allergiker und die Topping-Queen mit Erdbeere.

Neusehland Hartmann GmbH & Co. KG, Bad Wildungen

Bereich Optik: kostenfreier Führerschein-Sehtest, Auto-Refraktion und Service für Augenoptik (Pads- und Schraubenwechsel, Ultraschallbad-Reinigung).

Bereich Akustik: kostenfreier Schnellhörtest, Abformungen des Ohrs, Demonstration von Hörverlusten bei Angehörigen, Service für Hörakustik (Reinigung, Filter- und Schlauchwechsel).

Quellentherme Gesundheitszentrum für Kuren, Therapien und Wellness, Reinhardshausen

Physio-Check am Stand. Gesundheit durch Wasser.
Bewegung & Entspannung zur Steigerung des Wohlbefindens.

Rückengesundheitszentrum, Reinhardshausen

Behandlung von Rückenschmerzen ohne operativen Einsatz.



TAG DER GESUNDHEIT

SONNTAG, 15. MÄRZ

Informations-Stände

Wandelhalle Bad Wildungen
von 10.30 bis 17.00 Uhr



Rheumaklinik, Bad Wildungen

Vorstellung der Rehaklinik für Rheuma und Orthopädie. Praktische Alltags-Hilfsmittel bei körperlichen Einschränkungen sowie Koordinations- und Trainingsstation zum Ausprobieren.

Sehstudio Troschke, Reinhardshausen

Beratung rund um die Optik & Sonnenbrillen.

Sinne & Seele, Jutta Flemming, Bad Wildungen

Wellness für Sinne und Seele.

Entspannung mit Klang und gesunde Leckereien.

Stressbewältigung – Florian Kinze, Bad Wildungen-Wega

Fachberatung bei Stress und Burnout. Unterschiedliche Methoden zum Schutz von Menschen, die unter Stress, hoher Verantwortung oder innerer Überforderung stehen.

VdK Bezirksverband Marburg

„Gert“, der Alterssimulationsanzug, bietet die Möglichkeit, die typischen Einschränkungen älterer Menschen auch für Jüngere erlebbar zu machen. Außerdem ein Koffer voller Hilfsmittel zum Kennenlernen.

Zeiss Kliniken

Gesundheitszentrum Helenenquelle, Bad Wildungen

Vorstellung der Behandlungs- und Therapieangebote: ganzheitliche Medizin bei Verschleißerkrankungen des Bewegungsapparats, individuell betreut von Chefärzten und qualifizierten Therapeuten – in familiärer und herzlicher Atmosphäre, für Gäste von nah und fern.

Klinik Reinhardtsquelle, Reinhardshausen

Informationen zur Reha-Fachklinik für Psychosomatik. Vorstellung des ganzheitlichen Behandlungskonzepts: Wie Beschwerden mit Körper-Reaktionen, Gefühlen und Umständen der Lebenssituation zusammenhängen.

Außerdem: Vitaminspritzen & Gewinnspiel.



SELBST- HILFE- GRUPPE

Selbsthilfekontaktstelle Landkreis Waldeck-Frankenberg

Die richtige Adresse für alle, die auf der Suche nach einer Selbsthilfegruppe sind.

Selbsthilfegruppen / Interessengemeinschaften

Information | Erfahrungsaustausch | Hilfestellung

- Anonyme Alkoholiker
- Blutdruck im Griff (mit Infos zum Herzsport-VGR)
- Frauenselbsthilfe Krebs
- Ganz Ohr (Schwerhörigkeit, Taubheit und Cochlea-Implantat)
- IG der Nierenkranken Nordhessen e.V. (Nierenerkrankung / Dialyse / Organspende / Diabetes / Bluthochdruck)
- ILCO Nordhessen (Darmkrebs und Stoma)
- Krebsbetroffene Frauen Edertal
- Lily-Belles Nordhessen (Lipödem / Lymphödem)



BAD WILDUNGER

GESUNDHEITS- UND

FITNESSWOCHE

16. BIS 21. MÄRZ 2026

Angebote verschiedener
Gesundheitsdienstleister

Montag, 16. März

9.00 bis 11.00 Uhr | Klinik am Kurpark

Einblick in die moderne Rehabilitation nach urologisch-onkologischen Eingriffen

Magnetstuhltherapie und Pelvic-Trainer (Stuhl).

Anmeldung unter: 05621 / 702144.

Ziergartenstraße 19, Reinhardshausen

9.00 bis 12.00 Uhr | Quelltherme

Gesundheitszentrum für Kuren, Therapien und Wellness

Blutdrucksenkende Sprudelbäder

Auf natürliche Weise mit dem Bad Wildunger Heilwasser den Blutdruck senken. | Sonderpreis: 20,00 €.

Tel. Anmeldung unter: 05621 / 7864500.

Hauptstraße 2, Reinhardshausen

9.00 bis 12.30 Uhr | Stern-Apotheke, Bad Wildungen

Entdecken Sie die Kraft der Natur mit „Aboca“

Aboca unterstützt Körper, Geist und Stoffwechsel auf natürliche Weise – von Energie und Stärkung über Gewichtskontrolle bis zur Regulation zentraler Stoffwechselformen.

Kostenfreies und individuelles Beratungsangebot und

20% Rabatt auf Aboca-Produkte.

Brunnenstr. 71, Bad Wildungen

9.30 bis 10.30 Uhr | Rheumaklinik

Ernährungstherapeutischer Vortrag:

Ernährung und Diabetes

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

10.00 Uhr | Klinik Reinhardsquelle

Yoga

Bitte mitbringen: Sportliche Kleidung, Handtuch, abriebfeste Hallenturnschuhe oder Socken. Leitung: Fabian Feldmann.

Anmeldung per Mail: fabian.feldmann@reinhardsquelle.de (bis zum letzten Werktag vor der Veranstaltung).

Carl-Zeiss-Allee 5, Reinhardshausen, Sporthalle

11.00 bis 12.00 Uhr | Rheumaklinik

Vortrag Sozialdienst: Reha und Teilhabe

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

11.00 bis 12.00 Uhr | Klinik am Kurpark

Physiotherapeutischer Vortrag: Fit im Alter

Anmeldung unter: 05621 / 702144.

Ziergartenstraße 19, Reinhardshausen

13.30 Uhr | Klinik Reinhardsquelle

Einführung in Nordic Walking

Die Theorie findet in der Sporthalle statt, die Praxis anschließend draußen (bitte entsprechende Kleidung).

Anmeldung per Mail: fabian.feldmann@reinhardsquelle.de (bis zum letzten Werktag vor der Veranstaltung).

Carl-Zeiss-Allee 5, Reinhardshausen, Sporthalle





Dienstag, 17. März

9.30 bis 10.45 Uhr | Rheumaklinik

**Ernährungstherapeutischer Vortrag:
Ernährung und Fibromyalgie**

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

10.30 bis 11.30 | Rheumaklinik

**Psychologischer Vortrag: Krankheits-
bewältigung bei chronischen Erkrankungen**

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

13.00 bis 13.30 Uhr | Quellentherme

Gesundheitszentrum für Kuren, Therapien und Wellness

Aktivkurs: Fit und mobil im Alltag

Tel. Anmeldung unter: 05621 / 7864500.

Hauptstraße 2, Reinhardshausen

16.00 bis 17.00 Uhr | Klinik am Kurpark

Ärztlicher Vortrag: Harnblase

Anmeldung unter: 05621 / 702144.

Ziergartenstraße 19, Reinhardshausen



19.30 bis 21.10 Uhr |

Bürgerhaus Reinhardshausen

Kino: Happy Burnout

Eintritt: 10,90 €, mit Gästekarte 9,90 €
(nur Abendkasse).

Zum Hahnberg 3, Reinhardshausen

Mittwoch, 18. März

8.20 bis 8.40 Uhr | Quellenthermie

Gesundheitszentrum für Kuren, Therapien und Wellness

Fit in den Tag mit Musik und Bewegung

Tel. Anmeldung unter: 05621 / 7864500.

Hauptstraße 2, Reinhardshausen

13.30 bis 14.30 Uhr | Rheumaklinik

Physiotherapeutischer Vortrag: Rückenschule

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

16.00 bis 17.00 Uhr | Rheumaklinik

Ärztlicher Vortrag: Rheuma

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

18.00 bis 19.15 Uhr | Sportheim Odershausen

Offener Entspannungsabend für Frauen:

Raum zum Ankommen und Auftanken

Sanftes Hatha Yoga mit anschließender Entspannung durch Autogenes Training. Leitung: Entspannungspädagogin Milena Sorge. Sonderpreis: 10,00 €.

Anmeldung per Mail: info@federleicht-bewegt-entspannt.de

Junkerweg 7, Bad Wildungen-Odershausen

19.00 Uhr | Gesundheitszentrum Helenenquelle

Vortrag: Unsere Ernährung

Referent: Chefarzt Holger List.

Dr.-Born-Straße 7, Bad Wildungen, Treffpunkt Cafeteria

19.00 Uhr | Being you Lounge, Peter Herdt

MTVSS Kurs: Der Turbo für Ihr Immunsystem

Erleben Sie in einer praxisorientierten Einheit, wie sanfte Körperprozesse Entspannung, mehr Energie und inneres Gleichgewicht fördern. Sonderpreis: 60,00 €.

Anmeldung per Mail: kontakt@peterherdt.com

Laustraße 23, Bad Wildungen

Donnerstag, 19. März

10.00 bis 10.20 Uhr | Quelltherme

Gesundheitszentrum für Kuren, Therapien und Wellness

Wassergymnastik in der Quelltherme

Tel. Anmeldung unter: 05621 / 7864500.

Hauptstraße 2, Reinhardshausen

10.00 bis 11.15 Uhr | Rheumaklinik

**Ernährungstherapeutischer Vortrag:
Ernährung und Gesundheit**

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

14.15 Uhr | Klinik Reinhardtsquelle

Freies Tanzen

Bitte mitbringen: Sportliche Kleidung, Handtuch, abriebfeste Hallenturnschuhe oder Socken. Leitung: Fabian Feldmann.

Anmeldung per Mail: fabian.feldmann@reinhardtsquelle.de
(bis zum letzten Werktag vor der Veranstaltung).

Carl-Zeiss-Allee 5, Reinhardshausen, Sporthalle

LENKA FAIRY

CONOR MALLON BAND

ELEANOR SHANLEY & UCTAN CONLON

IONA FYFE TRIO

Donnerstag, 19. März, 19.00 Uhr

IRISH SPRING

Festival Of Irish Folk Music | Wandelhalle Bad Wildungen

Eintritt: 27,00 €, mit Gästekarte 25,00 €.



Freitag, 20. März

9.00 bis 10.00 Uhr | Klinik Reinhardquelle

Seminar: Aspekte des Trainings

Grundlegende Informationen zum Thema Bewegung und Sport.

Anmeldung per Mail: fabian.feldmann@reinhardquelle.de (bis zum letzten Werktag vor der Veranstaltung).

Carl-Zeiss-Allee 5, Reinhardshausen, Seminarraum 105

9.00 bis 12.00 Uhr | Quellentherme

Gesundheitszentrum für Kuren, Therapien und Wellness

Schlammpacking in der Haslauer Wanne

Warmes Wasserbett. Sonderpreis: 20,00 €.

Tel. Anmeldung unter: 05621 / 7864500.

Hauptstraße 2, Reinhardshausen

10.00 bis 11.30 Uhr | Rheumaklinik

Physiotherapeutischer Vortrag: Bewegung

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen, Mehrzweckraum

17.00 bis 18.30 Uhr | Kurpark Bad Wildungen

Waldbaden: Frühlingsanfang im Wald

Kursleiterin: Jessica Schmitz. Preis: 12 €.

Strecke ca. 2 km, max. 16 Teilnehmer.

Tel. Anmeldung bis 24 Std. vorher unter: 0151 / 24142517.

Treffpunkt: Vorplatz Haupteingang Wandelhalle Bad Wildungen

Samstag, 21. März

15.00 bis 16.15 Uhr

Wandelhalle Bad Wildungen, Raum Meissner

Lesung: Burnout am Deich

Der Autor Oliver Coordes erzählt in diesem biografischen Tatsachenbericht eindringlich und berührend von seinem Burnout und seinen Depressionen. Nach vielen beruflichen Rückschlägen als Krankenpfleger im Krankenhaus, wo seine Leidensgeschichte begann, musste er sich ins Leben zurückkämpfen. Mit seinem Buch, das anderen Menschen Mut machen soll, verbindet Oliver Coordes die Botschaft, nicht aufzugeben! Im Anschluss besteht noch die Gelegenheit zum Austausch. Eintritt frei (40 Plätze).

Praxis Simone Becker

Brunnenallee 17, Bad Wildungen

14.00 bis 14.30 Uhr

Fußschule zum Kennenlernen

Wie man Fuß-, Knie- und Hüftprobleme durch gezielte Übungen in den Griff bekommen oder diesen vorbeugen kann. Die meisten Fußdeformitäten entstehen durch falschen Gebrauch der Füße: Knick-, Senk- oder Spreizfuß, Hallux Valgus + Rigidus, Krallen- oder Hammerzehen. | Referentin: Simone Becker

15.30 bis 16.30 Uhr

Erlebnisvortrag: Zellenergie, Regeneration & Bewusstseins-Kosmetik

Ganzheitliches Konzept, das Mensch und Tier auf besondere Weise helfen kann, Zellen zu reorganisieren und die Selbstheilungskräfte zu wecken und mental zu stärken. Einfache Anwendung, eindruckliche Selbsttests und spannende Sofort-Effekte. Referentinnen: Simone Becker und Sarah Somieski

Anmeldung für beide Termine: 0176 / 23587563 oder mail@simone-becker.info

Montag bis Freitag, 16.–20. März

Ganesha – Energetische Gesundheit

Info-Nachmittag: Yoga, Waldbaden, Meditation, Reiki, Klang und Stille.

Jeweils 14.00 bis 17.00 Uhr (außer Dienstag)

Neue Straße 29, Bad Wildungen

Sanitätshaus Nusser + Schaal

Spüren Sie die Entlastung – Kompressionstherapie erleben

Testen Sie unverbindlich unser modernes Kompressions-therapiegerät zur unterstützenden Behandlung von Lymph- und Lipödem. Sie können sich informieren, selbst ausprobieren und die mögliche Erleichterung im Alltag erfahren.

Tel. Anmeldung unter: 05621 / 790523.

Hauptstraße 9, Reinhardshausen

Neusehland Hartmann GmbH & Co. KG

Optik und Hörgeräteakustik: Ocumeda-Beratung.

Bis zu 50% sparen mit der Aktion „2 Brillen – 1 Preis“.

25% sparen auf den Hörgeräte-Eigenanteil.

Anmeldung erwünscht unter: Tel. 05621 / 7839900.

Brunnenstraße 55, Bad Wildungen

Rheumaklinik Bad Wildungen

Therapie-Angebote zu Sonderpreisen

Überwasser-Massage mit Wellsystem MEDICAL

in voller Bekleidung (Hydrojet)

Dauer: ca. 15 min. | Preis: 11,47 €

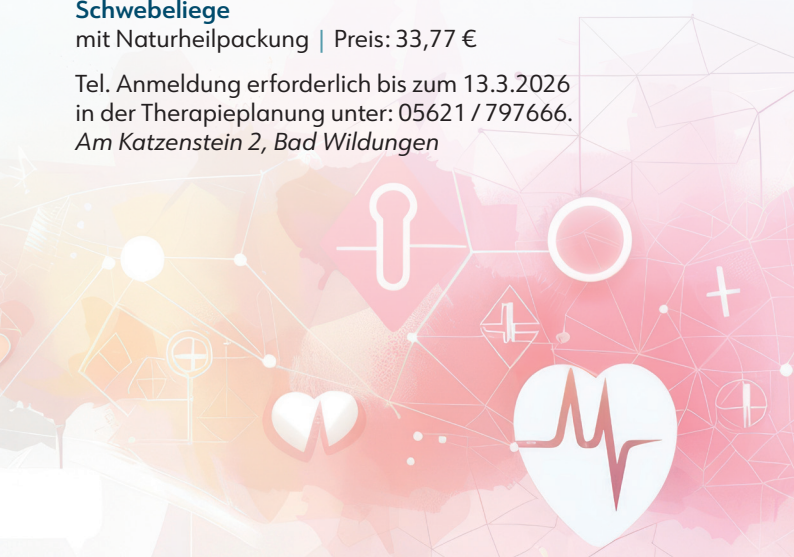
Schwebeliege

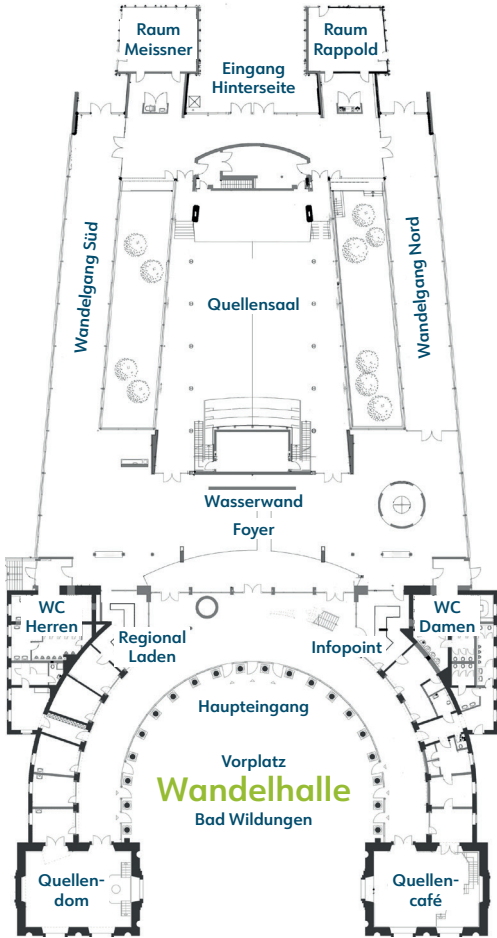
mit Naturheilpackung | Preis: 33,77 €

Tel. Anmeldung erforderlich bis zum 13.3.2026

in der Therapieplanung unter: 05621 / 797666.

Am Katzenstein 2, Bad Wildungen





Touristinformation Bad Wildungen

Brunnenallee 1 | Telefon 05621/9656741

Öffnungszeiten

Montag – Freitag	9.00 – 17.00 Uhr
Samstag	10.00 – 16.00 Uhr
Sonntag	13.00 – 16.00 Uhr

Fotos: Freepik.de, Dr. med. A. Puls, Dr. med. B. Beyer,
J. Schmitz, Staatsbad GmbH, Adobe Stock.
Änderungen vorbehalten.

FLYER & INFOS UNTER:



WWW.BAD-WILDUNGEN.DE

