



Haus Amala

Die Urlaubsoase im Südschwarzwald

Weite und Stille

auf 1.050 m

Wandern und Langlauf
ab Haustür



Haus Amala liegt am Südhang inmitten von Bergwiesen und Bauernhöfen hoch über dem Kurort Todtmoos.

Unsere elf Gästezimmer sind behaglich und individuell eingerichtet. Sechs davon haben einen Balkon. Die Bäder liegen über den Flur und sind je ein bis zwei Zimmern zugeordnet.

Mit Traditioneller
Chinesischer Medizin nachhaltig
die Gesundheit stärken



- Gesundheitswochen
- Regenerationstage
- TCM Kochkurse
- Ernährungsberatung



Unsere Gäste schätzen die Weite der Natur und die offene Atmosphäre des Hauses. Sie genießen unsere vielgelobte **vegetarische Küche** und nicht zuletzt die besonderen Angebote zur Regeneration von Körper, Geist und Seele.

Schwerpunkt im Haus Amala ist die traditionelle chinesische Medizin, ergänzt durch andere bewährte Naturheilverfahren.

Der Tag beginnt mit einem reichhaltigen Frühstücksbuffet. Abends genießen Sie ein Drei-Gänge-Menü.

Außerdem bietet Ihnen unser Haus: eine große Terrasse mit Alpenblick, einen gemütlichen Aufenthaltsraum, unseren sonnigen Speisesaal, eine Gästeküche, tagsüber eine kostenlose Teebar, den Raum der Stille, einen großen Garten sowie Wanderwege und Loipen ab Haustür



Haus Amala ≈ Alpenblickstraße 1
D-79682 Todtmoos-Lehen

Telefon 0 76 74 / 81 87
Fax 0 76 74 / 13 90

info@haus-amala.com
www.haus-amala.com



Haus Amala

Die Urlaubsoase im Südschwarzwald

Preise und Angebote 2007

Pensionspreise (Übernachtung mit Halbpension)

Einzelzimmer mit / ohne Balkon:	€ 52,50
Doppelzimmer als Einzelzimmer*:	€ 61,-
Doppelzimmer:	€ 49,50

*nur auf Anfrage möglich

Die Gemeinde erhebt zusätzlich eine Kurtaxe von € 1,70 / Tag. Darin ist die **kostenlose Benutzung aller öffentlichen Verkehrsmittel im Umkreis von 50km** enthalten (Konus).

Die Preise gelten pro Person und Tag und beinhalten ein reichhaltiges **Frühstücksbuffet** (Tee / Kaffee etc., 5-Elemente-Getreideküche, Müsli, Brotaufstriche süß und salzig, Käse, Obst, Brot / Brötchen) und ein dreigängiges **Abendmenü** (Salat, Hauptspeise, Dessert). Teebar und Gästeküche stehen kostenlos zur Verfügung.

Kinder im Alter bis zu zwei Jahren sind frei.

Für Kinder von 3-5 Jahren berechnen wir € 21,-
Kinder von 6-14 Jahren bezahlen 50%, ab 15 Jahren 90% des Pensionspreises. Diese Preise beziehen sich auf die Unterbringung **im Zimmer der Eltern**.

Kleingedrucktes: Bei verspäteter Anreise oder verfrühter Abreise berechnen wir 70% des Pensionspreises, es sei denn, das Zimmer kann belegt werden. Wir empfehlen eine Reiserücktrittsversicherung.
Bei Übernachtung mit Frühstück erstatten wir € 16,-.
Auszubildende und Arbeitslose erhalten nach Rücksprache 10% Ermäßigung. Bei einem eintägigen Aufenthalt berechnen wir einen Wäscheaufpreis von € 4,50. Diätwünsche/ Sonderkost wie vegan oder tieriereiweißfrei kosten € 6,- extra. Bitte unbedingt vorher anmelden!

Alle im Haus verwendeten Zutaten stammen aus kontrolliert biologischem Anbau.

Mit allen Sinnen genießen ...

Sie können bei uns ausspannen und sich von unseren Kochkünsten verwöhnen lassen, aber auch gezielt etwas für Ihre Gesundheit tun. Hierfür stehen Ihnen erfahrene HeilpraktikerInnen zur Verfügung.

Für Massagen und Behandlungen berechnen wir € 52,- pro Stunde bzw. rechnen nach der Gebüh für Heilpraktiker ab.

Frischekick für die Gesundheit

Unser individuelles und intensives Kurzprogramm lässt Sie in wenigen Tagen neue Kräfte schöpfen. Sie erhalten Behandlungen und Informationen aus der traditionellen chinesischen Medizin, die auf Ihre Bedürfnisse und Konstitution abgestimmt sind.

Die Tage umfassen:

- 4 Übernachtungen mit Halbpension
- 1 Vorgespräch am Anreisetag und
- 3 Behandlungen

nach Absprache jederzeit buchbar

Kosten € 400,- im EZ; 385,- im DZ

Leitung Anette Maaßen-Boulton, Heilpraktikerin
Michaela Mossard, Heilpraktikerin

Die Gesundheitswoche

Eine Woche für Ihre Gesundheit – sich verwöhnen und mit chinesischer Medizin behandeln lassen.

Die Woche umfasst:

- 7 Übernachtungen mit Halbpension
- 1 Anamnese (Diagnostik nach traditioneller chinesischer Medizin)
- 3 Behandlungen
- 1 Beratung / Ernährungsberatung

nach Absprache jederzeit buchbar

Kosten € 575,- im EZ; € 560,- im DZ

Leitung Anette Maaßen-Boulton, Heilpraktikerin
Michaela Mossard, Heilpraktikerin

5 Elemente Küche

für Menschen mit wenig Zeit

»Ich habe zum Kochen keine Zeit!« Das höre ich oft. An diesem Wochenende möchte ich eine pragmatische 5 Elemente Küche vermitteln. Pragmatisch bedeutet: leicht handhabbare Rezepte sowie Tipps zum Kochmanagement. Außerdem werde ich die wichtigsten Nahrungsmittel der 5 Elemente Küche vorstellen.

Termin 26.-28.1.2007

Kosten € 230,- im EZ; € 224,- im DZ incl. Ü/Vollpension

Leitung Anette Maaßen-Boulton, Heilpraktikerin

Feldenkrais-Woche

Im Feldenkraisunterricht (täglich 1 – 1,5 Stunden), werden einfache, mühelose Bewegungen angeleitet. Achtsames Ausführen und gerichtete Aufmerksamkeit helfen, gewohnte Muster wahrzunehmen und Neues zu entdecken. Verspannungen können sich lösen, die Atmung wird voller, die Haltung freier und aufrechter.

Die Woche umfasst:

- 7 Übernachtungen mit Halbpension
- 6 x Feldenkrais Unterricht
- 2 geführte Wanderungen

Termin 4.-11.2.2007

Kosten € 590,- im EZ; € 570,- im DZ

Leitung Irmgard Hartmann, Feldenkraislehrerin

Kochen mit Craig Boulton

Vegetarische Küche – phantasievoll, lecker und einfallreich. Gewürzt mit englischem Humor. Sie kochen mit Craig Boulton, der im Haus Amala schon viele Gäste und Gaumen mit seiner Küche erfreut hat und gern seine Rezepte weiter gibt.

Termine 5. – 7.1.2007, 2. – 4.2.2007 und 9. – 11.3.2007

Kosten € 185,- im EZ; € 179,- im DZ incl. Ü/Halbpension

Leitung Craig Boulton, Englischlehrer (CELTA), Koch

Wir freuen uns auf Sie!