Malente

sportlich aktiv gesund und fit

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Begrüßungsabend	U2
Interview mit Michael Koch, Bürgermeister von Malente	1
Ankommen und Wohlfühlen – Willkommen in Malente	2
Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente	4
Gesundheit und Wellness in Malente	12
Die Kurabgabe – mit der Bitte um Verständnis	16
Impressum	16

Branchenverzeichnis

Liebe Leserinnen, liebe Leser!
Sie finden hier eine wertvolle Übersicht leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter **www.alles-deutschland.de**.

Branche	Seite
Apotheke	U3
Ärztehaus – Apotheke	U3
Autohaus	U2
Bauernhofcafe	9
Dialysezentrum	13
Edelsteine – Mineralien	6
Erlebnistouren	9
Friseurteam	5
Fußpflege	5
Ganzheitliche Zahnmedizin	14
Heilpraktikerin	13
Hotel	10
Internistische Facharztpraxis – Dialyse	13
Kosmetik	5
Krankengymnastik	13
Kurmittelhaus	13
Manuelle Therapie	13
Nagelstudio	6
Osteopathie	14
Physiotherapie	13, 14
Restaurant	10
Sonnenstudio	6
Teefachgeschäft	6
Übernachtungen	9, 10
Vital-Kliniken GmbH	3
Wellness	6
Zahnärzte	14

U = Umschlagseite

Begrüßungsabend

1. Mai bis 30. September

Jeden Montag heißen wir Sie um 19 Uhr in der Liegehalle des Kurparkes zu einem Gästebegrüßungsabend herzlich willkommen.
In gemütlicher Runde und bei einem Glas Sekt erhalten Sie wichtige und aktuelle Informationen über die Region.

Interview mit Michael Koch, Bürgermeister von Malente

Sich wohlzufühlen und aktiv zu sein, hat in Malente jahrzehntelange Tradition. Was macht die Gemeinde so liebens- und lebenswert?

Michael Koch: Gesundheitsbewussten und naturbegeisterten Menschen bietet der Naturpark Holsteinische Schweiz mit Bad Malente-Gremsmühlen als Mittelpunkt ideale Voraussetzungen. Ob zu Fuß, auf dem Fahrrad, mit dem Paddel- oder Ruderboot – die Möglichkeiten, aktiv etwas für seine Gesundheit zu tun, sind vielfältig. Die Wege führen vorbei an Weiden, Wiesen und Feldern, getrennt durch die landestypischen Knicks, entlang der vielen Seen und Flüsse durch unsere hügelige Landschaft zwischen der Landeshauptstadt Kiel und der „Marzipanstadt" Lübeck. Wir wohnen dort, wo unsere Gäste Urlaub machen.

Malente ist ein anerkanntes Kneipp-Heilbad und „Heilklimatischer Kurort". Was bedeutet das für die Gäste?

Michael Koch: Bad Malente-Gremsmühlen ist seit 1955 das einzige Kneipp-Heilbad in Schleswig-Holstein und gleichzeitig das nördlichste Deutschlands. Unter den Naturheilverfahren ist die Ganzheitstherapie von Sebastian Kneipp nicht nur eine der ersten, sondern auch eine der umfassendsten und basiert auf der ganzheitlichen Betrachtung der Menschen: Körper, Geist und Seele miteinander in Einklang zu bringen. Die Lehre von Sebastian Kneipp basiert auf fünf Säulen: Wasser, Bewegung, Heilpflanzen, ausgewogene Ernährung und eine bewusste Lebensführung. Sie regenerieren den Organismus und rufen die körpereigenen Heil- und Abwehrkräfte wach. Das Zusammenwirken dieser fünf Heilprinzipien setzt neue Kräfte frei und führt zurück zu einem natürlich-biologischen Rhythmus. In Bad Malente-Gremsmühlen werden diese Therapien noch verstärkt durch ein besonderes Heilklima, das schonend und reizend zugleich ist. Schonend, da keine schädlichen Umwelteinflüsse das Wohlbefinden trüben und reizen, da es auf gesunde Weise anregt. Aufgrund der besonders guten Luftqualität ist Bad Malente-Gremsmühlen mit den beiden Dorfschaften Timmdorf und Krummsee seit 1996 auch als „Heilklimatischer Kurort" prädikatisiert.

Sebastian Kneipp`s Ansatz ist sehr ganzheitlich. Ist das in Malente auch so?

Michael Koch: Selbstverständlich! Die Lehre von Sebastian Kneipp basiert auf den eingangs erwähnten fünf Säulen: Heilpflanzen, Wasser, Bewegung, Ernährung und einem natürlichen Lebensstil. Durch Kombination und Verbindung der einzelnen Elemente wird die heilende Wirkung der Einzelkomponenten noch verstärkt. Immer steht der Mensch im Mittelpunkt aller Anwendungen, die in dem idealen Umfeld unserer besonderen Kurortatmosphäre unter Begleitung durch einen in der Kneipp-Therapie erfahrenen Badearzt und fachlich geschulten Therapeuten in Bad Malente-Gremsmühlen eingesetzt werden.

Malente – im Herzen der Holsteinischen Schweiz gelegen – bietet einmalige und traumhafte Kulissen. Welches sind die Highlights?

Michael Koch: Die Möglichkeiten, seinen Aufenthalt zu gestalten, sind vielfältig. In der „WunderWelt Wasser", dem neuen und einzigartigen Naturerlebnis rund um Flora und Fauna an und im Wasser, können Besucher natürliche Biotope, darunter eine feuchte Niedermoorwiese, Schautafelinstallationen und Stationen, die zum Hören, Tasten und Sehen anregen, erkunden. Im Findlingsgarten in Malente-Kreuzfeld kann man den größten (160 t) und ältesten in Schleswig-Holstein gefundenen Findling (ca. 2 Milliarden Jahre alt) bewundern. Der neue Aussichtsturm auf dem Holzberg bei Malente-Neversfelde bietet eine einzigartige Fernsicht über die Hügel- und Seenlandschaft der Holsteinischen Schweiz. Im Zentrum von Bad Malente-Gremsmühlen befindet sich der im April 2008 wieder eröffnete Kurpark, eines der ersten Kulturdenkmäler aus den 60er-Jahren mit einer Fläche von rund 56.000 qm mit seinen ausgeprägten Vegetationsbildern. Der „1. Nordic-Walking-Park Norddeutschlands" befindet sich mit seinen insgesamt 21 Routen und einem Gesamtstreckenverlauf von 152 km rund um Malente und führt entlang der Seen durch schöne Waldgebiete zu den Nachbarstädten Eutin und Plön. Passive Wassersportler genießen das Seenparadies auf einem der schmucken Ausflugsschiffe der „5-Seen-Fahrt" oder einer „Kellersee-Fahrt". Die im Jahr 2004 neu gestaltete Kellerseepromenade und die zuletzt in 2008 noch attraktiver gestaltete Diekseepromenade sind beliebte Treffpunkte der Besucher und Gäste unserer Gemeinde. Die genannten Einrichtungen stehen exemplarisch für die Vielfalt des in Malente Angebotenen. Weitere Schätze wollen entdeckt werden!

Malente zwischen Dieksee und Kellersee – die Garantie für Wohlfühlen pur?

Michael Koch: Mit seinen Einrichtungen für Wellness, Erholung, Freizeit und Sport bietet Malente Rückzugsmöglichkeiten, um sich auf sich selbst zu besinnen. Als anerkanntes Kneipp-Heilbad bieten unsere Kurbetriebe, Hotels und Pensionen vielfältige Angebote und Anwendungen „in Sachen Kneipp". Spiel, Bewegung und Spaß, gemixt mit einer breiten Palette von kulturellen Veranstaltungen, lassen keine Langeweile aufkommen.

Die Welt von Dick, Dalli und den Immenhof-Filmen warten in Malente auf die Gäste. Ist die Welt noch so intakt wie in den Filmen?

Michael Koch: Natürlich ist die Zeit auch in der Gemeinde Malente nicht stehen geblieben. Umfangreiche auch bauliche Maßnahmen haben in den vergangenen Jahrzehnten u.a. durch den Bau der Diekseepromenade, den Ausbau der Bahnhofstraße zu einer fußgängerfreundlichen Grünverbindung zwischen Dieksee und Kellersee, den naturnahen Ausbau der Kellerseepromenade, der Attraktivitätssteigerung des Malenter Kurparks oder der Errichtung der „WunderWelt Wasser" unserem Kurort ein noch attraktiveres Erscheinungsbild gegeben. Bei allen Baumaßnahmen wurde zu jeder Zeit Wert gelegt auf einen umweltverträglichen Ressourcenverbrauch. Orientiert an den Bedürfnissen unserer Gäste haben sich auch die Hotels, Pensionen und die gastronomischen Betriebe entwickelt und bieten heute den Familienurlaubern, den Best-Agern als auch den anspruchsvollen Genießern ein entsprechendes Angebot. Unabhängig davon hat aber auch die Welt von Dick und Dalli und den Immenhof-Filmen vor einigen Jahren in Malente eine Renaissance erfahren: So wurde in Bad Malente-Gremsmühlen ein „Immenhof-Museum" eröffnet.

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Ankommen und Wohlfühlen – Willkommen in Malente

Malente, die Großgemeinde im Herzen der Holsteinischen Schweiz, umfasst neben Bad Malente-Gremsmühlen neun weitere Dörfer. 1955 wurde die Gemeinde als Kneipp-Heilbad anerkannt. Seit 1996 küren sich Bad Malente-Gremsmühlen sowie Krummsee und Timmendorf mit dem Prädikat „Heilklimatischer Kurort".

Die reizvolle Wald- und Seenlandschaft bietet Wasser- und Naturliebhabern ein breites Angebot an Freizeitmöglichkeiten. Die Landeshauptstadt Kiel sowie die Hansestadt Lübeck liegen in greifbarer Nähe.

Mit einer Gesamthöhe von 28,5 Meter ragt der Aussichtsturm auf dem Holzberg in seiner stabilen aber dennoch transparenten Bauweise vom 90 Meter hohen Holzberg empor. 140 Stufen der Wendeltreppe führen hinauf auf die zwei Plattformen in 16 und 24 Meter Höhe. Vom Holzbergturm in Neversfelde, der am 25. August 2005 eröffnet wurde, hat man eine wunderschöne Aussicht über die Holsteinische Schweiz mit ihrer charakteristischen Seenlandschaft, dem typischen Hügelland und bekannten Bauwerken. Bei klarer Sicht sind von der oberen Plattform sogar die Werftkräne Kiels und auch die hohen Gebäude an der Ostsee zu sehen. Die Eindrücke, die dort auf die BesucherInnen warten, sollte sich kein Gast Schleswig-Holsteins entgehen lassen.

Was Sie noch in Malente erleben können? Tauchen Sie ein in die Geschichte der Umgebung und besuchen Sie das Heimatmuseum. Die Tews-Kate ist eines der reet- oder strohgedeckten ehemaligen Kleinbauernhäuser, die in Bad Malente-Gremsmühlen an die Zeit erinnern, als das Dorf nur aus Katen bestand. Am häufigsten war unter den verschiedenen Bauformen der Typ des schornsteinlosen Rauchhauses, die Räucherkate, anzutreffen. In ihnen entstanden die beliebten Delikatessen Katenrauchschinken, Katenrauchmettwurst und die leckeren geräucherten Speckseiten. Auch in der Tews-Kate wurden noch bis 1967 Räucherwaren hergestellt. Der Heimat- und Verschönerungsverein Malente-Gremsmühlen e. V. hat sich der Erhaltung der ältesten Kate Ostholsteins angenommen. Sie stammt aus der Zeit des Dreißigjährigen Krieges. Die Kate ist von Dienstag bis Sonntag von 14 bis 17 Uhr geöffnet.

Im Waldgelände des oberen Diekseegeheges wird's richtig wild: Das Malenter Wildgehege wurde 1964/65 als Naturpark ausgestaltet und umfasst heute 20 Hektar. Um dem Rotwild, das auf drei Hektar Fläche Platz findet, mehr Weidefläche zu bieten, wurde sogar eine Unterführung angelegt. Die Brücke ist nun ein beliebter Platz, um das Wild zu beobachten. Das etwas kleinere Damwild kann sich im Park frei bewegen. In einem weiteren Gehege lebt Schwarzwild (Wildschweine). Besonders in den Frühjahrsmonaten von Februar bis April ist ein Besuch

lohnenswert, da während dieser Zeit die Jungtiere zu beobachten sind. Während der Brunftzeit von Oktober bis November ist das Wildgehege geschlossen. Gleichermaßen lohnenswert und interessant ist ein Besuch im angrenzenden Arboretum. In diesem Baumpflanzengarten sind über 100 zum Teil seltene Baumarten aus aller Welt zu finden.

Mit der im Jahr 2007 fertig gestellten „WunderWeltWasser" bietet die Gemeinde Malente ein weiteres attraktives Ausflugsiel. Am Kellersee, auf einer knapp neun Hektar großen Fläche, erhalten Besucher ganz besondere Einblicke in die Funktionsweise einer Feuchtwiese und eines Bachufers. So wird der Mündungsbereich der Malenter Au mit einem rund 800 Meter langen Rundkurs über Kies- und Rindenmulchwege sowie über Holzbohlenstege erschlossen. Schautafeln, Installationen und Stationen regen zum Hören, Tasten und Sehen des Elementes Wasser an. Von unterschiedlichen Plattformen bieten sich einmalige Einblicke in die Tier- und Pflanzenwelt sowie den Lebensraum Wasser. Was im, auf und am Wasser lebt, können Kinder und Jugendliche selbst spielerisch erforschen und dabei lernen, wie lebenswichtig das Wasser für alle Lebewesen ist. Die neu angelegten Holzstege bieten einen bequemen Spazierweg, der auch von älteren Menschen und kleineren Kindern gut begangen werden kann. Die WunderWeltWasser steht allen Gästen Malentes kostenlos und ganzjährig als echtes Naturerlebnis offen.

Neben einer Vielzahl an Sehenswürdigkeiten und Ausflugszielen ist nicht zuletzt das Wellness- und Gesundheitsprogramm im Ort am ausgeprägtesten. Mit der Mühlenbergklinik Holsteinische Schweiz, der Curtius Klinik, den Vital Kliniken und der August-Bier-Klinik befinden sich in Bad Malente-Gremsmühlen namhafte Fachkliniken für Orthopädie, Angiokardiologie, Psychosomatik, Neurologie, Neurotraumatologie und Rehabilitation.

Weitere Informationen rund um Malente gibt es beim Tourismus-Service Malente
Bahnhofstraße 3
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 0 45 23 / 98 99-0
Telefax: 0 45 23 / 98 99-99
E-Mail: touristinfo@bad-malente.de
Internet: www.bad-malente.de

Die Klinik in Malente ist eine moderne Einrichtung und liegt direkt am Dieksee. Die landschaftlich sehr reizvolle Umgebung lädt zu vielen Erkundungen in die Holsteinische Schweiz ein, wobei die Seele einmal Abstand vom Alltagsstress nehmen kann, was für den Heilungserfolg genauso wichtig ist wie die medizinische Versorgung. In der Vital-Klinik werden Patienten im Rahmen von Anschlussheilbehandlungen oder Rehabilitationsmaßnahmen mit internistischen und orthopädischen Erkrankungen sowie Patienten mit posttraumatischen Belastungsstörungen und psychosomatischen Erkrankungen behandelt. In dem 1999 komplett renovierten und modernisierten Haus befinden sich 141 behaglich eingerichtete Einzelzimmer. Die Klinik verfügt über einen eigenen Fahrdienst für Patienten und Gäste. Das Freizeitangebot in der Vital-Klinik ist sehr abwechslungsreich. Das Haus liegt direkt am Dieksee und ist ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen, Radtouren und NordicWalking. Es stehen neben dem PC mit Internet-Zugang eine Bibliothek, eine Cafeteria mit Terrasse mit großartigem Seeblick, Aufenthaltsräume, ein Hallenbad, eine Sauna sowie ein umfangreiches Freizeitangebot für Patienten und Gäste bereit.

Vital KLINIKEN
- Innere Medizin
- Kardiologie
- Orthopädie
- Psychosomatik und Psychotraumatherapie

Vital-Kliniken GmbH
Klinik Buchenholm
Plöner Str. 20
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 04523 987-0
Telefax: 04523 987-520
info.buchenholm@vital-kliniken.de
www.vital-kliniken.de

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

Kaum ein anderer Kurort bietet so zahlreiche und vor allem vielfältige Möglichkeiten, den Urlaub aktiv und sportlich zu verbringen. Von A wie Angeln bis W wie Wasserski oder B wie Bogenschießen bis T wie Tennis – die Palette ist breit gefächert. Das Angebot der sportlichen Aktivitäten in Malente ist nicht nur attraktiv, sondern bietet auch allen Altersgruppen und Ansprüchen genügend Alternativen im Grünen sowie in, am und auf dem Wasser.

Malente ist aber auch als Standort für Trainingsaufenthalte attraktiv: Eine umfangreiche sportliche Infrastruktur sowie hervorragende Trainingsbedingungen sorgen im Amateurbereich für ideale Trainingsbedingungen. Aber auch für Profis gibt es hier alles, was den späteren Erfolg im Wettkampf ausmacht. Zusammen mit unseren Partnern, dem Landessportverband Schleswig-Holstein und der Mühlenbergklinik „Holsteinische Schweiz" halten wir umfangreiche Trainingsmöglichkeiten bereit. Während der Vorbereitungen zahlreicher Nationalmannschaften auf Weltmeisterschaften wurde hier der „Geist von Malente" geprägt.

Das Sport- und Bildungszentrum des Landessportverbandes leistet landesweit für die Fortbildung der Erwachsenen und des Nachwuchses bedeutsame Arbeit. Von hier gehen viele Impulse sowohl für den Breiten- als auch für den Spitzensport aus. Das Sport- und Bildungszentrum Malente bietet moderne Trainingsstätten, Tagungs- und Seminarräume, Tennisplätze, eine Schwimmhalle sowie ein Fitnessstudio. Die wald- und seenreiche Landschaft in unmittelbarer Nähe ergänzt in hervorragender Weise die sportlichen Bedürfnisse durch Ausflugsmöglichkeiten oder Wanderungen. Sprechen Sie uns an oder schreiben Sie eine E-Mail an sport@bad-malente.de.

Das Sport- und Bildungszentrum bietet folgende Ausstattung:

- Leichtathletikhalle mit 90 m-Laufbahn, Weit-, Hoch-, Stabhochsprunganlage, Diskuswerfen, Kugelstoß, elektronische Zeitmessung. Eine weitere Leichtathletikanlage befindet sich in circa vier Kilometer Entfernung. Ein Shuttlebus kann organisiert werden.
- Schwimmhalle mit fünf Bahnen à 33,33 Meter (Tiefe: 0,80 m – 1,80 m)
- Budosporthalle (280 m² Kampffläche 19 x 19 m) für alle Kampfsportarten
- Mehrzweckhalle (270 m²)
- Tischtennis (20 Wettkampftische)
- Handball, Volleyball, Basketball (Spielfelder mit offiziellen Maßen)
- 2 Tennisplätze (Kunstrasen mit Quarzsandfüllung)
- Fitnessstudio (275 m², Umkleideräume, Sauna, Solarium)
- ausgeschildertes Laufwegenetz durch den Malenter Forst

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

Bildungszentrum – Begegnungszentrum – Trainingszentrum

SpitzensportlerInnen der Verbände nutzen die hervorragende Infrastruktur der Sportanlage sowie der Tagungs- und Seminarräume gern als zentrale Stätte für ihre vielfältigen Aufgaben im Trainings- und Seminarbetrieb. In den Gästehäusern mit einer Kapazität von 140 Betten stehen Einzel- und Doppelzimmer für unsere Gäste zur Verfügung.

Zeitgemäß und modern ausgestattete Tagungsräume bieten optimale Voraussetzungen für die Durchführung von Seminaren, Tagungen und Kongressen. Die MitarbeiterInnen bieten bei der Vorbereitung und Durchführung die notwendige Unterstützung an. Rahmenprogramme können entsprechend vorbereitet und organisiert werden.

Es stehen vier Seminarräume (à 25 Personen), ein Konferenzraum (bis 100 Personen) sowie eine Mehrzweckhalle (ca. 200 Personen) zur Verfügung.

Medizinische Versorung

Spitzenmediziner verschiedener Fachrichtungen sind vor Ort in zahlreichen Kliniken zu finden. Zu den Leistungen zählen unter anderem:

- Kardiologische Leistungsdiagnostik
- Orthopädische Basisuntersuchung
- Oberflächen EMG
- gestützte Muskeldiagnostik
- Knochendichtemessung

Angeln

Kristallklares Wasser, ein hoher Sauerstoffgehalt und keine Schmutzwasser-Zuleitungen sorgen dafür, dass der Fischreichtum der Seen in der Holsteinischen Schweiz unter Anglern in ganz Deutschland bekannt und beliebt ist. Aale, Barsche, Brassen, Hechte, jede Menge Weißfische und die seltenen Maränen gehören heute zum großen Beutezug der Fischer und Angler auf den über 200 Seen in der Holsteinischen Schweiz.
Um den Fischbestand zu sichern, sorgen Angelvereine und Berufsfischer jährlich dafür, dass immer neuer Besatz in die Seen kommt.

Um die vier bis fünf Millionen Jungfische werden ausgesetzt. Für die Güte und Qualität der Binnenseen spricht auch die Tatsache, dass das Max-Planck-Institut für Limnologie in Plön seit über 100 Jahren angesiedelt ist.
Im Dieksee, Kellersee und Großen Trentsee haben Sie die Möglichkeit, auf die Jagd nach Aalen, Barschen, Brassen, Hechten, Schleien, Weißfischen, Zandern, Karpfen und Plötzen zu gehen. Voraussetzung hierfür ist der Besitz des Bundesfischereischeines. Einen gültigen Angelschein können Sie vor Ort erwerben.
Zudem gibt es eine ausführliche Angelbroschüre über alle Angelseen, Ausgabestellen, Karten und Fangbedingungen.

Beachvolleyball/Volleyball

Sand, Netz und Fun gibt es im Strandbad am Dieksee und in der Jugendherberge am Kellersee.

Bogenschießen

Bogensport fördert die innere Ruhe, Ausgeglichenheit und Konzentration und lässt sich im Urlaub erlernen und trainieren. Der TSV Dörfergemeinschaft Holsteinische-Schweiz bietet auf seinem Trainingsplatz zwischen Sieversdorf und Malkwitz alles, was den Bogensportler erfreut und was der Neuling sucht. Drei ausgebildete Kadertrainer unterweisen Interessierte in dem traditionellen Sport. Besonders für Gruppen bietet diese Sportart eine erholsame und zugleich sportliche Alternative im Urlaub.

Boule im Kurpark

Boule spielt man meist auf gewachsenem Boden mit fester sandiger oder feinkiesiger Oberfläche. Besonders geeignet ist hierfür das Boulodrome im Kurpark Malente. Nach kurzer Anleitung durch Jens U. Schulken

FRISEURTEAM
Joanna
Joanna Rönfeldt
Bahnhofstr. 20 · 23714 Bad Malente · Tel. 0 45 23/61 12

Malente

sportlich aktiv
gesund und fit

Vital Oase Eutin –
Erholung, Entspannung, Therapie

Direkt an der Landstraße zwischen Bad Malente und Eutin liegt die moderne Vital Oase mit ihrem umfangreichen Wellness und Therapieangebot, eingebettet in die Parkwohnanlage Wilhelmshöhe. Das Team der Vital Oase hält alle Leistungen rund um Körper, Geist und Seele für jeden zur Verfügung. Man kann schwimmen, saunieren, sich kosmetisch oder medizinisch verwöhnen lassen. Fachkundige Mitarbeiter stehen jeweils von Mittwoch bis Samstag immer von 15 bis 21 Uhr zur Verfügung, um Terminabsprache für Behandlungen wird gebeten. Besonderes Highlight ist die neue Vichy Dusche, die nach Kneippschem Vorbild mit der Kraft des Wassers heilt und besonders bei chronischen Entzündungen helfen kann. Für besondere Anwendungen oder Behandlungen stehen die Mitarbeiter nach Absprache gerne zur Verfügung. Der Eintritt für Saunen und Bewegungsbad beträgt € 18,– pro Tag inkl. freier Nutzung der zur Verfügung gestellten Getränke. Gerne können auch Geschenkgutscheine für individuelle Behandlungen oder Eintritte ausgestellt werden.
Anfragen unter der Tel. Nr. 04521 / 703 540

Wir sind immer für Sie da

OASE
Edle Steine
Schmuck
Tee-Fachgeschäft
Susanne Beirakdar
Bahnhofstr. 12 a, Malente, Tel.: 0 45 23 - 98 43 75

le petit
Sonnen- und Nagelstudio
Marktstraße 1a · 23714 Bad Malente
Telefon: 04523 – 12 44 · Handy: 0177 – 6 22 88 27

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

(dienstags 18 Uhr oder nach Vereinbarung) können Interessierte auf der mit allen Spielgeräten ausgestatteten Bahn spielen. Zudem können feste Gruppentermine vereinbart werden.

Fitness, Aerobic, Wellness

In puncto Fitness verfügt Malente mit dem Sport- und Bildungszentrum des Landessportverbandes Schleswig-Holstein (LSV) und dem Deport „Feine Fitness-Kultur" über zwei umfangreich und modern eingerichtete Trainingsstätten mit professionellen Trainern. Zudem erwartet Sie dort ein modernes und gepflegtes Ambiente, Geräte und (Aerobic-)Kurse sowie eine Saunalandschaft und ein Schwimmbad. Ein Highlight ist die jährlich stattfindende Aerobic Summer Convention mit internationalen Top-Akteuren und den neuesten Trends der Fitnessbranche. Informationen und Anmeldungen zu diesem ganz besonderen Sport-Event sind direkt beim LSV erhältlich.

Sport- und Bildungszentrum Malente des Landessportverbandes Schleswig-Holstein e. V.
Eutiner Straße 45
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 0 45 23 / 98 44 10
Telefax: 0 45 23 / 98 44 20
Internet: www.lsv-sh.de

Deport – Feine Fitness-Kultur
Eutiner Straße 45
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 0 45 23 / 88 05 08

Fußball

Die berühmte Fußballschule des Schleswig-Holsteinischen Fußballverbandes, die der Deutschen Fußball-Nationalmannschaft oft als Trainingslager diente, befindet sich im Ort und kann während der Saison im Rahmen geführter Spaziergänge besucht werden. Das besondere Angebot: In der Fußballschule Malente können junge, zukünftige Europa- und Weltmeister in die Fußstapfen ihrer großen Vorbilder treten. Wunderschön gelegen inmitten der Holsteinischen Schweiz bietet die Fußballschule vor allem ideale Trainingsbedingungen auf dem (für die Öffentlichkeit nicht zugänglichen) Trainingsgelände.

Verbandssportschule Malente
Am Stadion 4
23714 Bad Malente
Telefon: 0 45 23 / 33 35
Telefax: 0 45 23 / 43 78
Internet: www.shfv-kiel.de/verbandssportschule/

Fußballcamps für kleine Champs:
Internet: www.fussball-ferien-camp.de

Golf

Drei herrliche Golfplätze rund um Malente heißen Gastspieler jederzeit herzlich willkommen. Greenfees, Driving-Ranches, Neun-Loch- und Achtzehn-Loch-Bahnen stehen zur Auswahl. Jeder Club verfügt über das „Neunzehnte Loch" (Restauration) direkt am Platz.

Golfclub Holsteinische Schweiz e. V.
David Leadbetter Golf-Academy
24306 Gut Waldshagen
Telefon: 0 45 22 / 76 67 66
Internet: www.gut-golf.de

Golfclub Thürk e. V.
Dr. Ernst Gründel
Bergstraße 3
23715 Thürk
Telefon: 0 45 22 / 76 67 66
Internet: www.golfclub-thuerk.de

Golf & Country Club Hohwachter Bucht
24321 Hohwacht/Ostsee
Telefon: 0 43 81 / 96 90
Internet: www.golfclub-hohwacht.de

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

Kanu, Paddeln und Rudern

Bahn frei für Wassersportfreunde auf der Schwentine (mit 62 Kilometern einem der längsten Flüsse Schleswig-Holsteins). An der legendären Gremsmühle in Malente wurde eine neue, technisch hochmoderne Anlage eingeweiht, die eine problemlose Überwindung des zwei Meter Höhenunterschiedes der Schwentine ermöglicht. Die Kanumietstation Malente liefert Ihnen nach Voranmeldung modernste High-Tech-Canadier zum gewünschten Startpunkt und holt sie nach Ende Ihrer Tour am Zielort wieder ab.
Ob Tagestrip auf einem unserer Seen oder mehrtägige Wasserwanderung auf der Schwentine, die abwechslungsreiche Natur der ostholsteinischen Seenplatte lässt jeden Ausflug zu einem unvergesslichen Ereignis werden.

Kanumietstation
Godenbergstraße 10
23714 Bad Malente-Gremsmühlen

Kanucenter
Godenbergstraße 7b
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 0 45 23 / 73 89

Tretboote und Paddelboote-Vermietung am Dieksee:
Boots-Haus am Dieksee
Diekseepromenade 4
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Internet: www.boots-haus.info

Kanuverleih Eutin
Siebecker Landstraße 17
23701 Eutin-Fissau
Telefon: 0 45 23 / 42 01
Internet: www.boote-keusen.de

Kanumietstation und Flusswanderkarte Schwentine
Internet: www.kanucenter-ploen.de

Bundesvereinigung Kanutouristik e. V.
Internet: www.kanutouristik.de

Klettern

Inmitten der schönen Holsteinischen Schweiz wird Ihnen von der KOK-Erlebniswelt ein unvergleichliches Outdoor- und Klettererlebnis geboten. Angeleitet von kompetenten Trainern werden Sie in die Natur entführt. Dort haben Sie die Möglichkeit, Gruppendynamik und Teamfähigkeit zu stärken, Ängste zu überwinden und dabei noch jede Menge Spaß zu haben. Neben dem Erlebnis „Klettern" kommt das Naturerlebnis „Baum" hinzu. In acht bis zwölf Metern Höhe befinden sich vertikale und horizontale Kletterelemente.

Es ist eine aufregende und besondere Herausforderung, diese verschiedenen Elemente zu erklimmen und zu überwinden. Im Hochseilgarten Malente können Sie Klettern in Schwindel erregenden Höhen erleben.

KOK-Erlebniswelt
Klaus- Olaf und Corinna Klünder
Rosenstraße 38
23714 Malente
Internet: www.kok-erlebniswelt.de

Kneippen

Frühjahr im Kneipp-Heilbad Bad Malente-Gremsmühlen: Kaum dass die ersten wärmenden Sonnenstrahlen Urlauber und Einheimische gleichermaßen ins Freie locken, waten auch schon wieder Gesundheitsbewusste mit hochgekrempelten Hosenbeinen durchs kalte Wasser. Sie alle sind überzeugt von der vorbeugenden und heilenden Wirkung der Wasseranwendungen nach Kneipp. Die Kneipp'sche Urlehre basiert auf den fünf Elementen Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilkräuter und gesunde Lebensweise, wobei die Wasseranwendung heutzutage sicherlich die größte Popularität genießt. Doch was genau bewirkt das kalte Wasser? Ist der Körper „vorgeheizt", wie beispielsweise nach einem zügigen Spaziergang oder Nordic Walking, reagiert er auf das kalte Wasser mit heilsamen Reaktionen: Dazu gehören insbesondere die Stärkung der Abwehrkräfte und das Anregen des Kreislaufes.

Diese Form der Kneipp'schen Anwendung kann in mehreren öffentlichen Anlagen in Bad Malente-Gremsmühlen individuell durchgeführt werden: In den Wassertretbecken im Kurpark und am Kellersee sowie in den Spiegelteichen am Ende der Diekseepromenade. Für therapeutische Wasseranwendungen gibt es in Bad Malente-Gremsmühlen mehrere Anlaufstellen. Unter fachlicher Anleitung werden gezielt Kneipp'sche Güsse, Wechselduschen und Behandlungen im Bewegungsbad angeboten.

Leichtathletik, Marathon, Triathlon

Vor allem durch das hervorragend beschilderte und weitläufige Lauf- und Radstreckennetz sowie seine Wassersport-Infrastruktur ist Malente unter Marathon-Läufern und Triathleten sehr beliebt. Andere Sportler, wie der Zehnkämpfer Mike Maczey, verlagern sogar ihren Lebensmittelpunkt zu uns. Wer in Malente für einen Leichtathletik-Wettkampf, einen Orientierungslauf, Marathon oder Triathlon trainieren möchte, ist beim Turn- und Sportverein TSV Malente genau richtig. Hier kann man mit

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

erfahrenen Sportlern trainieren und Wettkampftipps austauschen. Der TSV organisiert regelmäßige Lauftreffs sowie gezielte Trainingseinheiten und interessante Wettkämpfe.

Minigolf

Familie Blunk
Neversfelder Straße 4
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 0 45 23 / 14 45

Naturerlebnis für Kinder

Sie fragen sich, was kann Ihnen und Ihrer Familie ein Heilklimatischer Kurort wie Bad Malente-Gremsmühlen mitten in der Holsteinischen Schweiz noch bieten? Bei so viel sportlichen und landschaftlich reizvollen Angeboten ist das Kontingent erschöpft, und es bleibt nichts für den Nachwuchs? Falsch! Gerade an Sie und Ihre Kinder haben wir voller Freude gedacht. Nicht nur, dass sämtliche Sportangebote auf Kinder abgestimmt werden können, es gibt selbstverständlich spezielle Programme für Knirpse und Teens.

- Die Naturkindergruppe Holsteinische Schweiz, „Die kleine Räuberbande", hat in den Sommermonaten von Juli bis August für Kinder bis 14 Jahre (Kinder unter fünf Jahren in Begleitung der Eltern) ein interessantes und vielseitiges Programm erarbeitet. Treffpunkt ist jeweils am Waldeingang zum Bergengehölz. Von dort geht es zum Unterschlupf der „Räuberbande" mitten im Wald, wo Aktivitäten rund um die Natur stattfinden.
- Spielplätze gibt es in und um Malente fast wie den sprichwörtlichen Sand am Meer. Vom Kleinkinderspielplatz bis hin zum Abenteuerspielplatz „Malentino" und einem Bolzplatz gibt's für die kleinen Aktiven viel Platz zum Austoben.
- Im Strandbad am Dieksee können Sie und Ihre Kinder problemlos dem Badevergnügen nachgehen, aber auch mal entspannen. Eine Badeaufsicht sorgt für die nötige Sicherheit.
- In unmittelbarer Nähe der Holsteinischen Schweiz liegt der Hansa-Park. Machen Sie doch einmal einen Tagesausflug nach Sierksdorf und genießen Sie das Flair des Freizeitparks! Oder Sie besuchen das subtropische Badeparadies „Weißenhäuser Strand", das Meereszentrum auf Fehmarn, das Naturparkhaus in Plön, den Eselpark Nessendorf, das Sealife-Center in Timmendorfer Strand, den Tierpark Gettorf, die Ostsee-Therme in Scharbeutz, die Karl-May-Festspiele oder das Fledermauszentrum „Noctalis" in Bad Segeberg und, und, und …

Die Auswahl ist groß und reicht für weit mehr als einen Urlaub. Ein guter Grund mehr, wieder zu kommen.

Nordic Fitness: Nordic Walking, Nordic Inline

In Norddeutschlands erstem Nordic Fitness Park befinden Sie sich auf bestem Wege zu Gesundheit und Fitness. Nach der Erweiterung im April 2006 können Gäste jetzt auf 21 Routen unterschiedlichster Schwierigkeitsgrade und einem Gesamtstreckenverlauf von 152,2 Kilometer zwischen Malente, Eutin und Plön die abwechslungsreiche Wald- und Seenlandschaft der Holsteinischen Schweiz hautnah und aktiv erleben. Idealer Ausgangspunkt ist dabei Bad Malente-Gremsmühlen.
Während Sie an frischer Luft einen Fuß vor den anderen setzen, lassen Sie Stress und Verspannungen schnell hinter sich. Bei der moderaten Ganzkörperbelastung in freier Natur kommen Herz und Kreislauf auf Touren, Geist und Seele zur Ruhe. Dafür, dass von Anfang an alles richtig läuft, sorgen ausgebildete Nordic Walking Instructoren. In ganzjährig angebotenen Kursen bringen sie Anfänger wie Fortgeschrittene, Jung wie Alt raus aus dem Alltagstrott und ran an die Laufstöcke. Wer die aktivierende Wirkung von Nordic Walking am eigenen Leib erfahren möchte, findet dafür im weitläufigen Nordic Fitness Park Holsteinische Schweiz ideale Voraussetzungen. Zudem bieten zahlreiche Hotels und Pensionen in Malente ihren Gästen attraktive Arrangements. Diese beinhalten neben fachkundig geleiteten Walking-Touren zum Beispiel entspannende Massagen, Saunagänge sowie ein kulinarisches Verwöhnprogramm.

Alle Informationen rund um Nordic Inline, der Kombination aus Skilanglauf und Inline-Skating, finden Sie im Internet unter www.skate-service.de.

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

Radfahren, Radwandern

Eine Radwanderung im Herzen der Holsteinischen Schweiz kann in mehreren Teilstücken oder Etappen gefahren werden. Der Ausgangspunkt spielt dabei nur eine kleine Rolle, denn jeder Kurs endet wieder dort, wo er begonnen hat. Eine Tour führt um den Eutiner See, auf einer anderen Route werden Sie die Bräutigamseiche, den „Liebesbriefkasten" für Jung und Alt, besichtigen und die sich darum rankende Geschichte erfahren. Der Mönchsweg führt Sie auf die Spuren von Vicelin.

Reiten

Mehrere Reiterhöfe bieten Urlaub für Pferdefans an. Das Angebot reicht von Reiterferien bis zur Reitschule, einschließlich Unterkünften für eigene Pferde. Erkunden Sie die herrliche Wald-, Seen- und Hügellandschaft der Holsteinischen Schweiz im Sattel hoch zu Ross.

Hotel Fährhaus „Niederkleveez"

Am Dieksee 6 · 24306 Niederkleveez
Tel. 0 45 23 / 99 59 29 · Fax 0 45 23 / 99 59 55
www.faehrhaus-dieksee.de · info@faehrhaus-dieksee.de

Schön gelegen am Europawanderweg zwischen Plön und Malente liegt das Fährhaus Niederkleveez mit seiner großen Sonnenterrasse und dem einmaligen Panoramablick auf den Dieksee. Direkt vor der Tür finden Sie die Anlegestelle der 5-Seen-Fahrt.
Regionale und internationale Küche genießen Sie in unserem Haus genauso wie nachmittags hausgebackene Kuchen und Torten.
Wir bieten Platz für Ihre Feiern und sind Ihr kompetenter Ansprechpartner für Gesellschaftsfeiern aller Art.
Sprechen Sie uns an!
Erleben Sie die Holsteinische Schweiz von ihrer schönsten Seite.
Parkplatz • Liegewiese • Strandkörbe u.v.m.

Hof Fraider – Western & Freizeitstall
Flehmerstraße 16
23714 Benz
Telefon: 01 51 / 15 24 57 06
Internet: www.hof-fraider.de

J. & K. Graage – Hof Bast
23714 Bad Malente
Internet: www.hof-bast.de

Reiterhof Hof Vierth
Plöner Straße
23714 Bad Malente

Reitstall Hebeukenbarghof
Inhaber: Angelika Kämmerer
Kleveezer Straße 10
24306 Oberkleveez
Telefon: 0 45 22 / 94 01
Telefax: 0 45 22 / 76 03 15

Stall Krähenberg
Bergstraße 20
23714 Malkwitz
Telefon: 0 45 23 / 79 35

Schach im Kurpark

64 Felder, 16 weiße und 16 schwarze Figuren: Schach – von persisch „Schah", für „König" – ist eines der populärsten Brettspiele in Europa. Lassen Sie die Köpfe rauchen und setzen Sie Ihren Gegner matt.

Schützenverein

Über Kimme und Korn genau ins Schwarze: Im Schießsportzentrum in der Neversfelder Straße kann mit Kleinkaliber, Pistole und Luftgewehr sowie mit Bogen und Armbrust geschossen werden. Von März bis Oktober findet dort jeden Sonntag von 10 bis 12 Uhr ein Frühschoppen mit Wertungs-Schießen statt. Am 1. Wochenende im August eines jeden Jahres feiert der Schützenverein sein Schützenfest mit Blumenkorso, Tanz, Aal- und Mettwurstknobeln/-schießen, einem Kinderfest und der Königsproklamation.

Schwimmen

Am Dieksee finden Sie ein beaufsichtigtes Freibad nebst Sandstrand, Liegewiese, Sprungtürmen und einer Terrasse mit Kiosk. Naturbelassene Badestrände an Kellersee, Behler See, Nüchler See, Benzer See, Neukirchner See und Krummsee laden auf wildromantische Art zum Sonnen, Baden und Relaxen ein. Die Badewasserqualität wird durch die

Hier trainieren Sie mit Weltmeistern – Sportangebote in Malente

Gesundheitsbehörden in der Saison 14-tägig geprüft und wird in allen Seen in und um Malente mit „sehr gut" bewertet.

Schwimmhalle

Schwimmhalle des Sport- und Bildungszentrums des LSV Schleswig-Holstein
Angebote: Wassergymnastik, Aqua-Jogging, Sauna, Schwimmkurse
Eutiner Straße 45
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 0 45 23 / 98 44 44
Internet: www.lsv-sh.de

Segeln

Der Kellersee ist überregional bekannt für hochklassige Regattafelder und ideale Segeleigenschaften. Viele internationale, nationale sowie olympische Bootsklassen tragen hier ihre Regatten und Meisterschaften aus, bis hin zu Europa- und Weltmeisterschaften. Die Seglervereinigung ist Ansprechpartner für Gastlieger und Feriensegler.

Segler-Vereinigung Malente-Gremsmühlen e. V.
Clubgelände am Klaus-Groth-Weg
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Internet: www.svmg.de

Segel-, Surf- und Katamarankurse auf dem Plöner See:
Segelschule Plön
Aschebergerstraße 70
24306 Plön
Internet: www.segelschuleploen.de

Sport- und Bildungszentrum

Eingebettet in die reizvolle Landschaft der Holsteinischen Schweiz liegt das Sport- und Bildungszentrum Malente. Eine Sport- und Schwimmhalle, eine Budo-Halle, ein Aerobic-Saal, das moderne Fitness-Studio, mehrere Tagungs- und Seminarräume mit Beamer sowie zwei Tennisplätze stehen zur Verfügung. Diese idealen Voraussetzungen und die angenehme Atmosphäre haben das Sport- und Bildungszentrum bereits weit über die Grenzen Schleswig-Holsteins hinaus bekannt und beliebt gemacht. Weitere Informationen und Kontakt: www.lsv-sh.de

Tauchen

Tauchen Sie ab in der Tauchschule Lutz in Neukirchen. Hier gibt's alles rund um das Erlebnis im Deep Blue: Von der Tauchschule über einen Shop bis hin zu Reiseangeboten und einem Tauchclub. Für Kinder gibt es spezielle Programme und natürlich kann man bei Bodifun Flaschen nachfüllen und Ausrüstung ausleihen.

Tauchschule Armin Lutz – Bodifun
Hufenweg 2
Telefon: 0 45 23 / 78 64
Internet: www.bodifun.de

Baltic Dive Center
Redderkoppel 11
24159 Kiel
Internet: www.balticdivecenter.de

Tennis

Das Sport- und Bildungszentrum des Landessportverbandes Schleswig-Holstein und der Tennis-Club Rot-Weiß Malente-Gremsmühlen e. V. bieten attraktive Außenplätze im Grünen mit Asche- bzw. Kunstrasen-/Quarzsandgemisch-Belag. Das Landhaus am Holzberg in Neversfelde und das Landhaus Rixen in Krummsee stellen ihre Außenplätze ebenfalls gerne Gästen zur Verfügung.

Wandern

Bad Malente-Gremsmühlen ist der ideale Ausgangspunkt für Wanderer und Radfahrer. Das umfangreiche Kartenmaterial bietet Tourenvorschläge für jede Alters- und Fitnessstufe. Die Karten erhalten Sie beim Tourismus-Service Malente. Während der Hauptsaison werden regelmäßig geführte Wanderungen, Spaziergänge mit Besichtigungen, Waldbegehungen sowie Führungen durch den Kurpark und durch das Wildgehege angeboten.

Wasserski und Wakeboard

Vom 1. Mai bis 23. September erleben Sie auf der Wasserski-Anlage in Süsel Fun und Action. Hier werden zwei Wasserski-Seilbahnen mit direkt nebeneinanderliegenden Startplätzen betrieben. Die Bahnen haben eine Länge von 500 und 900 Metern und bringen Sie auf eine Geschwindigkeit von 28 bis 32 Stundenkilometer. Außerdem können Sie in Süsel Wakeboarden, Volleyball und Streetball spielen, Grillen oder sich einfach auf der Liegewiese sonnen.

Wasserski Süsel
Süseler Moor 6
23701 Süsel
Internet: www.wasserski-suesel.de

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Gesundheit und Wellness in Malente

Name	Anschrift	Telefon (Vorwahl 0 45 23)
Allgemeine / praktische / Fach-Ärzte		
Dres. Pyriki, Körkemeyer, Brüning, Schreckenberg (Nephrologie, Gastroenterologie, Kardiologie, Innere Medizin, Diabetologie)	Mühlenbergklinik Holsteinische Schweiz, Frahmsallee 1-7	44 22 u. 59 05
Dr. Reiner Deckert (Allgemeinmedizin)	Rosenstraße 44	22 40
Dr. Ann-Katrin Röstermundt (Allgemeinmedizin)	Janusallee 6	66 46
Dres. Schulz, Palluck (Innere Medizin, Diabetologie, Naturheilkunde, Bade-/Kurarzt)	Bahnhofstraße 37/39	30 16
Dr. Ute Pautke (Innere Medizin, Naturheilverfahren, Homöopathie)	Bahnhofstraße 37/39	30 16
Dr. Albert Zapp (Innere Medizin, Bade-/Kurarzt)	Lindenallee 1b	33 51
Dr. Gunar Hallebach (Innere Medizin, Nephrologie)	Wilhelminenstraße 8	39 41 u. 39 42
Dr. Frank Linse (Innere Medizin)	Bahnhofstraße 45	10 30
Dr. Uwe Becker (Angiologie/Gefäßerkrankungen)	Mühlenbergklinik Holsteinische Schweiz, Frahmsallee 1-7	99 30
Apotheken		
Flora-Apotheke, Nina Reuter	Bahnhofstraße 45	30 10
Kur-Apotheke, Philipp Reuter	Bahnhofstraße 14	22 34
Rosen-Apotheke, Hans-P. Grevsmühl	Rosenstraße 30	28 28
See-Apotheke, Ulf-J. Dobberstein	Bahnhofstraße 37/39	99 07 07
Beauty und Wellness		
Landhaus am Holzberg, Tages-Beauty-Farm,	Neversfelde, Grebiner Weg 2	40 90
Hotel Weißer Hof	Voßstraße 45	9 92 50
Bräunungsstudio		
Jürgen Weber	Marktstraße 1a	12 44
Dialyse		
Dres. Pyriki, Körkemeyer, Brüning, Schreckenberg	Mühlenbergklinik Holsteinische Schweiz, Frahmsallee 1-7	44 22 u. 59 05
Dr. Gunar Hallebach	Wilhelminenstraße 8	39 41 u. 39 42
Ernährungsberatung		
Regina Hoffmann	Am Stadion 11	49 79
Ergotherapie		
Kerstin Fehlberg	Bahnhofstraße 9	88 06 24
Sandra Küll und Roland Lemmert	Lindenallee 53	20 23 66
Fitness-Center		
Brink und Hinz Deport GbR	Eutiner Straße 45	88 05 08
Frauenarzt		
Dr. Armin Pallokat	Bahnhofstraße 37-39	18 81
Fuß-/Handpflege		
Gretchen Stümer	Ferd.-Harms-Straße 8	39 74
Jens Borchardt	Rosenstraße 33	24 39
Britta Weckesser	Gartenstraße 10	20 21 43
Christa Anders	Hinrich-Wrage-Straße 16	98 88 92
Cornelia Horn	Krummsee, Waldstraße 2c	21 54
Andrea Meyer	Königsberger Straße 31	75 60
Heike Plagmann	Ringstraße 12	98 48 39
Daniela Sievert	Neversfelder Straße 8	
Jürgen Weber	Marktstraße 1	12 44
Maren Pribbenow	Voßstraße 25	88 06 09

Gesundheit und Wellness in Malente

Name	Anschrift	Telefon (Vorwahl 0 45 23)
Barbara Restieri	An den Auewiesen 19b	88 99 66
Michaela Sattler	Dammstraße 2	47 88
Waltraud Rimkus	Lindenallee 8	25 95
Heilpraktiker		
Manfred Kirschner	Lindenallee 1c	46 00
Michael Bendig	Kampstraße 44	20 29 50
Claudia Pflüger	Dammstraße 1	
Hörgeräteakustik		
Amplifon Deutschland GmbH	Bahnhofstraße 6	20 14 70
Kosmetikerinnen		
Elke Friedrichs	Bahnhofstraße 14	22 34 u. 0 45 21/7 34 90
Hildegard Hameister	Friedrichstraße 9	26 66
Andrea Meyer	Königsberger Straße 31	75 60
Heike Plagmann	Ringstraße 12	98 48 39
Barbara Restieri	An den Auewiesen 19b	88 99 66

Physiotherapie
Thomas Zühlke
Krankengymnastik
Manuelle Lymphdrainage
Manuelle Therapie
Wärmeanwendung und Massage
med. Fußpflege
Termine nach Vereinbarung
Telefon: 0 45 23 / 45 67
23714 Bad Malente, Rosenstraße 6, Fax: 78 59

Claudia Pflüger
Heilpraktikerin
Breuss-Dorn Wirbelsäulentherapie / Fußreflexzonentherapie / Schröpfkopfmassage / Ohrakupunktur / Blutegel
23714 Malente · Dammstraße 1
Telefon 0 45 23 / 98 42 17

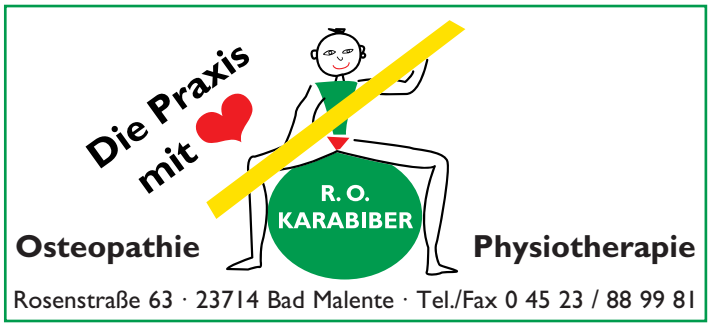
Kurmittelhaus + Therapiezentrum
Inh. Nico Reuter
Krankengymnastik
Lymphdrainage
Massage/Fango
Kneippanwendungen
Bewegungsbad
Fußpflege
Inhalation
Med. Bäder
Lindenallee 16 • 23714 Bad Malente
✆ 0 45 23 - 98 41 30
www.kurmittelhaus-therapiezentrum.de

www.feriendialyse.de
In Bad Malente & Weißenhäuser Strand
· Alle gängigen Dialyseverfahren
· Peritonaldialysen
· Abenddialysen
Dialysezentrum & Facharztpraxis Bad Malente
Dres. P. Pyriki, F.W. Körkemeyer, A. Schreckenberg, A. Brüning
– Wir betreuen Sie gern –
Sprechen Sie uns an!
Frahmsallee 1-7, 23714 Bad Malente, Tel. Praxis: 04523 / 990796
Seestraße 1, 23758 Weißenhäuser Strand, Tel. Dialyse: 04361 / 623366

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Gesundheit und Wellness in Malente

Name	Anschrift	Telefon (Vorwahl 0 45 23)
Christina Röckendorf	Wilhelminenstraße 7	88 07 97
Cosmetique Institut Heike Sachs	Landhaus am Holzberg, Grebiner Weg 2	40 90
Gabriele Schmale	Am Hünengrab 12	78 38
Maren Pribbenow	Voßstraße 25	88 06 09
Krankengymnasten / Physiotherapeuten		
Kurmittelhaus Zühlke	Rosenstraße 6	45 67
Thomas Mahlo	Rosenstraße 1	53 54
Birgit Boock	Friedrichstraße 8	76 75
Liesel Dürwald	Am Hünengrab 3	68 59
Ramadan Karabiber	Rosenstraße 63	88 99 81
Landhaus am Holzberg	Neversfelde, Grebiner Weg 2	40 90
Kurmittelhaus und Therapiezentrum Nico Reuter	Lindenallee 16	98 41 30
Kurärzte / Badeärzte		
Dres. Schulz, Palluck	Bahnhofstraße 37/39	30 16
Dr. Albert Zapp	Lindenallee 1b	33 51
Kurkliniken		
Mühlenbergklinik Holsteinische Schweiz, Zentrum für Orthopädie und Angiokardiologie	Frahmsallee 1-7	99 30
August-Bier-Klinik, Fachklinik für Neurotraumatologie, Neurologie und Rehabilitation	Diekseepromenade 9-11	40 50
Curtius-Klinik GmbH & Co.KG, Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin	Neue Kampstraße 2	40 70
Vital-Kliniken GmbH, Klinik Buchenholm, Innere Medizin, Kardiologie, Orthopädie, Psycho-Traumatherapie	Plöner Straße 20	98 70
Logopädie		
Anka Altenrath	Bahnhofstraße 53	20 14 10



Dr. med. dent Torsten Gründel

Praxis für Zahnerhaltung und Prophylaxe

Lindenallee 12 · 23714 Bad Malente
Tel.: 0 45 23 / 12 71 · Fax: 0 45 23 / 88 94 15

Der **„falsche Biss"** und die Symptome

- Migräne, Kopfschmerzen
- Spannungsschmerzen im Kiefer- und Gesichtsbereich
- Nacken-, Schulter- und Rückenschmerzen

Ich habe mit meinem qualifizierten Team auch in Ihrem Urlaub / Kur für Sie Zeit.

Ganzheitliche Zahnheilkunde
Dr. Hans Joachim Knievel
Zahnarzt

Luisenstraße 2 · 23714 Bad Malente
Telefon 0 45 23 - 12 41 · Telefax 0 45 23 - 12 81
jochenknievel@t-online.de · www.zahnarzt-malente.de

Gesundheit und Wellness in Malente

Name	Anschrift	Telefon (Vorwahl 0 45 23)
Massagen / medizinische Bäder		
Kurmittelhaus Zühlke	Rosenstraße 6	45 67
Reinhard Locker	Plöner Straße 18	30 15
Landhaus am Holzberg	Neversfelde, Grebiner Weg 2	40 90
Hotel Weißer Hof	Voßstraße 45	9 92 50
Wellnessmassagen, Karin Petris, Kurhotel am Kurpark	Lindenallee 1	99 99 44
Kurmittelhaus und Therapiezentrum Nico Reuter	Lindenallee 16	98 41 30
Neurologen / Psychiater		
Dr. Udo Zimmermann (Neurologie, Psychiatrie, Psychotherapie)	Rosenstraße 43	12 73
Orthopäden		
Dr. Wolfgang Becker	Lindenallee 3	30 71
Orthopädische Werkstatt		
Jens Borchardt	Rosenstraße 33	24 39
Schwimmhalle		
Sport- und Bildungszentrum	Eutiner Straße 45	98 44 10
Sauna		
Sport- und Bildungszentrum	Eutiner Straße 45	98 44 10
Tierarzt		
Dr. Georg Eggers	Lütjenburger Straße 11	58 00
Zahnärzte		
Bernd Aewerdieck	Bahnhofstraße 7	44 88
Dr. Peter-Michael Brandt	Bahnhofstraße 37-39	28 88
Dr. Torsten Gründel	Lindenallee 12	12 71
Dres. Hans-Joachim Knievel und Dr. Henning Schultze	Luisenstraße 2	12 41
Dres. Ernst-A. Stegemann und Dr. Angelika Schmidt	Markstraße 7	99 05 30 u. 16 27

Malente
sportlich aktiv
gesund und fit

Die Kurabgabe – mit der Bitte um Verständnis

Lieber Gast,

Bad Malente-Gremsmühlen bietet Ihnen eine Vielzahl von Einrichtungen wie z. B. das „Haus des Kurgastes", das Wildgehege, die Dieksee- und die Kellerseepromenade, das Strandbad am Dieksee, öffentliche Kneipp-Einrichtungen, Kinderspielplätze, ein über 200 Kilometer großes, ausgeschildertes Rad-Wander-Wegenetz, den Nordic-Fitness-Park Holsteinische Schweiz und vieles andere mehr.

Im Jahr 2007 prägten zwei große Investitionsvorhaben – mit dem Ziel die touristische Infrastruktur für Sie zu verbessern – die Bestrebungen der Gemeinde Malente. Mit einem finanziellen Aufwand von rund 1,3 Millionen Euro erfuhr der unter Denkmalschutz stehende „Malenter Kurpark" an vielen Stellen eine Attraktivitätssteigerung z. B. mit der Neuanlage der Freilichtbühne, der Neugestaltung des Eingangsbereichs mit Wasserspiel, der Schaffung eines weiteren Eingangs und umfangreichen Neuanpflanzungen.

Mit rund 2,3 Millionen Euro wurde die Diekseepromenade in drei Bauabschnitten neugestaltet. Der Bereich der oberen Promenade an der Hindenburgallee und die Diekseebucht erfuhren eine komplette Neugestaltung mit neuen Wegen und Sitzflächen sowie einer Umgestaltung der Uferzone mit einem Veranstaltungsponton. Entlang der Diekseepromenade wurden an mehreren Stellen Aussichtsplattformen angelegt sowie Ufer- und Wegeflächen attraktiver gestaltet.

Zur teilweisen Deckung der Aufwendungen für die Herstellung und Unterhaltung dieser zu Kur- und Erholungszwecken bereitgestellten öffentlichen Einrichtungen wird die Kurabgabe erhoben, die Sie bei Ihrem Gastgeber bezahlen. Klar ist auch, dass eine volle Kostendeckung aller mit dem Tourismus im Zusammenhang stehenden Ausgaben alleine durch die Kurabgabe nicht möglich ist. So werden aus dem Haushalt der Gemeinde Malente noch erhebliche finanzielle Mittel bereitgestellt, damit Sie Ihren Urlaub bei uns in vollen Zügen genießen können.

Mit der Bezahlung der Kurabgabe hat Ihnen Ihr Gastgeber in Bad Malente-Gremsmühlen die Gästekarte ausgehändigt, mit der Sie jahreszeitlich unterschiedliche Leistungen und Vergünstigungen in Anspruch nehmen können. Hierzu zählt ein abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm, über das der kostenlos erscheinende monatliche „Veranstaltungskalender" detaillierte Informationen enthält. Gegen Vorlage der Gästekarte von Bad Malente-Gremsmühlen erhalten Sie in den meisten Bädern an der Nordsee und der Ostsee in Schleswig-Holstein einen (einmaligen) freien Eintritt zu den kurabgabepflichtigen Stränden.

Für alle Fragen zur Tourismusgemeinde Malente sowie den Freizeitmöglichkeiten und Sehenswürdigkeiten in der Region steht Ihnen das Team des Tourismus-Service-Malente im Pavillon gegenüber dem Bahnhof zu den angegebenen Öffnungszeiten bzw. telefonisch unter 0 45 23/9 89 90 gerne zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen einen schönen, abwechslungsreichen Aufenthalt in Bad Malente-Gremsmühlen im Herzen des Naturpark Holsteinische Schweiz.

Ihre

Kurverwaltung Malente
im „Haus des Kurgastes"
Bahnhofstraße 4a
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon: 0 45 23 / 23 56
Telefax: 0 45 23 / 62 21
E-Mail: Kmalente@t-online.de

IMPRESSUM

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Trägerschaft. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen sind – auch auszugsweise – nicht gestattet. Nachdruck oder Reproduktion, gleich welcher Art, ob Fotokopie, Mikrofilm, Datenerfassung, Datenträger oder Online nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Bilder: Tourismus-Service Malente, www.bad-malente.de

In unserem Verlag erscheinen Produkte zu den Themen:
- Bürgerinformationen
- Klinik- und Gesundheitsinformationen
- Senioren und Soziales
- Kinder und Schule
- Bildung und Ausbildung
- Bau und Handwerk
- Dokumentationen

mediaprint
WEKA info verlag

Infos auch im Internet:
www.alles-deutschland.de
www.sen-info.de
www.klinikinfo.de
www.zukunftschancen.de

WEKA info verlag gmbh
Lechstraße 2
D-86415 Mering
Tel. +49 (0) 82 33 384-0
Fax +49 (0) 82 33 384-103
info@weka-info.de
www.weka-info.de

23714098 / 1. Auflage / 2009

Haus der Gesundheit in Malente

Bahnhofstraße 37 - 39, 23714 Bad Malente

In der ersten Etage (Lift) des Hauses der Gesundheit befindet sich das **Hausärztliche Zentrum Malente**. In Praxisgemeinschaft arbeiten Frau Dr. Ute Pautke als Homöopathin und Allgemeinärztin, Herr Joachim Schulz als Allgemeinarzt und Badearzt und Spezialist für Naturheilverfahren sowie Herr Dr. Thorsten Palluck als Facharzt für Innere Medizin zusammen. Umfangreiche schulmedizinische Diagnostikverfahren stehen zur Verfügung bis hin zum hochmodernen Farb-Ultraschallgerät zur Untersuchung von Blutgefäßen, Herz, Schilddrüse und Bauchorganen. EKG, Langzeit-EKG, Belastungs-EKG und Lungenfunktion sind selbstverständlich. Haus- und Hotelbesuche werden bei Bedarf durchgeführt.

Das angeschlossene ärztliche Zentrum für Naturheilkunde und Präventionsmedizin **„PRAEVENTIUM“** hat sich auf alternative Behandlungsmethoden spezialisiert. Besonders kompetent sind wir in adjuvanter Krebstherapie, bei der Behandlung von chronischen Stoffwechsel- und Darmkrankheiten (Dysbiose, Candidose), und in der Therapie chronischer Schmerzen (Rheuma, Rücken, Arthrose). Zum Einsatz kommen unter anderem Akupunktur, Schröpfen, Infusionen, Ozon-Sauerstoff-Therapien, Colon-Hydro-Therapie, Regulations-Thermographie, Bioresonanztherapie und andere mehr.

Im Erdgeschoss liegt die **See-Apotheke**, eine typische Beratungsapotheke zum Wohlfühlen. Die Mitarbeiter stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite sowohl in schulmedizinischen als auch in naturheilkundlichen Fragen.

Besondere Schwerpunkte im alternativmedizinischen Bereich sind Klassische Homöopathie, Bachblüten und Phytotherapie. Apotheker Ulf-J. Dobberstein ist als Homöopath und ausgebildeter Heilpraktiker auch bei der Beschaffung außergewöhnlicher Mittel aus dem europäischen Ausland Partner vieler Behandler.

Im schulmedizinischen Bereich berät und beliefert die See-Apotheke Arztpraxen, Alten- und Pflegeheime und freut sich auf Ihren Besuch.

Wir wollen, dass Sie gesund bleiben

praeventium

Ärztliches Zentrum für Naturheilkunde und Präventionsmedizin

Termine jederzeit nach Vereinbarung. **Tel.: 0 45 23-20 17 40**

www.praeventium.de

Praxisgemeinschaft für Innere Medizin, Allgemeinmedizin
Naturheilverfahren, Homöopathie, Kur- und Badearzt

Joachim Schulz • Dr. med. Thorsten Palluck • Dr. med. Ute Pautke

Sprechzeiten vormittags von Mo. – Do. von 7.30 – 11.30 Uhr, Fr. von 7.30 – 13 Uhr
Nachmittags von Mo. – Do. 16 – 19 Uhr

Tel.: 0 45 23-30 16

www.hausarztzentrum-malente.de

Armin Pallokat

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Sprechstunden Mo. – Do. 8 – 15, Fr. 8.30 – 12 und 15 – 19 Uhr

---

Zahnarzt Dr. Brandt

SEE APOTHEKE

Apotheker U.-J. Dobberstein

Öffnungszeiten Mo. – Fr. 8 – 18.30 Uhr, Sa. 8 – 13 Uhr

Tel.: 0 45 23 / 99 07 07 · Fax: 0 45 23 / 99 07 09

S H F V
Sportschule

S H F V
Sportschule