

## GEPÄCKCHECKLISTE

Wir möchten Ihnen mit dieser Liste eine kleine Hilfestellung geben, um Ihnen die Kurvorbereitung etwas zu erleichtern.

### Die folgenden Dinge sollten Sie mitbringen:

**Papiere** Personalausweis, Krankenversicherungskarte, Impfpass, Mütterpass bei Schwangerschaft, U-Heft bei Kindern unter 7 Jahre, ggf. Kletterschein

**Medizin** **Medizinischer Mund- Nasenschutz (weiterer Bedarf kann käuflich an der Rezeption erworben werden)**  
**Fieberthermometer**  
Reiseapotheke (z.B. Kopfschmerztabletten, Nasentropfen, Halstabletten)  
notwendige persönliche Medikamente  
**Dauermedikamente für den gesamten Kurzeitraum**  
Inhalationsgerät (z. B. Pari-Boy) bei Bedarf  
Größeres Handtuch für die physiotherapeutischen Angebote

**Bekleidung** Turnkleidung für drinnen und draußen, Turnschuhe möglichst mit hellen Sohlen  
Regenkleidung/Wetter gerechte Kleidung  
Hausschuhe (auch für die Kindergruppen)  
Gummistiefel, der Jahreszeit entsprechend festes Schuhwerk (Winterschuhe, Wanderschuhe), evtl. Bobbycar-Schuhe  
Schwimmsachen, Badeschuhe (wenn vorhanden), Badetücher für Schwimmbad und Sauna  
Fahrradhelm bei Bedarf  
Falls vorhanden: eigener Reithelm für den Eltern-Kind-Termin mit Reittherapiepferd (falls gewünscht), kann auch vor Ort ausgeliehen werden

**Sonstiges** Toilettenartikel (Seife, auch Handseife etc.)  
Trinkflasche für den Wasserspender (falls vorhanden)  
wasserfester Stift zur Beschriftung von Eigentum

**Kinder** Rucksack und **Trinkflasche** (je Kind) für die Kindergruppe  
Lieblingsspielzeug (nicht elektronisch)  
Hausaufgaben

Für Krabbelkinder: Windeln, Schwimmbadehosen für Babys oder Schwimmwindeln (Einkaufsmöglichkeit im Haus)  
Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnencreme)  
Für Kinderwagen-/Buggy-Kinder: kleine Wolldecke  
Schwimmhilfe (falls nötig und vorhanden)

**Taschengeld/ Kosten** Die Höhe des Taschengeldes ist von Ihren individuellen Ansprüchen abhängig. Bitte bedenken Sie, dass die **Zusatzangebote** wie Sauna, Kegelbahn, Wellnessabend, Kreativkurse oder der Schwimmkurs etc. kostenpflichtig sind, da sie keine Kassenleistung darstellen. Dies gilt auch für den einmaligen Termin „Eltern-Kind-Interaktion mit Reittherapiepferd“ (10,00 € Zuzahlung), den Sie über die psychosoziale Abteilung buchen können.  
Die Parkgebühren betragen 30,-€ für drei Wochen; die Gebühr für TV beträgt 10 € einmalig.  
Wäsche kann im Haus für 3 € gewaschen und für 2 € getrocknet werden (siehe unten).

### Die folgenden Dinge sind im Haus vorhanden und können ausgeliehen werden:

**Wäsche/ Haushalt** Bügeleisen, Bügelbretter, Wäscheständer, Wäscheklammern  
Waschmünzautomaten mit 0,10 €, 0,20 €, 0,50 €, 1,00 €, 2,00 € Stücken  
(je Waschgang 3,-€, je Trockengang 2,-€ Gebühr)  
Föhn

**Kinder** Wickelauflagen, WC-Aufsätze, Kinder-Töpfchen, Babybadewannen, Buggys  
Babykostwärmer,  
Babyphone (bei Bedarf)  
Kinderbetten, Hochstühle

**Freizeit** Bücher und Spiele  
Fahrräder, Schlitten  
Fernseher (10,-€ einmalige Gebühr)  
In der Physiotherapie erhalten Sie Faszienrollen, Hula Hoop Reifen, Gymnastikmatten und Walkingstöcke. Die Materialien können gegen eine Pfandmarke, die an der Rezeption erhältlich ist, ausgeliehen werden. Der Verleih und Gebrauch ist nur für Erwachsene bestimmt.

**Bettwäsche** Die Betten sind bei Ihrer Anreise bezogen. Regulär ist kein Wechsel während Ihres Aufenthaltes vorgesehen. Bitte bringen Sie sich eigene Bettwäsche mit, wenn Sie öfter einen Wechsel wünschen.

**Handtücher** Pro Person stellen wir Ihnen ein großes und ein kleines Handtuch zur Verfügung, welche zwei Mal pro Woche gewechselt werden können. Zusätzliche Handtücher, beispielsweise für physiotherapeutischen Angebote, erhalten Sie gegen ein Pfand von 5,- €. Wir empfehlen bei weiterem Bedarf eigene Handtücher mitzubringen.

**WLAN** steht kostenfrei zu Ihrer Verfügung.