

# Ein Hauptgewinn für die Gesundheit



Im Herbst 2018 fand zum dritten Mal die deutschlandweite Bewegungsaktion der BKK ZF & Partner statt, bei der auch attraktive Preise zu gewinnen waren. Der Hauptpreis, eine **AKTIVWOCHE** für zwei Personen inklusive Programm und Zusatzleistungen, ging an Bianca Zeilmann, die uns über ihre Gesundheitsreise berichtete.

*Bianca Zeilmann verbrachte mit Tochter und Mann eine **AKTIVWOCHE** im Biohotel Garmischer Hof.*

## » Frau Zeilmann, Sie haben mit Ihrer Familie eine **AKTIVWOCHE** in Garmisch-Partenkirchen verbracht. War es Ihre erste Gesundheitsreise?

BIANCA ZEILMANN: Ja, wir hatten diese Möglichkeit vorher nicht in Betracht gezogen, uns dann aber sehr über die Gelegenheit gefreut, eine solche Reise einmal kennenzulernen.

## » Wie hat Ihnen das Angebot gefallen?

BIANCA ZEILMANN: Die Woche war wunderbar. Das Hotel hat uns sehr gut gefallen und ist sowohl mit dem Auto als auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln ganz bequem zu erreichen. Wir wurden verwöhnt und konnten uns mal so richtig fallen lassen und die Natur genießen. So oft es ging, waren wir draußen und sind wirklich lange Touren gelaufen. Unsere 4-jährige Tochter war unermüdlich dabei und begeistert vom Naturerlebnis. Natürlich gab es auch Indoor-Angebote, allerdings finde ich, dass man dafür nicht in die Berge fahren muss.

## » Würden Sie die **AKTIVWOCHE** weiterempfehlen?

BIANCA ZEILMANN: Auf jeden Fall! Wer die Berge liebt, sollte sich eine **AKTIVWOCHE** in Garmisch gönnen. Aber auch die anderen Reiseziele werde ich mir

mal genauer ansehen. Natürlich gibt es preislich starke Unterschiede, aber da man die Angebote filtern kann, findet man schnell das passende für sich.

## » Konnten Sie aus der Reise einen gesundheitlichen Nutzen ziehen?

BIANCA ZEILMANN: Absolut! Es tat unglaublich gut, einfach mal alles aus der Hand zu geben. Normalerweise plane ich unsere Urlaube detailliert selbst, dieses Mal konnte ich die Routenplanung und alles Weitere einer Reiseführerin überlassen. Sich nicht kümmern zu müssen, ist eine echte Entspannung für die Seele!

## HABEN WIR IHR INTERESSE GEWECKT?

Dann nutzen Sie die vielfältigen Angebote auf unserer Internetseite [www.bkk-zf-partner.de/fitundgesund](http://www.bkk-zf-partner.de/fitundgesund) oder bestellen Sie gleich einen Katalog telefonisch unter **07541 3908 3908**.



## » Hat unsere Aktion dazu geführt, Ihr Bewusstsein für regelmäßige Bewegung zu stärken?

BIANCA ZEILMANN: Das ist sicherlich bei jedem Teilnehmer anders. Ich habe schon immer darauf geachtet, mich fit zu halten – und konnte deswegen ja auch diese tolle Reise gewinnen. Andere, die weniger Bewegung in ihren Alltag einbauen, spornt das Programm sicherlich an, mehr zu tun.

**Frau Zeilmann, wir danken Ihnen für diesen schönen Bericht und wünschen Ihnen und Ihrer Familie alles Gute!**

# GESUNDHEIT

Das Magazin der BKK ZF & Partner

Glückliches  
neues  
Jahr!

Einen Sack voll  
Geschenke gibt's bei  
uns das ganze Jahr

Unsere Mehrleistungen  
sind bares Geld wert



**BKK ZF & Partner**

Partner für Ihre Gesundheit

