

# Entspannung auf Rezept

**Koserow.** Das mehrstöckige Gebäude wirkt wie ein mitten in Koserow vor Anker gegangener Ozeanriese. Durch die Parkettplanken, die Strandkörbe und die großen Bullaugen entsteht auf den drei Decks des Hauses tatsächlich der Eindruck, man befände sich an Bord eines Schiffes. Doch in Wirklichkeit ist der einem Luxusliner nachempfundene Bau der Bernstein-Medical-Spa des Best Western Hotels „Hanse-Kogge“.

Wer hier seinem Körper eine Frischzellenkur verpassen will, sollte vorher jedoch beim hoteleigenen Internisten und Lungenspezialisten Theo Kaufmann vorbei schauen, der ganz nebenbei auch noch Sportarzt ist. Denn außer den klassischen Wellness-Anwendungen wie Dampfbad, Kosmetik, Massa-

ge, bietet die „Hanse-Kogge“ auch echte Medical-Wellness an. Mindestens eine halbe Stunde dauert das Eingangsgespräch mit Doktor Kaufmann. „Immer mehr Gäste wünschen sich von ihrem Urlaub einen Mehrwert durch Gesundheitsvorsorge. Oft kommen sie mit Rückenschmerzen und Übergewicht. Wir schaffen hier die Möglichkeiten optimaler Vorsorge und Beschwerdebehandlung, die nach dem Urlaub in den Alltag integriert werden kann“, erklärt der Fachmann. Je nach Art der Beschwerden empfiehlt er gezielte Physiotherapien, gibt Ernährungstipps oder Rat beim Ankurbeln des Immunsystems und des Bewegungsapparates. Er schickt die Gäste zum Walken an den Strand, ins hauseigene Fitness-Studio mit compu-

tergestütztem Gerätekreisel, zum Kneippen oder zur Ganzkörper-Kältetherapie. Bei minus 85 Grad kann sich dort das Immunsystem gesund bibbern. Den Titel „Medical-Wellness“ darf übrigens nicht jeder Wellnessstempel führen. Er wurde dem Bernstein-Spa vom Deutschen Wellnessverband verliehen. „Auf Usedom haben wir die größte Dichte an Wellness-Hotels in Deutschland. Aber es gibt nur ein einziges mit diesem Prädikat“, freut sich Hotelchef Michael Raffelt. Bis 2014 darf die „Hanse-Kogge“ den Titel, der in Deutschland nur drei Mal vergeben wurde, führen. Einen 80-seitigen Fragebogen und eine fünftägige Prüfung musste das Koserower Hotel über sich ergehen lassen. „Die Anforderungen sind hoch“, so Raffelt. Ne-



**Die Geräte sind individuell einstellbar und trainieren nicht nur eine Muskelpartie, sondern auch ihren Gegenspieler. Alles begleitet von einem Physiotherapeuten. Fotos: ZVG**

ben Freundlichkeit, der richtigen Ausstattung, Sauberkeit, Gesundheitsschutz bedarf es für das Zertifikat hochqualifizierten Personals. In der „Hanse-Kogge“ sind sechs Physiotherapeuten angestellt. Das Sportstudio mit der Physiotherapie-Praxis ist vom Wellnessbereich getrennt. Die hydraulischen Geräte können individuell eingestellt werden und sind als gerätegestützte Rückenschule anerkannt. „Es kommen nicht nur Hotelgäste. Etwa 160 Einheimische besuchen regelmäßig die Kurse“, so der Hotelchef, der sich selbst gern von seinem Arzt Kaufmann motivieren lässt. Infos: [www.bernstein-medical-spa.de](http://www.bernstein-medical-spa.de).

**Sandra Grüning**



**„Schiff ahoi!“: Wie ein riesiger Ozeandampfer wirkt der Bernstein-Medical-Spa des Koserower Best Western Hotels „Hanse-Kogge“.**