

EEN WEEKJE ARCEN

Veel van u weten dat ik al jaren kuur. Altijd was dat in Hongarije, Roemenië en de laatste jaren Monte Negro. In Nederland? Nee dáár was ik nog nooit geweest om te kuren. Eigenlijk schaarde ik dat onder het kopje "wellness", aangevuld met wat behandelingen. "Men" vond dat ik dat verkeerd zag en maar eens een weekje hier moest kuren. Dat werd dan Arcen.

Na ontvangst, op vrijdagmiddag (met een kopje koffie) eerst naar een reumatoloog, die mij na een onderzoek, een serie behandelingen voorschreef. Ook een gesprekje met de fysiotherapeute om de gang van zaken door te nemen.



De behandelingen bestonden uit: groepsoefeningen in een zaal en in het water, modder- en fangopakkingen, gevolgd door een massage. Daarnaast iedere dag twee maal het lekkere warme thermaalwater in, waar je zelf verschillende massagestralen kon

opzoeken. En ik moet zeggen, ná die week waren mijn neklachten een stuk verminderd!!

Kortom, ik heb mijn mening over "kuren in Nederland" wel een stukje bij gesteld. Op de andere bestemmingen waar ik was waren de behandelingen wat intensiever en ook anders ingedeeld per dag, maar voor mensen die b.v. niet willen vliegen is het een prima kuurbestemming. Daarnaast kan je er zo ook eens even een dagje naar toe. Eventueel met een groep van onze RPV. Alleen krijg je dan geen oefenprogramma maar kan je wel verschillende massages laten doen. (kijk even op de bijgaande enquête)

Natuurlijk zijn er foto's gemaakt, kijk daarvoor op onze site.

Carel Stijnman

*Heeft u na het lezen van dit artikel ook zin gekregen om eens een dagje in Arcen of misschien het Sanadôme te vertoeven?? Geef dit dan aan op het **enqueteformulier** en wie weet ligt u dan binnenkort ook te genieten in zo'n thermaalbad.*