



Füssen Tourismus und Marketing
Anstalt des öffentlichen Rechts der Stadt Füssen
Kaiser-Maximilian-Platz 1
87629 Füssen
Tel. 08362 9385-0
Fax 08362 9385-20
tourismus@fuessen.de
www.fuessen.de

22.07.2026
36_2026

Presseinformation

Longevity-Angebote am Hopfensee: Wie Lebensjahre an Qualität gewinnen

Wie bleiben wir bis ins Alter aktiv, fit und belastbar? Und was können wir schon heute dafür tun? Immer mehr Menschen setzen auf einen gesunden Lebensstil, bevor Beschwerden entstehen. Genau diesen ganzheitlichen Ansatz verfolgt das Longevity-Konzept. Dass mit einer renommierten Privatklinik und einem Campingplatz zwei ganz unterschiedliche Anbieter entsprechende Programme bereithalten, macht den Hopfensee bei Füssen im Allgäu zu einem außergewöhnlichen Gesundheitsreiseziel. www.fuessen.de/longevity

Prävention nach Maß

Anders als bei einem klassischen Check-up erhalten Gäste im Rahmen der Longevity-Programme in der Privatklinik *Alpreflect* im Füssener Ortsteil Hopfen am See eine ganzheitliche Betrachtung ihrer Gesundheit. Moderne Diagnostik, persönliches Coaching und konkrete Empfehlungen für zu Hause helfen dabei, gesundheitliche Risiken frühzeitig zu erkennen und die Weichen für mehr Lebensqualität zu stellen. In einer Umgebung, die Abstand vom Alltag schafft, sind die Angebote für drei, fünf, oder sieben Tage buchbar: **[Longevity Compact](#)** (3 Tage, ab 2.450,- EUR) richtet sich an beruflich stark eingespannte Menschen, die in kurzer Zeit einen fundierten Gesundheitsstatusbericht bekommen. Mit klaren Empfehlungen zu Stressabbau, Bewegung und Regeneration sind darin etwa eine internistische sowie eine orthopädische Untersuchung, Ruhe-EKG und ein psychosomatisches Screening enthalten.

[Longevity Balance](#) (5 Tage, ab 4.250,- EUR) verbindet einen erweiterten medizinischen Check-up unter anderem mit Rücken- und Haltungsdiagnostik

sowie Stress- und Schlafscreening. Teilnehmende entwickeln erste konkrete Routinen für einen gesünderen Alltag und kehren mit einer individuellen Vorsorgestrategie nach Hause zurück. Dieses Angebot spricht alle an, die ihre Gesundheit aktiv verändern möchten.

Longevity Intensive (7 Tage, ab 5.950,- EUR) hingegen eignet sich für Gäste, die sich einen grundlegenden Verhaltenswandel und eine individuelle Wochenstruktur für Ernährung, Fitness und Erholung wünschen. Mithilfe vertiefter Diagnostik, stressmedizinischer Untersuchungen sowie der Berechnung biologischer Parameter wie PhenoAge entsteht ein umfassendes Bild der aktuellen Leistungsfähigkeit und des biologischen Alters. Ziel soll ein nachhaltiger Neustart mit klaren Befunden und einem Präventionsplan sein, der auf das eigene Leben zugeschnitten ist.

Alle Angebote umfassen Vollpension, Trainingsmöglichkeiten, regenerative Anwendungen wie Massagen sowie den Zugang zu den Wellness- und Aufenthaltsbereichen der Klinik. Das stilvolle, hotelähnliche Ambiente bietet den passenden Rahmen für Entspannung und Wohlbefinden. www.alpreflect.de

Hand in Hand – Longevity und Camping

„Longevity bedeutet heute die Weichen zu stellen, um morgen die Gipfel rund um den Hopfensee aus eigener Kraft zu erklimmen.“ So interpretiert der *Camping Hopfensee* das Thema Langlebigkeit und hat zwei fundierte Programme entwickelt: In der eigenen „Uferkraft“-Praxis werden physiotherapeutische Erkenntnisse mit dem Ziel der „Healthspan“ miteinander verbunden, also der Zeitspanne, in der man sich körperlich und mental auf einem Maximum bewegt.

Beim dreitägigen **Vital-Reset** (221,- EUR) soll der Stoffwechsel durch das gezielte Zusammenspiel von thermischen Reizen und intensiver Mobilisierung „geweckt“, das Nervensystem entlastet und die Zellreinigung angestoßen werden – ideal für alle, die in kürzester Zeit Vitalität zurückgewinnen und das Energielevel spürbar heben möchten. Das Programm enthält unter anderem eine Anamnese, durchblutungsförderndes Vaskular-Training und eine Ganzkörpermassage.

Bei der fünftägigen **Mobility & Flow Woche** (423,- EUR) wird Entgiftung mit struktureller Körperarbeit kombiniert: Während Leberwickel und Wärmetherapien die inneren Organe bei der Regeneration unterstützen, lösen



Füssen Tourismus und Marketing
Anstalt des öffentlichen Rechts der Stadt Füssen
Kaiser-Maximilian-Platz 1
87629 Füssen
Tel. 08362 9385-0
Fax 08362 9385-20
tourismus@fuessen.de
www.fuessen.de

manuelle Therapie, Massagetherapie und Sportkurse tiefsitzende Blockaden. Ziel ist ein entzündungsfreier Körper, gesteigerte Beweglichkeit und ein gestärktes Immunsystem als Grundlage für langfristige Gesundheit. Weitere Infos und Buchung unter kurabteilung@camping-hopfensee.de

511 Wörter | 4.069 Zeichen (mit Leerzeichen)

Foto-Downloads:

[Am Ufer des Hopfensees im bayerischen Füssen genießen gesundheitsbewusste Urlauber die Ruhe und Natur mit Alpenblick](#) (JPG, 2.2 MB). ©Camping Hopfensee
[In der Privat- und Rehaklinik „Das Alpreflect“ am Hopfensee bei Füssen genießen Gäste bei den Longevity-Programmen Entspannungseinheiten in der Natur](#) (JPG, 1.9 MB). ©Alpreflect_Matthias Fend
[Der Campingplatz Hopfensee bei Füssen verfügt über verschiedene Wellnesspakete unter anderem mit durchblutungsfördernden Ganzkörpermassagen, die auch in den Longevity-Programmen enthalten sind](#) (JPG, 1.2 MB). ©Camping Hopfensee

Pressekontakt:

Füssen Tourismus und Marketing
Anke Hiltensperger
Tel +49 8362 9385-12
a.hiltensperger@fuessen.de

Online-Pressebereich mit Foto-Downloads:
www.fuessen.de/presse-und-medien