Dank Hildegard fröhlich durch den Winter

Mit 5-Tages-Trip am Untersee zum neuen Ich

Sich gesund essen, gezielt bewegen und die Tipps vom Hildegard-Papst mit nach Hause nehmen: Ein neues Urlaubsangebot am westlichen Bodensee schlägt Depression, Schlappheit und Völlegefühl genüsslich ein Schnippchen.
Nach dem sehr dürftigen Sommer hierzulande wird das Herz besonders schwer, wenn man den November vor Augen hat. Manch einer beißt sich durch eine Tafel Schokolade oder zappt durchs TV-Programm. Andere suchen nach einer Methode, dem drohenden November-Blues mit vielen Momenten in Dur die Melancholie zu nehmen. Dass das am besten mit gesunder Ernährung und viel Bewegung in der Natur funktioniert ist nicht neu. Auch nicht, welche Lebensmittel wirklich gut für Körper und Seele sind. Doch wie das genau funktioniert und wie es im Alltag umgesetzt werden kann, fragt sich manch willige Seele. Hier weiß Hildegard von Bingen Rat. Ihr achthundert Jahre altes Wissen über die Wirkung von Lebensmitteln und Kräutern ist aktuell wie nie.

Das Gemüt streicheln, die gute Laune essen
Wer seine Ernährung neu aufstellen möchte, ist am westlichen Bodensee bei einer Auszeit im Hotel Gasthaus Hirschen bestens aufgehoben. Allein die Rahmenbedingungen streicheln das Gemüt. Zum komfortablen Zimmer mit Panorama-Seeblick, einer modernen Wellnessoase mit beheiztem Außenpool und Anwendungen für Gesicht und Körper gibt es die gute Laune häppchenweise. Markus Merk, Küchenchef der Unterseestube, ist Könner und Kenner der Hildegard-Küche, die wie eine Anwendung von innen wirkt. Wie das genau funktioniert, erklärt den Kurzurlaubern der anerkannte Hildegard-Papst höchst selbst: Dr. Wighard Strehlow, der in Allensbach unweit der Höri das Kurhaus Hildegard von Bingen leitet. Die Jungbrunnen-Rezepte werden verkostet und anschließend zum Mitnehmen und Nachkochen ausgehändigt. Lange Spaziergänge in der traumhaften Unterseelandschaft und ein individuelles Bewegungsprogramm sorgen für viel Bewegung. Vorträge geben den Gästen neue Impulse für ein körperliches und geistiges Wohlbefinden.

??

Die Hirschen-Pauschale "Fröhlich durch den Winter" beinhaltet:
? 5 Übernachtungen im Doppelzimmer
? 5 Gute-Laune-Feinschmecker-Menüs nach Hildegard von Bingen
? Bodensee-Wein
? Bewegungsprogramm mit Physiotherapeutin Kerstin Christen
? Erholung in unserer Wellness-Oase mit Außenpool 30°
? 1 Lavendel-Kerzenmassage - 45 Minuten zur Entspannung, alternativ eine Klassische Massage 45 Min.
? Christlich-geistige Impulse & Vorträge und Meditation

Pauschalpreis pro Person ab 529,00 EUR im DZ

Termine: 16. bis 21. Nov. 2014 / 23. bis 28. Nov. 2014
Anreise sonntags bis Abreise freitags.

Drei Tage Halbinsel Höri:
Die kleine Wellness-Auszeit am Bodensee

Für die kleine Auszeit muss man weder in die Ferne schweifen, noch den Jahresurlaub nehmen. Im Hotel Gasthaus Hirschen am Bodensee weiß man, wie Erholung geht. Der Wohlfühlmotor schnurrt auf der schönen Halbinsel Höri schon beim Erstkontakt: Ein paradiesischer Blick über den winterlichen Bodensee verursacht genüssliche Gänsehaut, besonders beim Baden im beheizten Außenpool. Die Wellness-Oase lädt zum Seelebaumeln ein und die Hirschen-Köche bringen Gaumenfeines nach Gusto auf den Tisch, mit leichter mediterraner oder unverschnörkelt regionaler Feinschmeckerküche. Das Angebot ist von November bis März ab 182 Euro pro Person buchbar, ausgenommen an den Feiertagen. Inklusive sind zwei Übernachtungen, Feinschmecker-Halbpension und der Zugang zur Wellness-Oase. Massagen und kosmetische Behandlungen kann man nach Lust und Laune dazu buchen, auch schon vorab.

Informationen: Hotel Gasthaus Hirschen, Kirchgasse 1, D-78343 Gaienhofen-Horn, Tel. +49 7735 93380, info@hotelhirschen-bodensee.de, www.hotelhirschen-bodensee.de

Texte und weitere Bilder: hier

Pressekontakt

PR2 Petra Reinmöller Public Relations

Frau Petra Reinmöller
Businesspark / Max-Stromeyer-Str. 116
78467 Konstanz

pr2.de
redaktion@pr2.de

Firmenkontakt

PR2 Petra Reinmöller Public Relations

Frau Petra Reinmöller
Businesspark / Max-Stromeyer-Str. 116
78467 Konstanz

pr2.de
redaktion@pr2.de

Medienarbeit mit journalistischem Anspruch. Das setzt PR2 Petra Reinmöller Public Relations als PR-Agentur mit Sitz in Konstanz für Kunden aus Tourismus und Freizeit um. Mit großem Netzwerk und hoher Wirksamkeit sorgen wir für überregionale und internationale Berichterstattung zum Tourismus am Bodensee und zu touristischen Angeboten in der Region St.Gallen, dem Kanton Thurgau und dem westlichen Teil des Bodensees, dem Untersee. Als Pressestelle unterstützen wir kulturtouristische Anbieter wie das Napoleonmuseum Thurgau, die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg (Schloss Salem) und das See-Burgtheater Konstanz-Kreuzlingen, Hotels wie das Klosterhotel Haus St.Elisabeth in Hegne, Bäder wie die Meersburg Therme und ÖPNV-Anbieter wie die SBB GmbH in Deutschland und der Schweiz.

Anlage: Bild