



## Entschleunigung auf Sylt

(Mynewsdesk) In der Nebensaison ist Sylt in vielerlei Hinsicht reizvoll. Die Natur dreht auf, man selbst kommt runter.

Wenn die Temperaturen noch immer Pullover-Niveau haben, die Tage aber länger und heller werden, dann ist die Zeit reif für lange Strandspaziergänge und ein ausgedehntes Verwöhnprogramm danach. Salz auf der Haut und eine erfrischende Brise vom Meer - das sind nur einige der Zutaten, aus denen sich das berühmte Sylter Reizklima zusammensetzt. Das gibt es auf der Insel rund um die Uhr, nachweislich unbelastet, dafür reich an Mineralien und gratis noch dazu. Spaziergänge am Flutsaum sind daher nicht nur gut für die Kondition, sondern auch oder vielmehr pure Heilkraft. Denn mit jedem Atemzug wird jene Mischung aus fein zerstäubtem Meerwasser, Salz, Jod und Spurenelementen in die Lunge gepustet. Sie legt sich wie Balsam auf die Haut und ganz nebenbei werden die Atemwege befreit.

Eine ideale Ergänzung zu den natürlichen Heilfaktoren bilden die Wellness-Einrichtungen der Insel, die mit Thalassoanwendungen und Heilschlick ebenfalls auf die Heilkräfte des Meeres setzen. Gewürzt wird diese nordische Mischung mit Traditionen ferner Länder: Shiatsu und Reiki, dazu Behandlungen mit Kräutern, warmen Basaltsteinen oder Schokolade. Das größte Angebot findet sich im Syltness Center, dem Day Spa in Westerland. Zwischen Brandung und Dünen gelegen, entspannt man hier im Meerwassersprudelbad oder genießt eine Algenbehandlung oder eine Schlickpackung. Sylter Heilschlick ist besonders feinkörnig und enthält Mineralien wie Kalzium, Kalium, Phosphor und Schwefel. Gerade nach einem langen Strandspaziergang erwärmt eine solche Packung die Haut langsam und schonend und regt Stoffwechsel und Durchblutung an. Und wem die Brandung an der Sylter Westküste nicht genügt, der kann die heilende Wirkung des Meeres mithilfe von Hightech noch erhöhen: Durch Ultraschall wird das Meerwasser im Syltness Center 200-mal feiner zerstäubt als die Nordseebrandung es kann, die heilenden Wirkstoffe dringen tief in die Atemwege ein und befreien sie.

Ein heißer Tipp für kühle Tage: Der Besuch einer der vier Strandsaunen längsseits der Westküste ist ein Wechselbad der Gefühle zwischen Hitzewallung und Gänsehaut: Erst im Angesicht schäumender Wellen schwitzen, danach zur Abkühlung ein Tauchbad in den erfrischend-kühlen Fluten der Nordsee, dazu die gesunde salzhaltige Luft auf der Haut ? Wellness auf die friesische Art tut einfach gut!

Beim virtuellen Inselspaziergang auf [www.sylt.de](http://www.sylt.de) gibt es weitere Informationen zu den zahlreichen Wellnessangeboten

Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im [Sylt Marketing GmbH](#)

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:  
<http://shortpr.com/mgkefe>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:  
<http://www.themenportal.de/reise/entschleunigung-auf-sylt-54876>

### Pressekontakt

Sylt Marketing GmbH

Martina Dohle  
Stephanstraße 6  
25980 Sylt OT Westerland

[m.dohle@sylt.de](mailto:m.dohle@sylt.de)

### Firmenkontakt

Sylt Marketing GmbH

Martina Dohle  
Stephanstraße 6  
25980 Sylt OT Westerland

[shortpr.com/mgkefe](http://shortpr.com/mgkefe)  
[m.dohle@sylt.de](mailto:m.dohle@sylt.de)

-