



## **Ruhe & Entschleunigung im Bayerischen Staatsbad Bad Reichenhall**

*Bad Reichenhall - wo die Zeit Urlaub macht*

Mitten im Leben stehen, aktiv und sozial engagiert sein, beruflich erfolgreich, pflichtbewusster Familienmensch - so sieht der Alltag heute aus.

Man fühlt sich erschöpft und findet keine Ruhe mehr...

Ob privat oder im Beruf - ausbrennen (BurnOut) geschieht nicht plötzlich, sondern ist ein schleichender Prozess. Die Warnungen sind vielfältig: man ist abends erschöpft und auch nach ausgiebigem Schlaf nicht erholt, quält sich mit vielen Infekten übers Jahr, die eigene Motivation lässt zu wünschen übrig, man fühlt sich einfach down und kann sich nicht genau erklären, warum.

Vorbeugen in Bad Reichenhall - Auszeit!

Entschleunigen, Augen schließen, tief durchatmen und loslassen - Gesunderhaltung beginnt schon mit diesen kleinen Schritten. Wer sich und sein Wohlbefinden ernst nimmt, sollte auf die Zeichen hören, die der eigene Körper sendet. Damit es gar nicht erst zu Burn-Out, Erschöpfungsdepression oder chronischen Erkrankungen kommt, kann man gezielt mit Urlaub oder Kuren vorbeugen, um gesund und leistungsfähig zu bleiben.

Zurück zum Ich

Bad Reichenhall bietet vielfältige Erholungsmöglichkeiten von Thermenpauschalen am Wochenende bis zum intensiven Kuraufenthalt und Therapieangeboten. Das erholsame Bad Reichenhaller AlpenKlima lädt zudem zu ausgiebigen Spaziergängen und Wanderungen ein. Wer sich verwöhnen lassen möchte, dem sei das Spa & Familien Resort RupertusTherme empfohlen.

Herrliche Landschaft stressfrei genießen!

Durch die Bewegung beim Wandern werden Durchblutung und die Sauerstoffversorgung des Gehirns gesteigert, die Konzentrationsfähigkeit verbessert sich.

### **Pressekontakt**

Kur-GmbH Bad Reichenhall / Bayerisch Gmain

Frau Tine Geschke  
Wittelsbacherstraße 15  
83435 Bad Reichenhall

bad-reichenhall.com  
info@bad-reichenhall.de

### **Firmenkontakt**

Kur-GmbH Bad Reichenhall / Bayerisch Gmain

Frau Tine Geschke  
Wittelsbacherstraße 15  
83435 Bad Reichenhall

bad-reichenhall.com  
info@bad-reichenhall.de

Das Bayerische Staatsbad Bad Reichenhall/Bayerisch Gmain ist das Tor zu den Salzalpen des Berchtesgadener Landes - eingebettet zwischen den Bergen Predigtstuhl, Zwiesel und Untersberg, nur 20 Kilometer von Salzburg entfernt.

Den alpinen Gesundheitsort umrahmen der idyllische Thumsee und der Saalachsee; daneben locken Flüsse zum Raften und zahlreiche Radl- und Wanderwege durch Wiesen und Wälder. Die älteste Großkabinenbahn der Welt führt auf den Predigtstuhl auf über 1600 Meter. Die Auswahl an Outdoorsportarten ist groß - das berühmte milde AlpenKLIMA trägt zum natürlichen Wohlbefinden bei. Gesunde Anwendungen mit unseren Naturschätzen AlpenSALZ und AlpenSOLE, Moor, Latschenkiefer und Laist sorgen für Vitalität. Anziehungspunkt ist das Spa & Fitness Resort RupertusTherme mit ThermenLandschaft, SaunaLandschaft, FitnessCenter, BeautyCenter. Neben Gesundheit und Natur wird auch das kulturelle Leben im Staatsbad großgeschrieben.

Bad Reichenhall, einst der Kurort des bayerischen Königs, ist heute eine innovative alpine Gesundheits-, Kultur- und Kongressstadt und bietet Wohlfühl-Urlaub mit Genuss und Niveau.

Anlage: Bild

