

Im Paradies zum Glückhchsein verführt: Die Schrothkur im Bergkristall ? Natur und Spa in Oberstaufen

Im Paradies zum Glückhchsein verführt: Die Schrothkur im Bergkristall - Natur und Spa in Oberstaufen
 Mit "Verführung zum Glückhchsein" wird die Original Oberstaufener Schrothkur, das fast 200 Jahre alte Naturheilverfahren nach der Lehre von Johann Schroth, gerne umschrieben. Dass die Schrothkur in der Praxis hält, was sie verspricht, zeigt die stetig ansteigende Anzahl an Wiederholungstätern. Die meisten "Schrothler" kommen immer wieder und nutzen in der Regel einmal jährlich den Aufenthalt im Oberallgäu, um den Körper zu entschlacken und sich wieder fit zu machen für die Strapazen des Alltags. Im Allgäuer Viersterne-Superior-Tophotel "Bergkristall - Natur und Spa" in Oberstaufen-Willis ist die Schrothkur ein wichtiger Bestandteil im Wohlfühlprogramm für die Gäste. Neben der siebentägigen Schroth-Schnupperwoche (im Doppelzimmer ab 1087,- Euro pro Person) und der 14-tägigen Intensiv-Schrothkur (2.101,- Euro) gibt es in diesem Winter erneut die Variante "Only for Men", also die Schrothkur für gestandene Mannsbilder.
 Hotelchef Hans-Jörg Lingg, der das "Bergkristall - Natur und Spa" gemeinsam mit seiner Frau Sabine führt, geht mit gutem Beispiel voran und schrothet vom 26. Januar bis zum 9. Februar zwei Wochen lang aktiv mit - sehr zur Freude von immer mehr Stammgästen, die ihren Kurtermin explizit so legen, dass sie das Entschlackungs- und Entgiftungsprogramm für ihren Körper gemeinsam mit dem Hotelier erleben können. "Da fällt vielen die erste Tasse Kräutertee leichter, wenn sie wissen, dass auch ich um vier Uhr in der Früh geweckt werde", schmunzelt Hans-Jörg Lingg.
 Chefsache ist auch der Einweisungsabend, bei dem alle Schrothkurgäste im Bergkristall auf ihren Kuraufenthalt eingestimmt werden. Im Kaminzimmer des Hotels erklärt Hans-Jörg Lingg vor dem gemeinsamen Kurabendessen den Gästen den Ablauf der Schrothkur, die auf vier Säulen basiert: Der kalorienreduzierten Schrothschen Kost, den feuchtkalten Ganzkörperwickeln, dem Wechsel von Trink- und Trockentagen und dem Wechsel von Ruhe und Bewegung. Durch diese Kombination wird der Organismus von überschüssigen Säuren und Schadstoffen entlastet und der Körper aktiviert seine Selbstheilungskräfte. Allein durch die Gewichtsabnahme wird der Bewegungsapparat entlastet, so dass Rücken- und Gelenksmerkmale gelindert werden oder gar völlig verschwinden.
 "Eine Schrothkur kann den Körper nach kurzer Zeit wieder in die richtige Balance bringen", sagt Kurärztin Dr. Susanne Neuy, die alle Schrothkurgäste des Bergkristalls vor der Kur im Hotel untersucht und begleitet. Für viele Gäste ist die Schrothkur dann auch eine Initialzündung für einen gesünderen Lebensstil, der gleich fortgesetzt werden kann. "Wir empfehlen unseren Gästen, nach der Schrothkur noch zwei bis drei Tage Urlaub im Hotel anzuhängen, damit sie im Rahmen der Genießerpension die Vorzüge der Ernährung nach der Montignac-Methode erleben können", erklärt Sabine Lingg. Vorteil für die Gäste: Sie können das in der Schrothkur reduzierte Gewicht halten, ohne auf Tafelfreuden verzichten zu müssen.
 Wer seine Schrothkur im "Bergkristall - Natur und Spa" verbringt, hat außerdem das Privileg, einen der schönsten Wellness- und Spa-Bereiche des Alpenraums für die Ruhe- und Erholungsphasen nutzen zu können. Nach dem großen Um- und Erweiterungsbau des Wellness- und Spa-Bereichs präsentiert sich das Bergkristall, das auch Mitglied der inhabergeführten Premium Selection Hotels ist, im Jahr 2013 noch heller, noch schöner und noch komfortabler.
 Focus Online kürte denn neuen, 1500 m² großen "Kristall SPA"-Bereich sogar zu den zehn besten weltweit. Mit einem Investitionsaufwand von 2,5 Millionen Euro entstand eine neue Wellness-Oase mit Panoramasauna und allem, was das Spa-Herz begehrt.
 Die Heimat des Hotels, der Weiler Oberstaufen-Willis, wird im Volksmund auch "Paradies" genannt und gibt für Hans-Jörg und Sabine Lingg den Anspruch vor: Wo könnte man sich lieber zum Glückhchsein verführen lassen als hier?
 Wissenswertes über die Schrothkur:
 Namensgeber der Schrothkur ist der Furhmann und Naturdokter Johann Schroth. Er führte 1829 das von ihm entwickelte Naturheilverfahren im schlesischen Niederlindewiese, heute Dolní Lipová (Tschechien), als Kur ein. In Oberstaufen wird die Schrothkur seit 1949 angeboten, der heilklimatische Oberallgäuer Kurort ist seit 1956 als Schrothkurort anerkannt und seit 1991 das einzige Schroth-Heilbad in ganz Deutschland.
 Wirkungsweise:
 Die Schrothkur entgiftet und entschlackt den Körper, der durch falsche Ernährung, Bewegungsmangel, emotionalen, beziehungsweise körperlichen Stress oder Druck im Alltag und Beruf ins Ungleichgewicht geraten ist. Die Schrothkur beugt dieser Störung im Körper vor und beseitigt sie. Zudem wirkt sie effizient gegen die meistverbreitete Zivilisationskrankheit, das metabolische Syndrom. Darüber hinaus lindert die Schrothkur rheumatische Beschwerden und hilft bei Stoffwechselstörungen, Herz- und Gefäßerkrankungen, chronische Entzündungen und Vergiftungen, Magen-Darm-Leiden, Hauterkrankungen sowie Erkrankungen des Bewegungsapparates. Als kleiner willkommener Nebeneffekt ist die Schrothkur zudem ein wahrer Schlankmacher.
 Bei der Schrothkur wird auf vegetarische, eiweißarme, salzlose, sowie kalorienreduzierte Kost gesetzt. Neben der reizarmen Kost gibt es auch einen periodischen Wechsel von Trocken- und Trinktagen. Ebenso gehören morgendliche Ganzkörperpackungen zur Kur. Dabei werden die Schrothler in ein feuchtkaltes Leintuch eingewickelt und anschließend mit trockenen warmen Decken und bis zu drei Wärmflaschen "gepackt". Dabei kann der Körper alle Stoffwechselrückstände und Schadstoffe ausschwitzen.
 Parallel zur Heilfasten-Kost und den Schrothschen Packungen sind an den Trinktagen moderate sportliche Aktivitäten angesagt, wie beispielsweise Wandern oder auch Golf spielen.
 Bergkristall - Natur und Spa
 Willis 8, 87534 Oberstaufen
 Telefon +49 8386/911-0, Telefax +49 8386/911-150
 wellness@bergkristall.de, www.bergkristall.de
 Über das Bergkristall - Natur und Spa in Oberstaufen-Willis:
 Geschichte:
 Vor 45 Jahren, also 1967, begann die Geschichte des Bergkristall Natur und Spa in Oberstaufen, als Hans und Hedi Lingg in ihrem Bauernhof ein Brotzeitstübli eröffneten. Heute ist das Bergkristall - Natur und Spa ein Vier-Sterne Wellnesshotel mit 53 Zimmern, das seit 1993 von Hans-Jörg Lingg und Ehefrau Sabine Lingg geführt wird.
 Motto:
 "Unsere schönste Tradition heißt Gastfreundschaft." So lautet das Motto des Hotels, wobei Licht und Reinheit, Kraft und Harmonie - die Werte des zeitlos schönen Edelsteins "Bergkristall" - auch die Quellen dieser Gastfreundschaft sind.
 Panoramalage:
 Durch seine Lage im hochgelegenen Oberstaufen-Willis bietet sich den Gästen des Bergkristall ein Dreiländer-Panoramablick in die Alpen von Deutschland, Österreich und der Schweiz.
 Wohlfühlambiente:
 Das Bergkristall - Natur und Spa bietet Wohlfühlambiente in drei Kategorien: Die heimelige Atmosphäre in den Zimmern der Kategorie "Hochgrat und Kapf" im Stammhaus, das moderne "Säntis"-Ambiente im Landhausstil und die Großzügigkeit der "Paradies"-Suiten.
 Kristall Spa:
 Im erweiterten Wellness- und Spa-Bereich "Kristall Spa" bietet das Bergkristall eine Vielzahl von Massageangeboten, Ayurveda-Tiefenentspannung, Yoga-, Meditations- und Heilgymnastik-Stunden, Packungen in der Softpackliege, Kosmetikanwendungen und Fitnessprogramme an.
 Sport und Freizeit:
 Egal, ob Wandern oder Nordic Walking, Entdeckungen im Freizeitparadies Allgäu, Golf oder Wintersport: Auch die Aktivurlauber sind im Bergkristall bestens aufgehoben. Und dank der kostenlosen Gästekarten Oberstaufen Plus und Oberstaufen Plus Golf fallen für die Nutzung der nahen Golfplätze, Liftanlagen und Freizeiteinrichtungen in Oberstaufen keine weiteren Kosten an.
 Kulinarisches:
 Genießer kommen dem Bergkristall gerade recht. Nicht nur im Gourmetrestaurant "Bergstübli". Die Genießerpension des Hotels umfasst ein reichhaltiges Frühstücksbuffet am Morgen, mittags ein Wellnessbuffet mit Salaten, Suppe und Tagesgericht, am Abend präsentiert Küchenchef Harald Weidinger ein Fünf-Gänge-Feinschmecker Menü. Geheimtipp am Nachmittag sind die selbstgebackenen Kuchen von Seniorchefin Hedi Lingg.
 Zu sämtliche Mahlzeiten bietet das Bergkristall auch gluten- und laktosefreie Speisen an.
 Eine Besonderheit im Kulinarik-Angebot des Bergkristalls ist die Vitalpension nach Montignac. Die von Michael Montignac entwickelte ausgewogene Ernährungsmethode ist keine Diät, sondern vereint durch die sinnvolle Zusammenstellung von Kohlenhydraten Gaumenfreuden, Gewichtsabnahme und Gesundheitskur.
 Schrothkur:
 Das Bergkristall - Natur und Spa bietet seinen Gästen auch die Original Schrothkur unter ärztlicher Betreuung an, die vor 170 Jahren von Johann Schroth als Naturheilverfahren zur gründlichen Entschlackung und Reinigung des Körpers etabliert wurde.
 Wildpark:
 Ein besonderes Naturerlebnis bietet das Bergkristall durch seinen zum Hotel gehörenden Wildpark, in dem Rothirsche und Bergziegen leben. Das markante Röhren der Hirsche ist dabei genauso eindrucksvoll wie die morgendliche Wildfütterung mit Seniorchef Hans Lingg.
 Pressekontakt (nicht zur Veröffentlichung):
 Jensen media GmbH
 Agentur für Unternehmensnachrichten
 Hemmerlestraße 4, 87700 Memmingen
 Telefon 08331/99188-0, info@jensen-media.de
 www.jensen-media.de
 Ingo Jensen
 ingo.jensen@jensen-media.de
 Jensen media GmbH
 Hemmerlestraße 4
 87700 Memmingen
 Telefon 08331/99188-0
 Telefax 08331/99188-10
 info@jensen-media.de
 www.jensen-media.de
 w.facebook.com/jensen.media
 Geschäftsführer: Ingo Jensen
 HRB 13349 Amtsgericht Memmingen
 So finden Sie uns:
 ie=UTF-8
rlz=1B3GGGL_deDE177DE215
q=Hemmerlestra%C3%9Fe+4
http://maps.google.de/maps?sourceid=navclient-f
ie=UTF-8
rlz=1B3GGGL_deDE177DE215
q=Hemmerlestra%C3%9Fe+4+87700+Memmingen,+Deutschland
um=1
sa=X
oi=geocode_result
resnum=1
ct=title
Pfad für Large-File-Dateiupload:
 http

s://www.hightail.com/dropbox?dropbox=jensenmedia

Pressekontakt

Bergkristall ? Natur und Spa

87534 Oberstaufen

Firmenkontakt

Bergkristall ? Natur und Spa

87534 Oberstaufen

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage