Mit Fastenurlaub in den BIO-Hotels aktiv und gesund ins neue Jahr starten

Neue Kraft tanken mit Fastenkuren nach Hildegard, Buchinger oder F.X.Mayr

Üppige Festtagsfreuden - gern in Kombination mit Alkohol - belasten den Organismus und schlagen häufig nicht nur auf den Magen, sondern auch aufs Gemüt. Kein Wunder also, dass sich viele Menschen nach den Feiertagen müde, ausgelaugt und unwohl fühlen. Besonders nach weihnachtlichen Ernährungssünden ist es für Körper und Seele eine Erleichterung, einige Tage einfach zu verzichten: auf schwere Kost, ungesunde Nahrungsmittel und Stress.

Ein Fastenurlaub schafft Abhilfe, sollte aber nicht in Eigenregie durchgeführt werden. Einige Biohotels begleiten Gäste beim Fasten und bieten neben medizinischer Betreuung auch begleitende Behandlungen an, die die Fastenzeit bereichern. Massagen, Bäder und moderate Bewegung gestalten den Fastenaufenthalt in den Bio Gesundheitshotels angenehmer und tragen zur effektiven Entgiftung und Entschlackung bei. Ob die Entscheidung auf Fasten nach Hildegard, Heilfasten nach Buchinger nach der F. X. Mayr Fastenmethode fällt, ist Geschmackssache - positive Auswirkungen auf Körper und Psyche hat der bewusste Verzicht in jedem Fall.

Biohotels mit besonderen Angeboten für Fastenkuren, Entspannung und Erholung

Das BioVitalHotel Sommerau im Salzburger Land ist die perfekte Oase für körperliche und geistige Regeneration. Mit Heilfasten nach Buchinger oder Basenfasten finden Gäste zur Ruhe und können neue Kraft schöpfen.
Zu neuem Wohlbefinden findet man auch in Menschels ****Vitalresort im Nahetal: die Kombination von Felke-Kur und Heilfasten führt zu fühlbar mehr Gesundheit. Für den nachhaltigen Erfolg des Gesundheitsurlaubs setzt man hier auf persönliche Betreuung und die ganzheitliche Wirkung von Felke-Anwendungen und innerer Reinigung durch professionell begleitetes Fasten.
Wohlfühlen von Kopf bis Fuss: das Theiner's Garten Bio Vitalhotel ****S in Südtirol ist der ideale Ort für eine entspannte Auszeit vom Alltag. Hier erhält man die innere Balance zurück und lässt sich in herzlicher Atmosphäre mit Bio Wellness und Vitalküche verwöhnen. Die hoteleigenen Gärten laden zum Verweilen ein schenken genug Raum für die eigenen Gedanken.

Zu Weihnachten Gesundheit schenken: Hotelgutscheine für Bio Fastenurlaub

Mit den Biohotels bleibt Gesundheit im neuen Jahr nicht nur ein Wunsch: gewohnt hohe Bioqualität kombiniert mit speziellen Gesundheitsangeboten machen einen Natururlaub in den Naturhotels des BIO-Hotels Netzwerks zu einer Wohltat für Geist und Körper. Am schönsten verschenkt man Gesundheit mit Hotelgutscheinen für einen Öko Urlaub: so kann der Beschenkte seinen Gesundheitsurlaub individuell planen. Unter http://www.biohotels.info/de/service-tipps/gutschein/ ist der persönliche Geschenkgutschein für einen Bio Urlaub mit individuellem Gutscheinwert nur einen Klick entfernt - auch als Last Minute Geschenk eine tolle Idee!

Pressekontakt

Verein BIO HOTELS

Herr Ludwig Gruber
Brunnwald 400
6465 Nassereith

biohotels.info
online@biohotels.info

Firmenkontakt

Verein BIO HOTELS

Herr Ludwig Gruber
Brunnwald 400
6465 Nassereith

biohotels.info
online@biohotels.info

Die größte biologische Hotelgruppe umfasst mehr als 90 Bio Hotels in Deutschland, Österreich, Schweiz, Frankreich, Italien und Griechenland. Strenge Richtlinien und die ehc Zertifizierung der BIO Hotels garantieren, dass sich Urlauber im Bio Urlaub auf Nachhaltigkeit, Regionalität und besten Service verlassen können. Die BIO Hotels bieten für jeden Bio Urlaub das Richtige: ob Stadthotel, Wellnesshotel, Familienhotel oder Aktivhotel - ökologischer Urlaub war noch nie so vielfältig.

Anlage: Bild