

Mai 2017

Verschlaufpausen im Innviertel

Gesundheit ist das wichtigste Gut und jede(r) kann selbst einen großen Teil dazu beitragen, indem er/sie eigene Ressourcen schont und von Zeit zu Zeit eine Atempause einlegt. Besonders gut gelingt das im oberösterreichischen Innviertel in einer von drei Top-Adressen: Das Kurhaus Aspach bietet im modernen Kurbetrieb professionelle Stress- und Burnout-Prävention. Die Villa Vitalis Aspach, das Medical Health & Spa Hotel, vereint den eigenen, medizinisch-ganzheitlichen Ansatz mit Wohlfühlarchitektur in gesunder Natur. Im SPA Resort Therme Geinberg wird der Traum von einer Weltreise wahr – ideal, um die Seele baumeln zu lassen, sind Massagen, Bäder und Packungen aus aller Herren Länder.

Auf der Suche nach Wohlfühl

Ohne Gesundheit und persönliches Wohlbefinden, relativieren sich die so wichtigen Dinge im Leben sehr schnell. Durch die vielen auferlegten Aufgaben, Verpflichtungen und notwendigen Termine vergisst man leider allzu oft auf das Wesentliche. Die Einfachheit der Dinge, die Schätze aus der Natur, eine verantwortungsvolle Ernährung und eine moderate Form der Bewegung wirken positiv auf Körper und Geist. Sich wieder spüren lernen, die eigenen Bedürfnisse erkennen und bewusste Entscheidungen treffen können. Möglich ist das häufig erst andernorts, losgelöst vom stressigen Alltag. Heraussteigen aus dem Hamsterrad – wer wünscht sich das nicht?

Für länger oder einfach tageweise als DAY SPA

Um die geforderte Leistung erbringen zu können, ist es wichtig schonend mit eigenen Ressourcen umzugehen und wenn nötig auch eine Erholungspause einzulegen. Zur Ruhe kommen, Kraft tanken, genießen und gesund werden. Das Innviertel ist dafür wie geschaffen. Gleich drei kompetente Gesundheits- und Wellness-Oasen sorgen jede auf ihre Art für Energie und Wohlfühl. So bietet jedes Haus den Bedürfnissen und dem jeweiligen Zeitfenster entsprechend unterschiedliche Angebote.

Im **SPA Resort Therme Geinberg** eröffnet sich für Wellness-Liebhaber die orientalische Erlebniswelt. Hier verwöhnt der Hamam-Meister nach altem Dampfbad-Ritus aus dem Morgenland. Herrlich entspannt wird in der Therme auf 3000 m² Wasserfläche mit drei Wasserwelten, elf Saunen und Dampfbädern. Ideal, um die Seele baumeln zu lassen, sind Massagen, Bäder und Packungen aus aller Herren Länder - im SPA Resort Therme Geinberg wird der Traum von einer Weltreise wahr. „Allein zu Zweit“ lautet das Motto der exklusiven Private SPA Villen direkt am Natur-Badeteich mit Butler-Service, eigenem Wellnessbereich und vielem mehr. Rund um die Therme spannt sich außerdem ein Netz von Lauf- und Nordic-Walking-Strecken, die „Bewegungs-Arena Innviertel“. Die Strecken sind zwischen 1,5 und zehn Kilometer lang und werden den unterschiedlichsten Ansprüchen gerecht. www.therme-geinberg.at

Das „Revital Aspach“ ist eines der führenden Gesundheitszentren Österreichs und wurde um das neue Medical-Wellnesshotel „Villa Vitalis“ erweitert. Die **Villa Vitalis Aspach**, das Medical Health & Spa Hotel vereint die ganzheitlichen Leistungen des Revital Aspach mit dem Luxus eines erlesenen SPA Hotels – perfekt für den Medical Health Aufenthalt. Kernkompetenz ist die langjährige Erfahrung im ganzheitsmedizinischen Coaching nach dem Vitalis Med Concept nach Dr. Beck, indem die Erkenntnisse der Naturheil- und Schulmedizin erfolgreich verknüpft werden. Die Schwerpunkte liegen in den Bereichen Stressmanagement, Burnout-Diagnostik, Stoffwechsel & Detox, Lebensenergie und Bewegung. Auch Freizeit- und Profisportler sind im „Revital & Villa Vitalis“ in den besten Händen. Mit der ersten hypoallergenen Gesundheitsküche Österreichs auf Gourmetniveau finden viele Nahrungsmittel-Allergiegeplagte Menschen Hilfestellung. www.villa-vitalis.at

Das **Kurshaus Aspach** ist eine Oase für alle Stressgeplagten. Innehalten, Atem holen und sich Gutes tun ist wichtig, um den größten Schatz im Leben zu erhalten: die Gesundheit. Das Kurhaus Aspach bietet im modernen Kurbetrieb professionelle Stress- und Burnout-Prävention. Der Schwerpunkt der Behandlungen liegt auf Stressabbau und Burn-Out-Prävention. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Traditionelle Europäische Medizin (TEM). Die TEM ist vor allem eine wesensgerechte Naturheilkunde. Alle Anwendungen, Therapien, Speisen, Kräuter und Öle werden immer auf die archetypischen Bedürfnisse des Gastes abgestimmt. Die reizvolle Umgebung des Kobernaußerwaldes und eine großzügige Parkanlage laden zum Spazieren und Wandern ein. www.aspach.kneippen.at

Auftanken im Innviertel

Aktiv entspannt sind die Tage in der Bierregion Innviertel zwischen den Städten Salzburg und Passau. Der Landstrich vereint nicht nur die Naturjuwelle Kobernaußerwald und Europareservat Unterer Inn, sondern umfasst ein umfangreiches Netz an Lauf- und Nordic-Walking-Strecken, den „Bewegungs-Arenen“, sowie zahlreiche Radwege. Überhaupt hat das Innviertel eine Vielzahl an „Energietankstellen“ zum Aufladen der persönlichen Akkus: sanfte Hügel, Wälder und Wiesen, klare Flüsse und Seen, gut ausgebaute Rad- und Wanderwege, stille Klöster, gesellige Menschen, Kunst und Kultur vom Feinsten sowie Hochgenüsse aus Küche und Keller. Hier lässt es sich gut sein.

Rückfragen & Kontakt:

Tourismusverband s'Innviertel

Thermenplatz 2

A-4943 Geinberg

Tel: +43 (0) 7723/8555

E-Mail: info@innviertel-tourismus.at

www.innviertel-tourismus.at



Fotonachweis: Kurhaus Aspach



Fotonachweis: Kurhaus Aspach



Fotonachweis: Kurhaus Aspach



Fotonachweis: Villa Vitalis Aspach_Standl



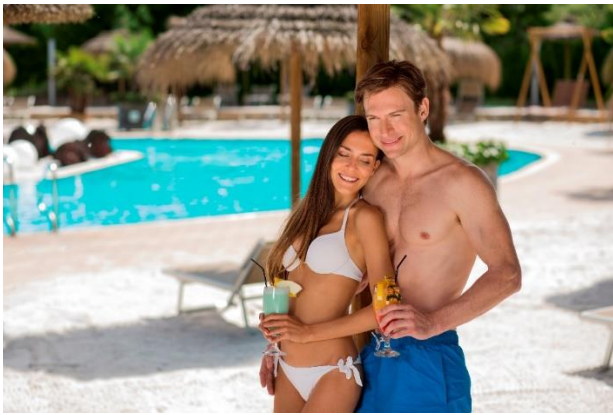
Fotonachweis: Villa Vitalis Aspach_Standl



Fotonachweis: Villa Vitalis Aspach_Standl



Fotonachweis: SPA Resort Therme Geinberg



Fotonachweis: SPA Resort Therme Geinberg



Fotonachweis: SPA Resort Therme Geinberg



Fotonachweis: SPA Resort Therme Geinberg_Simon Fischbacher