

Me Time neu gedacht

Wellnesshotel Der Eisvogel gibt neue Impulse mit Konzept Frau 5.0 - Lebensglück in der Lebensmitte

Fünf Tage Zeit für sich. Fünf Tage Frau 5.0: Das Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel im niederbayerischen Bad Gögging richtet sich mit einem neuen Angebot gezielt an Frauen in der Mitte ihres Lebens und nutzt dabei die lokalen Naturheilmittel Hopfen, Moor und Schwefel. Ein wohldurchdachter Mix soll die klassischen Beschwerden der Wechseljahre wie Hitzewallungen, Gelenk- und Muskelschmerzen, Schlafstörungen, Blasenschwäche und trocken Haut lindern. Das ganzheitliche Konzept „Eisvogel LebensGlück Frau 5.0“ steht auf den fünf Säulen Coaching, Anwendungen, Bewegung, Entspannung und Ernährung und kann bis Januar 2024 an vier Terminen gebucht werden. Gastgeberin Margit Zettl-Feldmann vertraut auf externe Experten rund um Heilpraktikerin und Gesundheitspädagogin Martina Huber und dem erfahrenen Eisvogel SPA-Team. So erhalten die Teilnehmerinnen bei Anreise einen Wochenplan, der Struktur gibt, und starten mit einem Impulsvortrag von Heilpraktikerin Martina Huber. Mehrmals am Tag finden Einheiten wie Wassergymnastik, Faszientraining, Atemtherapie und Spaziergänge statt. Fünf Spa- und eine Kosmetikbehandlung mit Pharmos Natur-Produkten sowie ein individuelles Coaching-Gespräch runden das Angebot ab. Kulinarisch steht die Auszeit im Zeichen von gesundem Genuss, Low Carb, Low Sugar, Low Fat und setzt auf regionale Produkte, teilweise aus der eigenen Landwirtschaft. Das Arrangement Eisvogel LebensGlück Frau 5.0 mit fünf Übernachtungen, allen Behandlungen und Aktivitäten sowie Verwöhnspension kostet im Doppelzimmer zur Einzelbelegung ab 1.695 Euro und im Doppelzimmer ab 1.520 Euro pro Person. Weitere Informationen finden sich unter www.hotel-eisvogel.de.

Im Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel erwartet Gäste geballte Wohlfühl-Kompetenz: Sporttherapeutin Fabienne Sobek hält die Teilnehmerinnen in Bewegung und sorgt mit ihren täglichen Einheiten für die Stärkung des Bewegungsapparates. Resilienz-Trainerin und MBA Coach Sabine Maluche beleuchtet das Thema „Me Time“ in ihren Vorträgen mit besonderer Intensität. Darüber hinaus steht Heilpraktikerin Martina Huber auch für Fragen rund um die Ernährung zur Verfügung.

Moor und Schwefel gelten in Bad Gögging seit Jahrhunderten als bewährte Heilmittel bei Gelenks- und Muskelbeschwerden. Der Hopfen kommt im Wellness- und Genusshotel Der Eisvogel als Besonderheit hinzu. Speziell Frauen ab Mitte 40 können von seiner wohltuenden und schmerzlindernden Wirkung profitieren. So enthält Hopfen ein Phytohormon, das dem weiblichen Östrogen sehr ähnlich ist und daher ausgleichend auf den Hormonhaushalt wirkt.

Gleichzeitig beruhigt er und hilft bei Schlafproblemen, stärkt die Blasenfunktion und strafft die Haut. Moorpackungen mildern Schmerzen bei Rheuma oder Gelenkentzündungen; bei einer Kaltanwendung lindern sie die Symptome akuter, entzündlicher Arthrose. Ein Schwefelwannenbad regeneriert Muskeln und Gelenke und wirkt ebenfalls entzündungshemmend. Der mit PH-Wert 7,4 basische Schwefel aktiviert den Zellstoffwechsel, entgiftet den Körper und verringert Hautirritation. Weitere Bestandteile des Eisvogel LebensGlücks Frau 5.0 sind eine Fußreflexzonenmassage, die vorhandene Blockaden löst sowie eine Nachtkerzenöl-Creme-Packung. Letztere unterstützt dank der Gamma-Linolensäure die Regeneration des Säuremantels der Haut und spendet viel Feuchtigkeit. Das Love Your Age Repair Treatment mit der Naturkosmetik von Pharmos Natur vom Starnberger See, in der Nähe von München, rundet die Me Time 5.0 ab.

Da eine ausgewogene Ernährung in den Wechseljahren besonders wichtig ist, serviert Eisvogel-Küchenchef Andreas Felkel Gerichte, die mit wenig Zucker und Fett auskommen und auf gesunde Kohlenhydrate setzen. Der Fokus liegt vor allem auf viel saisonalem Gemüse und Obst aus der Region und dem eigenen Bauernhof wie Spargel, Kürbis, Kartoffeln, Erdbeeren, Himbeeren, Aroniabeeren und Sanddorn. Speisen, die besonders zum Konzept Frau 5.0 passen, erkennen Gäste am grünen Punkt am Büffet oder in der Menükarte.

Die nächsten vier Termine des Eisvogel LebensGlück Frau 5.0 lauten:

- 11. - 16. Juni 2023
- 24. - 29. September 2023
- 19. - 29. November 2023
- 21. - 26. Januar 2024

Über Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel

Im niederbayerischen Gesundheitsort Bad Gögging zwischen der Hallertau, dem weltgrößten zusammenhängenden Hopfenanbaugebiet und dem Naturpark Altmühltal, liegt das Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel, dem der in den Donau Auen beheimatete Vogel seinen Namen verleiht. Aus dem ehemals einfachen Gasthaus von 1949 entstand im Laufe der Jahrzehnte ein modernes Vier-Sterne-Superior-Hotel. Das Haus, zwei Kilometer von Neustadt an der Donau entfernt, verfügt über insgesamt 58 Zimmer, ein Restaurant mit Produkten teilweise aus eigener Erzeugung, über Bistro und Bar, einen Wellnessbereich mit Badhaus einschließlich Schwimmbad, verschiedene Saunen, Ruheoasen und einem Fitnessraum sowie 15 Behandlungsräume. Darüber hinaus begeistert es mit einem idyllischen Garten samt Liegewiese auf 10.000 Quadratmetern. Die für den Ort typischen Naturheilmittel Schwefelwasser und Moor sowie die Besonderheit des Hauses - der Hopfen - spielen im Eisvogel SPA eine bedeutende Rolle.

München/Bad Gögging, 20. April 2023

Für weitere Informationen

Julian Rossello/Franziska Schönborn

STROMBERGER PR GmbH

Kistlerhofstraße 70, Haus 5, Gebäude 188

81379 München, Deutschland

T +49(0)89/189478-79

rossello@strombergerpr.de

strombergerpr.de

Theresa Feldmann

Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel

An der Abens 20

93333 Bad Gögging

T +49(0)9445 969-0

theresa.feldmann@hotel-eisvogel.de

hotel-eisvogel.de