

Pressemitteilung | Donauregion Oberösterreich: Wohltuende Winter-Angebote der Kurhäuser, Gesundheitshotel Gugerbauer fertig umgebaut

Um gesund durch den Winter zu kommen, braucht man ein starkes Immunsystem. Die Kurhäuser in der idyllischen Donauregion Oberösterreich haben sich auf die Fahne geschrieben, dieses auf Vordermann zu bringen. Für die kalte Jahreszeit halten sie deswegen wohltuende Winterangebote bereit – von Ayurveda, ganzheitlicher Gesundheit bis hin zur Kneipptherapie. Zudem ist der Umbau und die Modernisierung des Gesundheitshotels Gugerbauer abgeschlossen, das auf das Thema Fasten spezialisiert ist.

Die besten Gesundheitsresorts: Auszeit für Körper und Seele

Die Donauregion Oberösterreich ist der ideale Ort für eine Auszeit zum Akku aufladen und Entschleunigen – auch in den Wintermonaten. Die erstklassigen Gesundheitsresorts und Kurhäuser mit ihren unterschiedlichen Schwerpunkten stehen für professionelle und herzliche Betreuung ihrer Gäste.

Fasten-Experten: Modernisiertes Gesundheitshotel Gugerbauer wiedereröffnet

Nicht nur Menschen, auch ein Hotel braucht ab und an eine Verjüngungskur: Das Gesundheitshotel Gugerbauer hat seinen Umbau vollendet und ist seit September wieder wiedereröffnet. Die Zimmer wurden neugestaltet sowie der Spa-Bereich modernisiert. Das „verjüngte“ Schärdinger Hotel, unweit von Passau gelegen, setzt auf das Thema „Longevity“. Es kann auf 30 Jahre Erfahrung beim Thema Fasten blicken. Persönliche Betreuung wird hier großgeschrieben, dabei wird auf „fünf Stellschrauben für ein längeres Leben“ geachtet: Gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung, das Gehirn fordern, erholsamer Schlaf sowie Gemeinschaft und soziale Nähe. Als Fastenangebote stehen unter anderem „Heilfasten nach Dr. Buchinger“ oder „Basenfasten & Yoga“ zur Auswahl.

Kurhaus Barmherzige Brüder Schärding: Winterarrangement „Mein Immun-Boost“ mit Ayurveda und Yoga

Das Kurhaus Barmherzige Brüder in der Barockstadt Schärding ist ein Zentrum für Regenerative Prävention. Es liegt im Europareservat Untere Innauen und verbindet moderne Medizin, traditionelles Wissen und die Kraft der Natur. Es ist ein Rückzugsort, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Das Kurhaus hat seinerseits das Winterarrangement „Mein Immun-Boost“ im Programm. Es enthält neben vier Übernachtungen mit Vollpension unter anderem Ayurveda-Massagen, eine Öl-Creme-Anwendung im Wasserbett und Yoga. Dazu hat man Zugang zum Private Spa mit Hallenbad und Sauna und bekommt eine Führung durch das historische Schärding.

Curhaus Bad Kreuzen: Traditionelle Europäische Medizin und „Ganzheitliche Gesundheit für mich“

Regenerieren, entspannen, vorbeugen lautet ein Leitsatz des Curhaus Bad Kreuzen, dem ersten Zentrum für traditionelle Europäische Medizin. Es liegt inmitten des ersten Oberösterreichischen Wanderdorfs Bad Kreuzen und hält passende Wohlfühl-Angebote für die kalte Jahreszeit bereit. Hier kann man sich die Winter-Wunder-Wochen (drei Übernachtungen, Vollpension und Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm) gönnen oder alternativ das Angebot „Ganzheitliche Gesundheit für mich“. Dabei handelt es sich um eine vitalisierende und entspannende Auszeit inmitten der wohltuenden Natur im Mühlviertel. Die TEM-Gesundheitsanwendungen werden auf das persönliche Temperament (3 Wickel, 3 Güsse/Bäder) abgestimmt, dazu erhält man eine ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung „Reflexologie“ über 60 Minuten. Auch eine TEM-Ernährungsberatung ist inklusive.

Curhaus Bad Mühlacken: Winter-Wunder-Wochen, Basenfasten und Klosteryoga

Das Curhaus Bad Mühlacken – umgeben von der Stille der Natur am Kraftplatz Pesenbachtal – ist ein idealer Ort für Detox. Genuss, aber auch Spaß sollen hier im Vordergrund stehen: Die Angebote reichen von den Winter-Wunder-Wochen (drei Übernachtungen, Vollpension und Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm) bis zum Basenfasten. Dazu gehören verschiedene Anwendungen wie Wickel und Bäder sowie geführte Bewegungseinheiten und individuelle Ernährungsberatung (6 Übernachtungen, Vollpension). Außerdem bietet das Curhaus Bad Mühlacken abwechslungsreiche und interessante Workshops an: wie „Heilwickel und Auflagen“, eine Einführung in die Kneipptherapie oder Klosteryoga.

Mehr Informationen zum Gesundheitsurlaub in der Donauregion gibt es unter www.donauregion.at/gesundheit

Informationen für Medien:

Tourismusverband Donau Oberösterreich
Nina Druckenthauer
Lindengasse 9, A-4040 Linz
Tel.: +43-732-7277-810
druckenthauer@donauregion.at
www.donauregion.at

genböck pr + consult
Nina Genböck
Märkisches Ufer 28, 10179 Berlin
Tel.: +49-30-22-48-77-01
nina.genboeck@genboeckpr.de
www.genboeckpr.de