



Ayurveda Resort ★★★★SONNHOF

PRESSEINFORMATION

Hinterthiersee, Schwaz – November 2011

Innere Symphonie im Advent und in der Weihnachtszeit

Stress und Trubel, Hektik und Zeitdruck. Die Phänomene unserer Zeit übernehmen immer mehr die Oberhand und verdrängen Besinnlichkeit, Ruhe und Entspannung – gerade in der Weihnachtszeit. Dass das nicht so sein muss, beweist das Ayurveda Resort Sonnhof mit seiner europäischen Interpretation von Ayurveda.

Im Ayurveda Resort Sonnhof in Hinterthiersee in Tirol wird die Kraft der fernöstlichen Heilkunst für Gesundheit und Schönheit, Balance und Lebensqualität auf einzigartige Weise in die europäische Kultur integriert. So ist etwa die ayurvedische Küche des Hauses an europäische Gaumen angepasst und die Heilwirkung der Anwendungen, Kuren und Programme kann sich für den an unsere Breiten gewöhnten Organismus wesentlich intensiver entfalten. Wichtiger Teil der Philosophie des Ayurveda Resorts Sonnhof ist es, den Gästen einen Weg zu einer positiven Lebensweise aufzuzeigen, die im Urlaub beginnt und die Zeit danach mitbestimmt. Dazu gehören auch Tipps und Anregungen, die man leicht und ohne viel Aufwand in den Alltag integrieren kann.

Doshas im Gleichgewicht

Gesundheit wird im ayurvedischen Weltbild nur durch ein dynamisches Gleichgewicht der Körperelemente, der so genannten Doshas, erreicht. Krankheit bedeutet deren Ungleichgewicht. Gezielte Kuren stellen die Balance der Doshas wieder her und sorgen so für tiefgreifende Regeneration sowie eine Steigerung der Lebensenergien. Professionell und authentisch begleitet das Team vom Sonnhof seine Gäste auf diesem Weg zu nachhaltigem Wohlbefinden. Mitten in Österreich erlebt man so Ayurveda in seiner ganzen Originalität.

Advent und Weihnachten mit Ayurveda

In der Vorweihnachtszeit widmet man sich im Sonnhof ganz und gar der Ruhe und Besinnlichkeit. Ein außergewöhnliches Angebot mit österreichisch-ayurvedischen Programmpunkten ist Balsam für Körper, Geist und Seele. So kommt man nicht nur in den Genuss von ayurvedischen Behandlungen wie der Bauchmassage NadiNaa oder der Synchronmassage Vischesch mit dem berühmten Stirnguss. Auch Yoga und Lichtmeditationen sind feste Bestandteile der weihnachtlichen Ayurveda-Zeit, bei der natürlich das original Tiroler Bergweihnachtsfest nicht fehlen darf.

Das Weihnachtsmenü erfreut wahlweise mit ayurvedischen oder internationalen Genüssen und sorgt mit seinen Gaumenfreuden für festliche Stimmung. So wird das Weihnachtsfest im Ayurveda Resort Sonnhof nicht nur zum Fest der Sinne, sondern gibt auch Anregungen für eine gesunde Lebensweise – damit nach den Festtagen keine bösen Überraschungen blühen.

www.sonnhof-ayurveda.at

Das **Ayurveda Resort Sonnhof** in Tiroler Traumlage vor dem Kaisergebirge lässt seine Gäste die Kraft der indischen Heilkunst für Gesundheit, Schönheit und Balance erleben. Gerade in einer von Hektik und Stress geprägten Zeit sieht der Sonnhof in diesem ganzheitlichen System den Weg zu einer neuen Lebensqualität. Für authentische Professionalität sorgen Dr. Sharma und der Chefkoch Balvinder Walia aus dem Mutterland des Ayurveda – und das ganz nah in der Tiroler Berglandschaft. Unter dem Begriff „Europäisches Ayurveda“ integriert das Vier-Sterne-Domizil harmonisch das jahrtausendealte „Wissen vom Leben“ in die europäische Kultur.

Pressekontakt

marketing deluxe

Claudia Reichenberger

Tel.: +43 5242 61115

info@marketing-deluxe.at

<http://newsroom.marketing-deluxe.at>