

INTERALPEN-HOTEL TYROL



Pressemitteilung • uschi Liebl pr

6. Oktober 2022

Neues SANUS Retreat

„Gesundheit neu entdecken“ im Interalpen-Hotel Tyrol

Körperliche und mentale Gesundheit sind die wichtigsten Bausteine für ein erfülltes Leben – und bedürfen daher auch einer aktiven Pflege. Im Fünf-Sterne-Superior-Interalpen-Hotel Tyrol in der Region Seefeld können Gäste im Rahmen des SANUS Retreats von 25. bis 27. November 2022 sowie von 3. bis 5. März 2023 ihre Lebenskraft optimal entfalten. Ein renommiertes Experten-Duo begleitet den Aufenthalt mit einem ganzheitlichen Programm aus sportlichen Aktivitäten, verschiedenen Vorträgen und individuellen Lösungsansätzen, um für Teilnehmer die Weichen für ein gesundes und leistungsstarkes Leben zu stellen. Die Teilnahme am Retreat ist als Package „Gesundheit neu entdecken“ ab 1.980 Euro pro Person buchbar.

Vom Personal Training, über Stressmanagement bis hin zur Inneren Medizin mit Fokus auf Stoffwechselabläufe – unter dem Motto “Kraft, Leistung, Lebenslust – Grundlagen für ein langes, gesundes Leben” werden zwei Gesundheitsexperten das ganzheitliche Angebot begleiten mit dem Ziel, das Bewusstsein für gesundheitliche Bedürfnisse zu schärfen und individualisierte Verhaltensweisen in den eigenen Lebensstil zu integrieren. Um die eigene Gesundheit und Leistungsfähigkeit steigern zu können, wartet eine ausgeglichene Mischung aus Freizeit, einem Wohlfühlpaket mit sportlichen Aktivitäten, spannenden Vorträgen und individueller Beratung auf die Teilnehmer.

Prof. Dr. Dr. Dr.h.c. Christian Kasperk, Facharzt für Innere Medizin, Endokrinologie, Diabetologie, Stoffwechsel und Osteologie, der bereits über 120 Publikationen veröffentlicht und zahlreiche Auszeichnungen von Fachgesellschaften erhalten hat, und Marco Laterza, Personal Trainer, Corporate Health & Life Coach, Food-Unternehmer, zertifizierter Ernährungsberater und Poliquin Strength Coach werden die Gäste im Rahmen des Retreats beraten und unterstützen. Da einer langfristigen Gesundheit immer eine ganzheitliche Balance zugrunde liegt, fokussieren sich beide Experten auf Langlebigkeit, realistisch umsetzbare Empfehlungen und konkrete

Praxistipps zur individuellen und nachhaltigen Steigerung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit.

Das Programm startet mit gesunden Smoothies, einem Kamingespräch mit den beiden Experten zum Thema „Warum möchte ich meine Gewohnheiten ändern?“ und einem Workout bzw. einer Yoga Session. Die nächsten zwei Tage erwartet die Teilnehmer ein Programm mit Achtsamkeitsübungen zur Stressbewältigung, weitere Workout-Einheiten, Yoga, Vorträge zu Ernährung und Lebensqualität sowie anschließende Fragerunden mit den Experten. Ein abschließendes Einzelgespräch mit individuellen Tipps rundet das Retreat ab. Das Package „Gesundheit neu entdecken – Entfalten Sie Ihre Lebenskraft“ enthält neben zwei Übernachtungen im Einzelzimmer inklusive Frühstück und Abendessen auch das Retreat-Programm sowie die Spa-Leistungen des Interlpen-Hotel Tyrol und ist ab 1.980 Euro pro Person buchbar.

Weitere Informationen und Reservierungen unter www.interlpen.com.

Hintergrund:

Das Interlpen-Hotel Tyrol, das sich auf einem Hochplateau bei Seefeld befindet, ist ein elegantes Hideaway in exklusiver Panorama-Alleinlage und vor traumhafter Bergkulisse. Auf 1.300 Metern Seehöhe gelegen, besticht das Fünf-Sterne-Superior-Hotel mit 283 charmanten Luxuszimmern und Suiten im alpinen Design, einer mehrfach haubenprämierten Küche unter der Leitung von Chefkoch Mario Döring, einem über 5.300 Quadratmeter großen Spa sowie großzügigen Tagungs- und Veranstaltungsräumen und einer Tiroler Almhütte. Erholungssuchende wie Aktive sind vom Interlpen-Hotel Tyrol gleichermaßen begeistert: Während die einen im Spa Energie tanken, können sich die anderen beim Golfen, Mountainbiken, Wandern oder Tennisspielen auf hoteleigenen In- und Outdoorplätzen auspowern. Das Interlpen-Hotel Tyrol gehört zu den „The Leading Hotels of the World“™.

Pressekontakt Interlpen-Hotel Tyrol:

Jessica Conrad
Marketing & PR
Dr.-Hans-Liebherr-Alpenstr. 1
6410 Telfs-Buchen, Österreich
tel. +43 50 809-31658
mail: jessica.conrad@interlpen.com

Pressekontakt uschi Liebl pr:

Hien Tran
uschi Liebl pr GmbH
emil-geis-straße 1
81379 münchen
tel. +49 89 7240292-11
mail: ht@liebl-pr.de

