

Headstory
1.606 Zeichen inkl. Leerzeichen

verfasst

gelesen

korrigiert

gelesen2

lektoriert

Von Wellness zu Selfness

Urlaub mit nachhaltiger Entspannungsgarantie

Entspannung fängt im Kopf an, oder? Jein. Manchmal braucht man gerade dazu positive Unterstützung von „Außen“. Das Biohotel Rupertus im salzburgerischen Leogang bietet dafür ein Rundum-Mindfulness-Package für einen Entspannungs-Urlaub, der länger anhält.

Wer im ErholPol, der großzügig angelegten Gesundheits- und Wellnesslandschaft, eintaucht, der findet nicht nur zahlreiche Saunen, (Kräuter-)Dampfbäder und entspannende Ruheräume, sondern fördert dabei auch seine Lebensenergie. Die weckt auch ein Sprung in den Bio-Schwimmteich im hauseigenen Bio-Garten.

Bio ist für Familie Herzog-Blumenkamp eine Lebenseinstellung. Die bewusste Entscheidung für die Natur. Und das bereits seit 1977. Aus Überzeugung! Damit begeistern sie nicht nur sich selbst, sondern vor allem ihre Gäste.

100 % Bio sind auch die Drinks an der chilligen GreenBAR, ob mit oder ohne Alkohol – auf jeden Fall haben künstliche Aromen und Zusatzstoffe in den frisch gemixten Drinks nichts zu suchen. Auch vegetarische und vegane Gerichte haben schon lange Einzug auf der Speisekarte des Biohotel Rupertus Einzug gehalten. Genuss ohne Verzicht! Die Küchenchefs des Biohotel Rupertus arbeiten auch dafür zu 100% mit biologischen Produkten – nach Möglichkeit aus der Region.

Um in Balance zu kommen und ganzheitlich zu innerer Kraft und Wohlbefinden zu finden, setzt man im Biohotel Rupertus auf Yoga. Achtsam und ohne Leistungsdruck ausgeübt, führen die einzelnen Positionen zu einem neuen Bewusstsein, zur Ruhe bringender Gedanken und letztlich zu einem selbst.