

Einmalig in Deutschland: Die neue Sole-Basenkur im Wellnesshotel Alpenblick im Südschwarzwald

Salz und Basen für mehr Würze und weniger Saures im Leben

Wer gesund bleiben will, muss dafür zunehmend selbst Sorge tragen. Ein Trend, den auch der Wellness-Markt für sich entdeckt hat. Woher aber weiß der Gast, welches Angebot für ihn am besten ist? Und: Hält der Effekt wirklich auch zuhause vor? Eine Ideallösung im Angebots-Dschungel bietet da die neue Sole-Basenkur im soeben neu erbauten Spa des Wellness-Hotels Alpenblick im heilklimatischen Kurort Höchenschwand/Südschwarzwald: Sie tut jedem gut, ist ganzheitlich durchdacht und gleichzeitig eine Art Lernurlaub für die Fortsetzung zu Hause. Die Sole-Basenkur ist ideal zum Entschlacken und Entsäuern – und baut zugleich durch wertvolle Mineralstoffe auf. Das Gesamtkonzept umfasst Anwendungen mit hausgemachten Wellness-Produkten, Sole zum Schwimmen und Atmen, aber auch Bewegung und die passende basische Ernährung.

Weich streichelt das Sole-Wasser im Edelstahlpool den Körper, der blaue Höchenschwander Himmel lacht dazu, im Ruheraum knistert der offene Kamin, orangerot glühen Salzbausteine – kontrastiert durch helles Holz und ein kräftiges Dunkelrot. So schön kann es sein, etwas für seine Gesundheit zu tun. Doch das Salz erfreut im neuen Design-Kunstwerk Alpenblick-Spa nicht nur als ungewöhnlicher Baustein das Auge, sondern es wirkt im Salarium, dem Raum aus Salz, Wasser und Licht, auch wohltuend auf die Atemwege und führt als kostbares Natursalz etwa im Sole-Basenvollbad dem Körper Mineralstoffe zu.

„Salz ist mit seinen vielen Mineralstoffen die Würze des Lebens“, sagt Hausherr Ferdinand Thoma, der gemeinsam mit Ehefrau Renate schon die Fichtennadel-Basenkur im nahe gelegenen Wellnesshotel Auerhahn zum Erfolg gemacht hat. Beide sind in der Ausbildung zum Heilpraktiker und legen größten Wert darauf, dass der Gast wert- und wirkungsvolle Wellness in beiden Häusern erleben kann. Dabei meint Thoma nicht das Speisesalz, das zu 99,9 Prozent aus Natriumchlorid und gesundheitlich nicht unbedenklichen Zusatzstoffe besteht. Reines Natursalz

enthält vor allem die für den Körper so kostbaren Mineralien und Spurenelemente des einstigen Urmeeres in zellverfügbarer Form. Ideal vorbereitet durch die basischen Anwendungen kann der Körper diese kostbare „Würze“ ideal aufnehmen.

Wieso aber entsäuern? Ein völlig gesunder Körper ist frei von Schlacken und Giften und hat ausreichend gefüllte Mineralstoffdepots. Dieser Idealzustand aber lässt sich heutzutage schwer erreichen. Einseitige Ernährung, der Konsum von Nahrungs- und Genussmitteln, aber auch Medikamente, Stress und Ärger lagern im Körper schädliche Säuren an. Wie stark, das lässt sich anhand des Prefit-Body-Scan-Gerätes im Hotel Alpenblick messen. Hier setzt nun die Sole-Basenkur an: Sie versorgt zum Beispiel mit basischen Sole-Bädern, wirkungsvollen Ganzkörper-Entsäuerungsmassagen zur Anregung des Lymphflusses, dem passenden Bewegungsprogramm, Basenpulver, Bürsten und vielen Tipps für die zuhause, aber auch z.B. fürs richtige Saunieren. Unterstützt wird die ganzheitliche Kur durch die kostbaren Mineralien aus verschiedenen wertvollen Salzen, die im Körper Depots wieder füllen oder beim Salzpeeling und der Salzkosmetik-Gesichtsanwendung positiv auf die Haut wirken. Der Clou: Alle Produkte sind von Ferdinand Thoma selbst gemacht – ohne chemischen Cocktail.

Dazu kommt das Bewegungs-Programm mit der Wellnesstrainerin, das von Nordic Walking bis zum Training im Gymnastikraum oder an den hochmodernen Fitness-Geräten reicht. Und – nicht zu vergessen – die basische Ernährung. Sie ist außerordentlich wichtig, denn der Erfolg der Basenkur ist vor allem vom Verzicht auf säurebildende Getränke (Kaffee, Schwarztee und Alkohol) und Speisen (Fleisch, Wurst, tierische Milchprodukte wie Käse, Zucker, Weißmehl) oder Tabak abhängig. Dafür entsteht etwa aus Kartoffeln, Gemüse, Kräutern, Keimen und Sprossen, Obst und Beeren, Pilzen, Hülsenfrüchte, leichten Getreidearten wie Reis und Hirse und kaltgepressten Ölen eine Basenernährung, die beim vegetarischen Lunchbuffet und beim Basen-Dinner auch einem Gourmet-Gaumen schmeichelt und zuhause fortgesetzt werden sollte. Kräutertees und das basische Wasser im Haus sorgen für ideale Unterstützung: Sie nehmen Stoffwechselendprodukte auf und schwemmen sie aus dem Körper aus.

Nicht zuletzt ist es auch die harmonische Umgebung im neu gestalteten „Alpenblick“, die positiv auf das Gleichgewicht des Körpers wirkt: Das Lächeln der Mitarbeiter, die kuscheligen Zimmer, der reizvolle Kontrast zwischen denkmalgeschützter Schwarzwaldstube und hochmodernem Spa auf 750 qm über

drei Etagen und natürlich die Lage inmitten intakter Natur auf angenehmen 1015 Höhenmetern.

Das gesunde, auf dem Wellnessmarkt einmalige Wohlfühlpaket „Sole-Basenkur im Alpenblick“ ist in Kombination mit 5 (€ 1025) oder 7 Übernachtungen (€ 1270), je nach Zimmerkategorie, als Aktiv-Gesundheitsprogramm buchbar und enthält täglich ein Sole-Basenvollbad und eine Ganzkörper-Entsäuerungsmassage sowie ein Sole-Basenvollbad und eine Sole-Packung im Wechsel, dazu einmal Salzpeeling und eine Salzkosmetik-Gesichtsanwendung, eine PH-Wert-Messung, Basenpulver und Bürstenset, die basenbetonte Ernährung mit Kräutertee und Wasser, die Teilnahme am Wellness-Aktiv-Programm sowie die Nutzung von Salarium, Solepool und Saunalandschaft und viel Informationen für zuhause.

Informationen: Wellnesshotel Alpenblick, Vorderaha 4, D-79859 Schluchsee, Tel.: 00 49 (0) 7656 / 9745-0, Fax: 00 49 (0) 7656 / 9270, eMail: info@auerhahn.net, Internet: www.auerhahn.net

5600 Zeichen

Pressebetreuung: Mag. Barbara Winterstetter

DIE 8 WERBEGROUP
WWW.WERBEGROUP.COM

D-OFFICE **MÜNCHEN** MUNICH
D-80333 München, Sophienstrasse 1
FON +49/89/513 998-22 FaxDW 23
E-mail: winterstetter@werbegrup.com

HEADOFFICE **WIEN** VIENNA
A-1150 Wien, Fünfhausgasse 5/Top 1
FON +43/1/**810 3400** Fax DW 17
E-mail: die8@werbegrup.com