

BLEIB BERG

F.X. Mayr Retreat

Teamwork für die Gesundheit „Gesunde Zeit zu Zweit“ im BLEIB BERG F. X. Mayr Retreat

Nichts ist wichtiger als die eigene Gesundheit und gemeinsame Zeit mit dem Liebblingsmenschen. Für beides ist das BLEIB BERG F.X. Mayr Retreat der richtige Ort. Denn egal ob mit der besten Freundin oder dem besten Freund, einem Familienmitglied, dem Partner oder der Partnerin – die „Gesunde Zeit zu Zweit“ verspricht eine bewusste Auszeit und Erholung auf höchstem Niveau.

Schon wenige Tage in der Gesundheitsoase im kärntnerischen Bad Bleiberg reichen aus, um Kraft zu tanken und abzuschalten. Eingebettet in die malerische Naturkulisse des Dobratsch-Gebiets, lädt das Retreat ein, den Alltagsstress hinter sich zu lassen und in einen völligen Entspannungsmodus einzutauchen. Das „Gesunde Zeit zu Zweit“ Paket inkludiert Vollverpflegung in der gesunden Genussstufe des BLEIB BERG Ernährungskonzepts nach F.X. Mayr sowie erste Touchpoints mit der BLEIB BERG Philosophie. Gemeinsam geht es zur Lymphdrainage, zur Visia-Hautanalyse und zum individuellen Bewegingscoaching. Wer Lust hat, kann auch auf einem der schönsten Golfplätze zur Ruhe kommen. Nicht umsonst heißt es, dass Golf Körper und Seele guttut, denn das kontrollierte Atmen beim Abschlag und die bewussten Bewegungen während des Spiels wirken meditativ.

Gäste können zwischen zwei, drei oder vier Nächten wählen. Sehr komfortable Betten mit Federkernmatratzen und durchdachtes Design mit warmen Holzböden warten in den gemütlichen Zimmern und Suiten mit Blick auf den Naturbadeteich oder den Dobratsch auf die Gäste.

Selbstverständlich steht den Gesundheitsgästen der 2.500 qm Relax & Spa Bereich mit einem beheizten Innen- & Außenpool mit 32 °C warmen Thermalwasser sowie eine großzügige Saunalandschaft bestehend aus finnischer Sauna, Dampfsauna, Kräutersauna, Zirbensauna, Außensauna und Infrarotkabine zur Verfügung. Wer sich nach einem Workout im hauseigenen Fitnessstudio abkühlen möchte, der kann einen Sprung in den Naturbadeteich wagen. In den Wintermonaten kann dort unter professioneller Anleitung Eisbaden ausprobiert werden.

„Regelmäßiges Eisbaden kann den Blutdruck und den Ruhepuls senken. Zudem stimuliert der Wechsel von Kälte und Wärme das Immunsystem“, so Prim. Dr. Bruno Pramsohler, Ärztlicher Leiter im BLEIB BERG. „Auch können Gäste im BLEIB BERG im 8°C kühlen Heilklimastollen Friedrich entspannen. Das Heilklima im Stollen bietet die besten Bedingungen, um Lungen- und Atemwegserkrankungen zu therapieren. Dazu gehören Asthma und chronische Bronchitis sowie das Post-Covid-Syndrom oder Heuschnupfen.“

Abgerundet wird das „Gesunde Zeit zu Zweit“ Paket mit dem BLEIB BERG Wochenprogramm, das unterschiedliche Aktivitäten wie Ärztevorträge, Kochworkshops, geführte Entspannungsübungen und Yoga anbietet.

Die GESUNDE ZEIT ZU ZWEIT ist ab 910 EUR für zwei Personen unter www.bleib-berg.com/gesunde-zeit-zu-zweit buchbar und ist zudem das ideale Weihnachtsgeschenk für den Liebblingsmenschen.

Weitere Informationen unter www.bleib-berg.com oder auf [Instagram](#) und [Facebook](#).

Über BLEIB BERG:

Das BLEIB BERG F.X. Mayr Retreat ist ein Kraftort für ganzheitliche Gesundheit, Fasten & Detox. Für neues Bewusstsein, Regulation, Energieaufbau und modernen Wandel. Seit über 50 Jahren schlägt die Humanomed Gruppe die Brücke zwischen Mensch und Medizin. Basierend auf der langjährigen Erfahrung im Bereich Schul- und Komplementärmedizin gelang es mit BLEIB BERG, ein ganzheitliches F.X. Mayr Retreat zu schaffen, das neben klassischen Medizinleistungen auf Anwendungen der F.X. Mayr-Medizin setzt. Zudem bietet die Methode die moderne F.X. Mayr-Ernährung in vier Stufen – individuell nach ärztlicher Verordnung. Für ungeahnte Energie. Ein neues Selbst. 2022 wurde das BLEIB BERG bei den look! Spa Awards zum Best Medical Spa sowie von Connoisseur Circle zum Top Medical Spa gekürt. Bei den European Health & Spa Awards 2022 belegte das BLEIB BERG den 3. Platz in der Kategorie „Best Medical Spa & Best Medical Resort“.

www.bleib-berg.com

RÜCKFRAGEHINWEIS

massgeschneidert Kommunikationsbüro GmbH
Mag. Petra Schneider
schneider@massgeschneidert.at
Mobil: +43/676/9253485