

SILVESTER OFF RECORDS IM GESUNDHEITZENTRUM PARK IGLS IN 10 NÄCHTEN ZUM NEUEN ICH

Weihnachten & Silvester: die Schlemmerklassiker. Gefolgt von reichlich Reue und gutgemeinten Vorsätzen. Wie wär's damit? Schon am 26.12.2019 mit einer gründlichen Entgiftung starten! Auf körperlicher wie auch auf mentaler Ebene. Und dennoch stimmungsvoll und festlich den Neujahrsbeginn zelebrieren? Genau hier setzt das mehrfach prämierte Gesundheitszentrum Park Igls mit einem ganzheitlichen 10-Nächte-DETOX- Silvester-Programm auf Basis der Modernen Mayr-Medizin an. Genussbejahend und lebensverändernd, für einen bewussten und gesunden Start ins neue Jahr.

Auftanken statt auspowern. Bewusst essen statt beständig über die Stränge schlagen. Achtsamkeit statt Dauerbeschallung. Bewegung statt Couch-Belegung. Sich selbst wieder näherkommen. Die Liste der Neujahrsvorsätze ist lang – und wird vor allem eines: gern aufgeschoben. Die zündende Idee und Lösung? Bietet das Gesundheitszentrum Park Igls hoch über Tirols Landeshauptstadt Innsbruck: Der Pionier der Modernen Mayr-Medizin lässt mit einem 10-Nächte-Entschlackungsprogramm rund um Silvester aufhorchen. Dieses geht nicht nur Schlacken und Schadstoffen an den Kragen, stärkt Stoffwechsel und Immunsystem, sondern ebnet mit Anti-Stressübungen, Lebensstilmanagement, mentalem Coaching und Impulsvorträgen auch den Weg in ein neues Leben. Stimmungsvolles Programm in klarer Bergluft inklusive!

Gesund & schwungvoll ins neue Jahr

Gesundheits-Check. State-of-the-Art-Diagnostik. Massagen. Personal Training. Moderne Mayr-Cuisine gemäß individuellem Ernährungsplan. Und dazwischen Schneeschuhwandern, Langlaufen im Biathlon-Eldorado Seefeld, Eisstockschießen, Mitfiebern beim Bergisel-Qualifikationsspringen und heiße Tanzworkshops – von Salsa über Swing und Slowfox bis zu klassischem Walzer. Neue Seiten an sich selbst entdecken, sich vom leichten, beschwingten modernen Mayr-Lebensgefühl anstecken lassen ... und die Silvesternacht einmal anders zelebrieren! Zum festlichen Dinner mit einem auf die einzelnen Ernährungsstufen abgestimmten Buffet entführen die Sopranistin Maria Erlacher und der Countertenor Markus Forster auf eine musikalische Zeitreise. Danach geht's zum Fackel-Spaziergang und Feuerwerk mit Panoramablick auf Innsbruck. Schwungvoll ins neue Jahr starten – auch mit dem weltberühmten Neujahrskonzert der Wiener Philharmoniker, das auf Großleinwand übertragen wird. What a happy and healthy new year!

Das Park Igls 10-Nächte-DETOX-Silvesterprogramm umfasst:

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)
- 2 ärztliche Kontrollen – manuelle Bauchbehandlungen (à 20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 2 Bioimpedanzmessungen (Zellmasse, Körperflüssigkeit und Körperfett)
- 5 Vollmassagen (à 50 Min.)
- 1 Personal Training (50 Min.)

- 3 Leberwickel mit Bienenwachs
- 3 Terra-Vit-Wickel
- 1 Stoffwechsel-Entgiftungsbad
- Tägliches Kneipen (Bein-, Arm- oder Sitzwechselbäder)
- Moderne Mayr-Cuisine nach individuellem Diätplan
- Mineralwasser, Kräutertee und Basenbrühe
- Bewegungstrainings, aktive und passive Anti-Stressübungen (Entspannung), Lebensstilmanagement und mentales Coaching in der Gruppe
- Vorträge
- Benützung von Schwimmbad, Sauna und Fitnessraum mit Panoramablick
- Silvester-Programm

Preis: € 2.343 pro Person exkl. Hotelzimmer (10 Nächte ab € 1.520)

Über das Park Igls

Eines der führenden Gesundheitszentren Europas. Pionier der Modernen Mayr-Medizin. Eines der 35 weltbesten Spas (Condé Nast Traveller Spa Guide 2019). Eines von nur zwei prämierten Gesundheitszentren und insgesamt vier gelisteten Spas in Österreich im renommierten Tatler Spa Guide 2019. Einzigartig ist das alpine Gesundheits-Hideaway, vor allem wegen seiner herausragende State-of-the-Art-Diagnostik und der individuellen Ernährungs-, Regenerations- & Bewegungskonzepte – von Burn-out bis zu Golfverletzungen und Schlafstörungen. Weltweit einzigartig, liegen der Vorsorgemedizin im Park Igls gleich sechs „S“ – anstatt der üblichen vier „S“ – zugrunde: Neben Säuberung, Substitution, Schonung des Verdauungstraktes und Schulung des Essverhaltens kommen hier noch die Säulen Sport und Selbstfindung hinzu. Die basenbetonte Moderne Mayr-Cuisine in acht individuellen Ernährungsstufen reicht vom Tee-Fasten bis zur Mayr-Vitalkost und wird individuell an Konstitution und Bedürfnisse der Gäste angepasst.

www.park-igls.at

Download Fotos: <https://www.flickr.com/photos/marketing-deluxe/collections/72157623308242116/>

Fotocredits: Park Igls

PRESSEKONTAKT | marketing deluxe

Nicole Ginzinger | Marlene Fuchs

Wopfnerstraße 9 | 6130 Schwaz | Austria

T +43 5242 61115

presse@marketing-deluxe.at | marketing-deluxe.at