

## PRESSE-INFORMATION

### Die Pfunde nachhaltig und gesund purzeln lassen

#### ***Viele Wege führen zum Ziel – FIT Reisen offeriert zahlreiche nachhaltige und gesunde Diät-Programme***



Frankfurt, 28. Januar 2013. Richtig abnehmen, aber wie? Das fragen sich dieser Tage viele, die die Fastenzeit zum Abnehmen nutzen möchten ohne den bekannten Jo-Jo-Effekt zu erleiden. Ungesunde Ess- und Lebensgewohnheiten sowie Bewegungsmangel führen oft zu Übergewicht, erhöhtem Blutdruck und vielen anderen Zivilisationskrankheiten. Was nur wenige wissen – es gibt viele nachhaltige und gesunde Wege zu einer dauerhaft guten Figur. Der auf gesundheitsreisen spezialisierte Reiseveranstalter FIT Reisen sagt auch im Katalog 2013 den Fettpölderchen den Kampf an. Anerkannte Programme wie beispielsweise die F.X Mayr Kur, die Schrothkur, Heilfasten, Detox, Ayurveda sowie Thalasso führen zu einem nachhaltigen Gewichtsverlust und damit zu einem besseren Lebensgefühl.

Eine F.X. Mayr Kur genießen FIT Gäste beispielsweise im **artepuri® Hotel meerSinn\*\*\*\*Superior** in Binz auf Rügen. Wesentlicher Bestandteil dieser Kur ist die Darm- und Körperentgiftung sowie die nachhaltige Regeneration von Blut, Zellen und Gewebe. Damit werden die Selbstheilungskräfte des Körpers mobilisiert und nachhaltig stabilisiert. Ein neues Lebensgefühl und frische Vitalität sind bereits nach einigen Tagen spürbar. Anfang einer jeden F.X. Mayr Kur ist eine individuelle Beratung durch ein qualifiziertes Therapeutenteam, um die Anwendungen festzulegen. Vereint mit der an die F.X. Mayr Medizin orientierte Kost, ist die Kur der ideale Ausgangspunkt für einen nachhaltig gesünderen sowie besseren Lebensstil.



Im **Concordia Wellness & Spa Hotel\*\*\*\*Superior** in Oberstausen erlangt der Gast durch die Original Schrothkur sein optimales Gewicht. Bei einer Schrothkur handelt es sich um ein klassisches, medizinisch anerkanntes Naturheilverfahren. Die fett-, salz-, und eiweißarme Kost führt zu einer gesunden Gewichtsabnahme und Entschlackung des gesamten Körpers. Übergewicht, Übersäuerung, Stoffwechselstörungen, erhöhter

## PRESSE-INFORMATION

Blutdruck und Diabetes werden mit Hilfe einer Schrothkur nachhaltig verbessert. Damit gilt eine Schrothkur als optimale Gesundheitsvorsorge. Zudem bietet das Haus die Möglichkeit einer sogenannten LOGI-Diät. Hierbei handelt es sich um eine zucker- und stärkerreduzierte Kost, bei der Gäste etwa 1.100 kcal täglich zu sich nehmen können. Ziel ist auch hier die gesunde, nachhaltige Gewichtsabnahme und Anregung des Stoffwechsels.

Das **Oberwaid\*\*\*\*Plus Kurhaus & Medical Center** im Schweizer St. Gallen hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen in ihr Gleichgewicht zurück zu führen. Hier überzeugt vor allem das ganzheitliche, medizinische Angebot auf höchstem Niveau. Zur Zielgruppe gehören Menschen, die unter hohem beruflichen und emotionalen Druck



stehen, Burnout gefährdet sind oder unter anderen stressbedingten Krankheiten leiden. Ein weiterer Schwerpunkt des Kurhauses mit Hotelambiente ist die Behandlung von Übergewicht und den damit verbundenen Stoffwechselstörungen. Dazu gehören auch die Behandlung von Diabetes, Bluthochdruck sowie Schlafatmstörungen. Behandelt werden die Gäste hier durch ein interdisziplinäres Ärzteteam bestehend aus Fachärzten für Innere- und Ernährungsmedizin, Endokrinologie, Diabetologie, Psychologie und Rehabilitationsmedizin. Nachhaltige therapeutische Konzepte mit holistischem Ansatz führen hier zum langfristigen Erhalt der Gesundheit und damit zum harmonischen Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele.

Zahlreiche weitere Angebote zu gesundem Abnehmen finden Interessierte im FIT Reisen Katalog 2013 oder unter [www.fitreisen.de](http://www.fitreisen.de).

Bilder: FIT Reisen, artepuri® Hotel meerSinn\*\*\*\*Superior, Oberwaid\*\*\*\*Plus Kurhaus & Medical Center

**Bitte beachten Sie:** Das Ihnen überlassene Bildmaterial darf nur in Verbindung mit Reisen von FIT Gesellschaft für gesundes Reisen mbH sowie unter Angabe des abgebildeten Hotels genutzt werden. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung und ist kostenpflichtig. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt.