

PRESSE-INFORMATION

Gesundheitstrends Detox, Fasten und Ayurveda weiter ausgebaut

Mit FIT Reisen vital ins neue Jahr starten

Frankfurt am Main, 9. Januar 2012. Die 3.000 Jahre alte indische Heilkunst Ayurveda ist auch im Jahr 2012 einer der zentralen Gesundheitstrends. Deshalb hat FIT Reisen im neuen Jahreskatalog sein Ayurveda-Angebot noch weiter ausgebaut. Mit neuen Resorts in Deutschland, Indien, Sri Lanka sowie auf Bali stehen 2012 jetzt insgesamt 33 Angebote zur Auswahl. Auch wer im neuen Jahr seine guten Vorsätze in Sachen Abnehmen, Entschlacken oder Entgiften in die Tat umsetzen möchte, wird bei neuen Hotels mit Detox-, F.X.Mayr- und Schroth-Programmen fündig – zum Beispiel in Italien oder auf Zypern.



Foto: FIT-Angebot – Ayurveda-Kur im Ayurveda Resort „Walauwa“ in Sri Lanka

FIT Reisen verspricht für alle seine Ayurveda-Resorts qualifizierte Anwendungen durch erfahrene Ärzte und Therapeuten. So auch im kleinen Küstenstädtchen Bentota auf Sri Lanka, 62 Kilometer südlich von Colombo, im **AIDA Ayurveda & Spa Resort***** und **Ayurveda Resort „Walauwa“***(*)** sowie im **Ayurveda Resort „Paradise Island“***(*)**, das auf der schmalen Halbinsel zwischen dem Bentota Fluss und dem Meer liegt. Das in der vedischen Vaastu-Architektur konzipierte Resort **Indus Valley Ayurvedic Center** im indischen Mysore ist ebenfalls ein beliebtes Ziel von internationalen Ayurveda-Gästen. Es wurde vom Magazin „Harper´s“ als eines der besten Spas der Welt ausgezeichnet und bietet

zweiwöchige Ayurveda-Kuren ab 1.235 Euro pro Person. In der Nähe von Madurai, der heimlichen Hauptstadt Südindiens, eröffnete 2011 das **AVN Swasthya –The Ayurveda Village**. Hier kombinieren Erholungssuchende ayurvedische Heilmethoden mit westlicher Medizin und bestaunen zahlreiche kulturhistorischen Sehenswürdigkeiten. Im Norden der Insel Bali liegt das für sein Holistic Wellness Retreat bekannte, luxuriöse **Zen Resort Bali******. Dank seiner traumhaften Lage bietet das Hotel seinen Gästen einen spektakulären Ausblick. Wer die entspannende Wirkung von Ayurveda genießen will, muss aber nicht unbedingt ins Flugzeug steigen.

PRESSE-INFORMATION

Auch im **Hotel Elbresidenz Bad Schandau******* in der sächsischen Schweiz lernen Interessierte die uralte Heilkunst in ihrer Reinform kennen.

Ein echtes Luxusrefugium für Körper und Seele finden FIT-Urlauber im Norden Italiens, nur wenige Kilometer vom Comer See entfernt. Das **1711 Ti Sana*****S Detox Retreat & Spa**, Gewinner des World Luxury Spa Awards 2011, legt einen seiner Schwerpunkte auf die vitale und gesunde, vegetarische oder vegane Ernährung seiner Gäste. Im 500 Quadratmeter großen Ti Sana Spa und dem Galeno Medical Spa mit ärztlicher Betreuung genießen Erholungssuchende darüber hinaus wohltuende Wellness- und Beauty-Anwendungen sowie ganzheitliche Gesundheits- und Präventiv-Angebote. Dabei haben FIT Urlauber die Wahl zwischen verschiedenen „Active Life Programmen“, mit denen das ursprüngliche Energiepotential von Körper und Seele reaktiviert werden soll. Während beim „Detox mit Saffasten“ eine schnelle und intensive Entgiftung des Körpers im Vordergrund steht, lernen die Teilnehmer des „Fresh Lifestyle“-Programms, wie man sich langfristig gesund und natürlich ernährt. Ein viertägiger Aufenthalt im Rahmen des „Active Life Programms“ ist ab 1.628 Euro pro Person buchbar.

Eine ganz besondere Atmosphäre finden FIT-Reisende in diesem Jahr im **Ayii Anargyri****(*) Natural Healing Spa Resort** auf Zypern. Das ehemalige Kloster aus dem 17. Jahrhundert liegt nur 25 Kilometer von Paphos entfernt inmitten einer malerischen Naturlandschaft. Es hat sich bis heute seinen Charakter als Zufluchtsort zur Einkehr von Körper, Geist und Seele bewahrt. Im luxuriösen Thermal Spa, das aus den hauseigenen Schwefelheilquellen gespeist wird, genießen die Gäste Schwefelwassertherapien, Massagen, Bäder, Kräuterdampf- und Rasulbäder sowie Reflexzonen-, Sauerstoff- und Thermalschlamm-Anwendungen. Die umfangreichen „Quale Vita“ (Lebensqualität)-Medical Wellness-Programme des Ayii Anargyri, wie zum Beispiel Detox nach F.X. Mayr. werden von einem deutschen Arzt und Physiotherapeuten begleitet. FIT-Urlauber können eine Woche Medical Wellness inklusive Halbpension und verschiedenen Anwendungen ab 715 Euro pro Person buchen.

Weitere Informationen unter www.fitreisen.de.

--- Angebote aus dem FIT-Jahreskatalog 2012 ---