

Schwarzwald Tourismus GmbH (STG)

Heinrich-von-Stephan-Str. 8b, D-79100 Freiburg

Telefon +49 761.89646-40 /+49 761.89646-35

Telefax +49 761.89646-70

E-Mail presse@schwarzwald-tourismus.info

Internet www.schwarzwald-tourismus.info/presse



Schwarzwald Balance – Wellness aus dem Wald

Zu wenig Bewegung, ungesunde Ernährung – dazu noch Stress, Zeitdruck, Alkohol und Zigaretten: Die Folge ist eine „Übersäuerung“ des Körperhaushaltes. Man fühlt sich matt, die Haut ist stumpf, die Glieder steif. Der Körper greift die eigenen Basen-Depots an. Wichtig ist nun ein Säure-Basen-Ausgleich über die Ernährung und gezielte körperliche Aktivität in gesunder Umgebung. Hier setzt das regionalspezifische Wellness-Angebot „Schwarzwald Balance“ erfolgreich an. Basische Ernährung mit Produkten aus dem Schwarzwald, Bäder und Massagen zur Entsäuerung, Kosmetik- und Pflegeprodukte aus Kiefernspitzen und Holunderblüten sowie gezielte Wellness-Programme versprechen innerhalb weniger Tage Abhilfe. Die Haut glänzt, man fühlt sich fit, leicht und leistungsstark. Infos zu den Angeboten unter www.schwarzwald-balance.info

Zertifizierte Schwarzwald Balance: Hotel Nägele in Höchenschwand

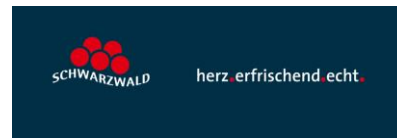
Ernährung, Bewegung, Entspannung und positive Gedanken sind die vier Säulen der Acidobasenkur, wie sie im Hotel Restaurant Café Nägele in Höchenschwand im südlichen Schwarzwald angeboten wird. Progressive Muskelentspannung nach Jakobsen und eine „Schwarzwald-Phantasieeise“ sorgen ebenso für Entspannung und positive Gefühle wie Entsäuerungsmassagen und ein Basen-Bad. Die Küche verwöhnt tagsüber mit Schwarzwald Balance Snacks und abends mit einem basenüberschüssigen Menü aus regionalen Produkten. Für das Bewegungstraining gibt es neben dem Sportprogramm im Haus Wanderungen und Nordic Walking Touren. Infos unter www.hotel-naegele.de

Zertifizierte Schwarzwald Balance: Kurhotel Weingärtner in Bad Wildbad

Auf eine intensive Erholung und eine gründliche Sanierung des so wichtigen Säure-Basen-Gleichgewichts im Körper setzt das Kur- und Ferienhotel Weingärtner in Bad Wildbad mit seiner Schwarzwald Balance Woche. Nach sieben Übernachtungen und „Schwarzwald Balance Menüs“, der intensiven täglichen Nutzung des Wellnessbereichs, drei Basenbädern, vier Entsäuerungsmassagen, Gesichtsbildung und einer Sitzung in der Salzlounge soll der Säure-Basen-Haushalt wieder im Gleichgewicht sein. Ein Übriges tun die aktive Bewegung bei Wanderungen auf dem Sommerberg und das tägliche Bewegungsprogramm mit dem Schwarzwald Balance Coach. Mehr Infos unter www.weingaertner-hotel.de

Zertifizierte Schwarzwald Balance: Landhotel Talblick in Neuweiler

Das Balance Team im Landhotel Talblick südlich von Bad Teinach am Ostrand des Schwarzwaldes legt besonderen Wert auf die Bewegungs- und Sportprogramme, auf Kräuter-, Honig- und andere Themenwanderungen. Die Bewegung an der frischen Luft



und tägliche Saunagänge unterstützen die Entschlackung des Körpers. Für die Entspannung gibt es die Phantasiereise, Massagen, Packungen und Peelings mit Fichtennadel- und Holunderprodukten, die Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen und die Acidosana-Selbstmassage. Für die Haut gibt es ein Basenbad und ein basisches Gesichtsvlies. Kräutertee, Wasser und das tägliche basenüberschüssige Menü tun ihr Übriges. Mehr Infos unter www.landhotel-talblick.de

Zertifizierte Schwarzwald Balance: Wellnesshotel Auerhahn in Schluchsee

Ein herrlicher See zwischen Schwarzwaldbergen, sanfte Hügel und dichte Fichtenwälder. Mitten in dieser Idylle liegt das Wellnesshotel Auerhahn am Schluchsee. Hier gibt es die hauseigenen Acidosana-Entsäuerungs-bäder und Acidosana-Entsäuerungs-massagen im täglichen Wechsel. Eine Cardio-Scan und eine Prefit-Bodyscan-Messung als Eingangs-Check-Up dienen der Erstellung eines persönlichen Energieprofils. Eine Prefit-Bodyscan-Messung zum Abschluss belegt die Wirkung der täglichen Wellness-Aktivitäten in Verbindung mit dem Schwarzwald Balance Programm. Mehr unter www.auerhahn.net

Zertifizierte Schwarzwald Balance: Hotel Alpenblick in Höchenschwand

Das Bio- und Wellnesshotel Alpenblick liegt im Herzen von Höchenschwand, dem höchstgelegenen heilklimatischen Kurort in Deutschland. Zur Entschlackung des Körpers bietet das Hotel das Acidosana-Schwarzwald-Balance Verwöhnprogramm mit Entsäuerungs-massagen, einem Bewegungsprogramm, basenüberschüssiger Ernährung und Peelings an. Ebenfalls enthalten ist die Prefit-Bodyscan-Messung. Sie dient zur Erstellung Ihres persönlichen Energieprofils und umfasst eine Eingangs-Check-Up und eine Abschlussgespräch. Mehr Infos www.alpenblick-hotel.de

Zertifizierte Schwarzwald Balance: Hotel derWaldfrieden in Todtnau

Im Naturparkhotel derWaldfrieden finden der Körper und der Geist ganzheitliche Entspannung. Das Schwarzwald-Balance Verwöhnprogramm mit Gesundheitsaspekt kombiniert Bewegung, basische Ernährung, Acidosana-Massagen und Bäder um gestärkt wieder in den Alltag zu starten. Ein Schwarzwald-Balance-Coach erklärt im Laufe des Programms alles über den Säure-Basen-Haushalt und gibt eine Einführung in die Acidosana-Selbstmassage. Infos unter www.derwaldfrieden.de