

Seehotel Bären, Brienz

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **58 (2001)**

Heft 7-8: **Nicht vergessen : frische Küchenkräuter**

PDF erstellt am: **15.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-557876>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Seehotel Bären, Brienz

Ayurveda, die indische Lehre vom Einklang von Körper und Seele, ist ein Segen für Stressgeplagte und alle, die dem Alltag und der Arbeitshektik entfliehen wollen. Das Seehotel Bären, am oberen Ende des Brienersees gelegen, bietet seit einigen Jahren unter der Leitung eines indischen Therapeutenteams spezielle Ayurveda-Behandlungen, -Seminare und -Kuren an.

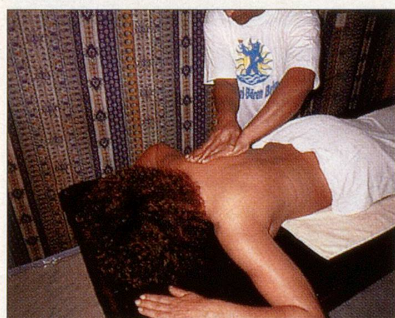
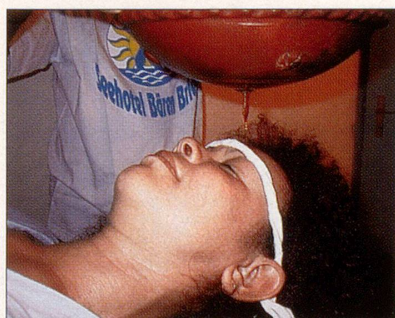
Beim ältesten uns bekannten Gesundheitssystem steht die Einheit von Körper, Geist und Seele im Zentrum. Nicht Symptome werden bekämpft, sondern die Ursachen von Krankheiten und deren Entstehung untersucht. Vorbeugung im ayurvedischen Sinn heisst deshalb: Entspannung, Wohlbefinden und eine ausgewogene Ernährung, die auf den drei energetischen Regulationsprinzipien Vata, Pitta und Kapha aufbaut. Unerlässlich zur individuellen Abstimmung der Behandlung ist die Bestimmung des persönlichen Doshas, des eigenen Ayurveda-Typs. Darauf baut die ayurvedische Küche auf, und auch die Massagen und Kräuterölbehandlungen werden genau auf den jeweiligen Typ abgestimmt. Im Seehotel Bären in Brienz betreut ein sorgfältig ausgesuchtes Team von ausgewiesenen Fachleuten aus Kerala (Indien) das vielfältige Ayurveda-Programm.

Wellness für Body and Soul

Für Ayurveda-Neulinge besonders geeignet ist das viertägige Kennenlern-Angebot. Zur Entspannung und Stärkung der Muskeln empfiehlt sich ein ein- bis zweiwöchiger Aufenthalt im Bären. Die «Panchakarma Körper-Reinigungskur» zum Beispiel dauert 15 Tage und beinhaltet insgesamt 34 ayurvedische Behandlungen und Massagen, u.a. Körpermassage, Tharpanam, Dhara, Pizhichil und weitere, aufgrund eines individuellen Programms zusammengestellte «indische Wohltaten». Entschlacken, entgiften, die Balance wiederfinden und neue Kräfte tanken - so lautet in jedem Fall das Ziel.

Neben dem Ayurveda-Programm und der exklusiven indischen Küche bietet das Hotel Bären auch diverse weitere Gesundheits- und Verwöhnwochen an. Dazu gehören Spezialwochen für «Ge-Wichtige» zur Gewichtskontrolle, Wander-Wochen sowie Erlebnis-Wochenenden. Beträchtlich ist auch das Sportangebot, das sommers wie winters für einen tollen und erholsamen Aufenthalt in der milden Alpenlandschaft rund um den Brienersee sorgt.

*Hotel Bären, CH-3855 Brienz
Tel. +41/33/951 24 12, Fax +41/33/951 40 22
www.switzerland-hotels.ch/brienz/baeren
baeren.brienz@tc-net.ch*



Grosser Wettbewerb!
Machen Sie mit beim Sommerwettbewerb der «Gesundheits-Nachrichten» auf den Seiten 20 – 21! Gewinnen Sie 1 Ayurveda Wellness-Kur für 1 Person im Hotel Bären in Brienz.