

Objekttyp: **FrontMatter**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **73 (2016)**

Heft 3: **Medikamente und Essen: was verträgt sich womit?**

PDF erstellt am: **12.07.2024**

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.

GESUNDHEITS NACHRICHTEN

Natürlich gesund leben | März 2016 | CHF 5.40

**Welt der
Gewürze**

**Artenvielfalt
und
Gesundheit**

MEDIKAMENTE UND ESSEN

Was verträgt sich womit?





ADLER BALANCE Spa & Health Residenz, St. Ulrich/Südtirol | Italien

Entspannen im Herzen der Dolomiten

Die Dolomiten sind zu jeder Jahreszeit ein Reiseziel, das für Erholung pur steht. Hotels wie die ADLER BALANCE Spa & Health Residenz in St. Ulrich verbinden Entspannung mit Gesundheit und genügen auch den höchsten Ansprüchen.

Eine klare, sanfte und lichtdurchflutete Bio-Architektur, die den Alltag draußen lässt und dafür den Gast in ihre Arme schließt, charakterisiert das Fünf-Sterne-Hotel Adler Balance Spa & Health Residenz. Im Herzen der Dolomiten, inmitten des Ortes St. Ulrich, schaffen warmes Holz, weiche Formen und harmonische Farben ein natürliches Lifestyle-Ambiente – und die 30 Juniorsuiten mit Balkon und bezauberndem Panoramablick auf die Dolomiten sorgen für einen Urlaub im Zeichen der Erholung auf höchstem Niveau. Die exklusive Privat-Atmosphäre – keine Kinder unter 14 Jahre – und der diskrete Service ermöglichen ganzheitliches Wohlbefinden.

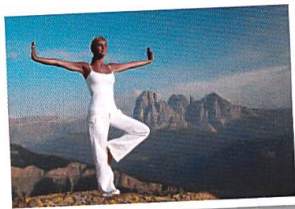
Das im Hotel liegende moderne Gesundheitszentrum ermöglicht dank Ärztezimmern, Naturheilpraxis und einem Check-up-Bereich umfassende Diagnosen und Therapien. Zur Auswahl stehen umfassende Angebote zu den Themen Prävention, Entschlackung, Gewichtsreduktion, Anti-Aging und Stressbewältigung.

Als erstes F.X. Mayr Zentrum in Italien liegt ein besonderer Fokus des Hotels auf dem Detox-Programm. ADLER BALANCE Detox F.X. Mayr basiert auf Schonung, Säuberung, Schulung, Substitution, Sport und Selbstfindung. Es empfiehlt sich besonders zur Reinigung und Regeneration des gesamten Organismus, bei chronischer Müdigkeit und Energieverlust, Verdauungsstörungen, Reizdarm, Allergien, Stoffwechselstörungen und zur Stärkung des Immunsystems. Das gesunde Gleichgewicht finden Gäste unter Anleitung von Dr. George Mazzola. Das Programm beginnt bereits zu Hause mit einem Telefonat mit dem Arzt und ersten Ernährungstipps. Im Hotel folgen ärztliche Untersuchungen und eine Diagnose via Bio-Impedanzanalyse und Bioelektrischem Check-up. Anhand der Daten zu Muskelmasse, Fett und Giften wird ein persönliches Ernährungsprofil erstellt und sportliche Aktivitäten wie Entspannungsübungen, Atemübungen und Spaziergänge in das Programm integriert. In der Endvisite werden die Erfolge mit Dr. Mazzola besprochen und Gäste erhalten wertvolle Tipps wie die umgestellte Ernährung auch zu Hause erfolgreich weitergeführt werden kann.

Das Adler Balance ist unterirdisch mit dem Haupthaus Adler Dolomiti verbunden. Alle Gäste können deshalb auch alle Spa-Anlagen nutzen. Kulinarisch verwöhnt der Sternekoch Armin Mairhofer. Das Restaurant bietet auch vegetarische, gluten- und laktosefreie Menüs.

Wie die anderen Adler Resorts bietet auch das Adler Balance das ganze Jahr über spannende und abwechslungsreiche Freizeitaktivitäten. Dazu gehören Fitness- und Vitalkurse, Entspannungsübungen und meditative Übungen sowie jeden Tag zwei betreute Wanderungen.

Die Dolomiten, seit dem Jahr 2009 Unesco-Weltnaturerbe, eignen sich perfekt für Wander- oder Mountainbike-Touren im Sommer und zum Skifahren im Winter.



ADLER BALANCE Spa & Health Residenz

Str. Rezia 7, 39046 St. Ulrich, Italien

Tel. +39-0471-775 002

Mail info@adler-balance.com

www.adler-balance.com