

## "Zeit für mich!" - Die Dungal Wochen vom 23.4. - 20.5.2007



BILD zu TP - Der beste Weg sich rundum gut zu fühlen - die Dungal Methode - Die DUNGL-Methode konzentriert sich auf 3 Säulen: "richtige Bewegung", "mentale Fitness" und "gesunde Ernährung".

Credit: Dungal Medical-Vital Resort  
Fotograf: Dungal Medical-Vital Resort



Utl.: Der Volksmund sagt: "Freude bereiten und Schenken macht glücklich!" =

Wien/Gars am Kamp (OTS) - Sich selbst etwas Gutes tun, sich selbst Aufmerksamkeit und Entspannung schenken tut nicht nur besonders gut, sondern ist in der heutigen schnelllebigen Zeit essentiell um fit und leistungsfähig zu bleiben.

Der beste Weg sich rundum gut zu fühlen - die Dungal Methode

Die DUNGL-Methode konzentriert sich auf 3 Säulen: "richtige Bewegung", "mentale Fitness" und "gesunde Ernährung". Das ideale Gleichgewicht eines Menschen wird erhalten bzw. wieder erlangt, indem in allen drei Bereichen individuell angepasste Maßnahmen gesetzt werden, erlernt werden und in weiterer Folge ganz einfach in den Alltag integriert werden. Dabei werden asiatische und westliche Ernährungsberatung, Bewegungstherapien und Heilmethoden sowie die unterschiedlichsten Massagen kombiniert.

Das einzigartige Wissen von Prof. Willi Dungal wird heute durch seine beiden Töchter Dr. Andrea Dungal-Zauner und Mag. Claudia Dungal-Krist weitergeführt, gelebt und vor allem weitergegeben.

Die Dungal Wochen für innere Stärke

In der Zeit vom 23.4. bis zum 20.5.2007 bietet das DUNGL MEDICAL-VITAL RESORT allen Interessierten mit dem Programm der "Dungal Wochen" eine spezielle Möglichkeit die Dungal Methode praktisch zu

erproben, individuell zu erfragen, zu erleben und zu erlernen!

Jeden Nachmittag werden spezifische Programmschwerpunkte mit Vorträgen und AWanderungen angeboten - jeweils persönlich betreut von Dr. Andrea Dungal-Zauner, TCM Spezialistin und Mag. Claudia Dungal Krist, Pharmazeutin und Ernährungsprofi.

Die Programmschwerpunkte

- "Macht Ernährung Stress? Wie lässt er sich vermeiden?" Vortrag mit praktischen Tipps
- "Mental stark" - Tipps aus der westlichen und östlichen Medizin
- Kräuterwanderung und Tipps zum Teemischen
- "Rückenschmerzen - nicht nur eine Folge von Stress?" Vortrag mit Tipps und Übungen
- "In die Nacht wandern" - Abendwanderung
- "Alles rund ums QI" - Selbsthilfenvortrag gegen Stress
- "DUNGL MEDICAL-VITAL RESORT - Ihr Weg zu mehr Wohlbefinden"

Nächte im DUNGL MEDICAL-VITAL RESORT buchen - Vorträge gratis erleben!

Tradition gehört gelebt und Wissen gehört angewandt - mit dem natürlich gestalteten und ideal in die Natur des Kamptals eingebetteten DUNGL MEDICAL-VITAL RESORT, einem Partnerunternehmen der VAMED VITALITY WORLD, werden diese Anforderungen absolut erfüllt - zum Wohle der Gäste und Patienten.

Zusätzliche Informationen finden Sie unter:

<http://www.willidungl.info>

Bildmaterial:

[http://www.tourismuspresse.at/detail.html?id=311653&\\_lang=de](http://www.tourismuspresse.at/detail.html?id=311653&_lang=de)

Rückfragehinweis:

DUNGL MEDICAL-VITAL RESORT  
Mag. (FH) Edith Zuschmann  
Hauptplatz 58, 3571 Gars am Kamp  
Tel.: +43 2985 2666-758  
<mailto:e.zuschmann@willidungl.info>  
R.Villalobos Consulting  
Dr. Sonja Soukup +

Stollgasse 5A/10, 1070 Wien

Tel.: +43 664 844 38 99

mailto:s.soukup@gmx.net

\*\*\* TP-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER  
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.TOURISMUSPRESSE.AT \*\*\*

TPT0006 2007-04-17/11:53

171153 Apr 07

Link zur Aussendung:

[http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT\\_20070417\\_TPT0006](http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20070417_TPT0006)