

Aktiv + Vital

"Sommerdungln pur"

Utl.: Das abwechslungsreiche und zugleich aktivierende Sommerprogramm des Dungl Medical-Vital Resorts in Gars am Kamp! =

Gars am Kamp (TP/OTS) - Sommerzeit ist Aktiv- & Vitalzeit - hinaus ins Freie, durchatmen und aktiv das Leben genießen. Nur eine Stunde von Wien entfernt, fern ab vom glühenden Asphalt und überfüllten Touristenplätzen, lädt das Dungl Medical-Vital Resort im Luftkurort Gars am Kamp zum aktiv & vital "dungln"!

Ganz nach der Philosophie des Hauses erwartet die Gäste ein umfangreiches Sommerangebot rund um die drei Säulen der DUNGL Methode - "richtige Bewegung", "mentale Fitness" und "gesunde Ernährung". Sportbegeisterte, Interessierte an fernöstlichen Gesundheitsmethoden und Kulturfreunde - alle kommen diesen Sommer in Gars am Kamp voll auf ihre Rechnung!

Sport in all seinen Facetten

Gars am Kamp und die umliegende Region haben viel zu bieten: Lauf- und Wanderwege, Radrouten, bis hin zu Golfplätzen im Umkreis von 30 Kilometern. Für Golfspieler, die ihr Handicap verbessern möchten, ist das Angebot "Fernöstliche Golfstärke" maßgeschneidert.

"In der Ruhe liegt die Kraft" - genau diese Stärke können Leistungs- und Hobbysportler mit Hilfe der Traditionellen Chinesischen Medizin und der langjährigen Erfahrung des Dungl Teams erlangen. Geschulte Bewegungstherapeuten und TCM Experten erarbeiten mit dem Gast gemeinsam ein detailliertes, individuell abgestimmtes Maßnahmenpaket, das am Golfplatz oder zu Hause einfach praktiziert werden kann. Die langjährige Erfahrung aus der Arbeit mit Spitzensportlern schlägt sich auch im Mental Sports Coaching nieder und trägt zum persönlichen sportlichen Erfolg bei. Der zusätzliche Benefit: das Erlernte lässt sich unkompliziert auch im Arbeitsalltag einsetzen.

Aktiv mit Rad - ob mit dem Rennrad, dem Mountainbike oder dem Trekkingbike - hunderte von Kilometern an Radwegen bieten für jeden Schwierigkeitsgrad etwas: flach entlang des Kamps durch das Kampstal

radeln oder mit dem Mountainbike die beschilderten Mountainbikestrecken mit den unterschiedlichsten Schwierigkeitsstufen ausprobieren! Beim Radfahren werden die Gelenke nicht so stark beansprucht, wie z.B. beim Laufen, die Ausdauer wird verbessert und Fett gezielt verbrannt. Zudem ist es eine ideale Vorbeugung gegen Herzinfarkt, Arterienverkalkung, Bluthochdruck, Übergewicht und Stress.

Das Rad-Programm im Dungal Medical-Vital Resort reicht von der Leistungsdiagnostik, über individuelle Tourenvorschläge bis hin zum Erholungsangebot für geräderte Radfahrer. Für Kurzentschlossene gibt es vor Ort auch Fahrräder mit Radhelmen zu mieten. Beim sportlichen Leistungsaufbau hilft das Ärzteteam rund um Dr. Andrea Dungal-Zauner mit sportärztlichen Untersuchungen sowie Trainingseinstellungen mit Laktatmessung. An Regenerationsmaßnahmen bietet das Dungal Medical-Vital Resort von der erholsamen Sauna über das Hallenbad alles, bis hin zu einem umfangreichen Angebot an Massagen - besonders wichtig, um einen starken Muskelkater und Muskelverspannungen nach einer Ausfahrt zu vermeiden!

Der Weg zur inneren Harmonie mit TCM

Ein Leben lang die innere Harmonie spüren und sich vital fühlen - eine Sehnsucht, die jeder Stressgeplagte nur zu gut kennt. Seit mehr als 3.000 Jahren bietet die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) mit ihrem Wissen über Harmonie und Wohlbefinden zahlreiche Möglichkeiten diesem Ziel näher zu kommen. Prof. Willi Dungal hat die TCM mit seiner "drei Säulen Methode" (gesunde Ernährung, körperliche Fitness und mentale Fitness) ergänzt und im China-Vital Zentrum in Gars am Kamp für jedermann/frau zugänglich gemacht. Mit dem Ying & Yang Programm bietet das Dungal Medical-Vital Resort ein Schnupperprogramm für TCM Interessierte und Entspannungshungrige.

Sommer-Kultur im Waldviertel

Auch Kulturfreunde kommen im Dungal Medical-Vital Resort auf ihre Rechnung. Von Ende Juni bis September locken hochkarätige Kulturveranstaltungen jedes Jahr zahlreiche Gäste ins Kamptal. In Gars am Kamp findet traditionsgemäß das Opern Air Festival statt. "Il Trovatore" wird 2007 vor der Kulisse der Babenberger Ruine geboten. Wenige Kilometer weiter heißt es "Was Ihr wollt". Das Ensemble von Alexander Waechter entführt das Publikum auf der Rosenburg in die zeitlose Welt von Shakespeare. Für Peter Turrini Fans wird in der

Bibliothek des Stifts Altenburg "Die Wirtin" geboten. Zu diesem geballten Kulturangebot erwartet die Gäste ein Mehr - an Gesundheit und Wohlbefinden mit dem Rundumangebot des Dungal Medical-Vital Resort. Für Körper, Geist & Seele...

Die Angebotsübersicht im Detail:

Fernöstliche Golfstärke

Jahrtausende altes Wissen für Ihren Golferfolg

- 2 Übernachtungen im Bio-Vital Hotel**** inkl. dem reichhaltigen Dungal Vital Frühstück
- 2 fernöstliche 4-Gang Abendmenüs im Restaurant "Zum roten Panda" im China-Vital Zentrum
- Eine betreute Qi Gong Einzeleinheit (25min)
- Eine chinesische Entspannungsmassage
- Die VIP Karte des Golfclub-Verbundes "Heart of Golf", mit der Sie in allen 13 Partnergolfclubs 20% Ermäßigung auf Ihre Greenfee erhalten. Die VIP Karte ist während Ihres Aufenthalts in unserem Resort gültig.
- Das umfangreiche inkludierte Hotelprogramm

Fit & Aktiv

Durchatmen und die unberührte Natur aktiv erleben

- 2 Übernachtungen inkl. Dungal Vital-Frühstück im Aktiv-Vital Hotel****
- Ein Leihfahrrad während Ihres gesamten Aufenthalts
- Und eine wohltuende Teilkörpermassage
- Das umfangreiche inkludierte Hotelprogramm

Yin & Yang

Innere Harmonie ausgleichen bei wohltuenden, asiatischen Behandlungen

- 4 Übernachtungen inkl. Halbpension (wahlweise mittags oder abends) im Bio-Vital Hotel****
- Eine Untersuchung durch einen chinesischen & einen österreichischen Arzt
- Eine Akupunktur Einheit
- 2 betreute Qi Gong Einzeleinheiten (25min)
- 2 wohltuende chinesische Entspannungsmassagen
- 2 verwöhnende Tui Na Gesichtsmassagen

- Und ein Ernährungsgespräch nach den 5 Elementen
- Das umfangreiche inkludierte Hotelprogramm

Operngenuss pur

Ihr Opernwochenende in Gars am Kamp

- 2 Übernachtungen inkl. Opern Air Menü vor dem Besuch der Opern Vorstellung im Bio-Vital Hotel****
- Eine Eintrittskarte (wahlweise Kat. A/B) zu "Il Trovatore"
- Eine wohltuende chinesische Entspannungsmassage
- Das umfangreiche inkludierte Hotelprogramm

Theatergenuss pur

"Was ihr wollt" Shakespeare auf der Rosenberg (29.6. - 5.8.)

"Die Wirtin" von Peter Turini in der Bibliothek Stift Altenburg (20.7. - 5.8.)

Bei Wunsch werden Theaterkarten je nach Verfügbarkeit organisiert!

- 2 Übernachtungen inkl. Theater Menü vor dem Besuch der Vorstellung sowie ein 4 Gang Menü am 2. Tag im Bio-Vital Hotel****
- Wahlweise eine Spreizfußmassage /Gesichtsmassage
- Transfer zum Spielort und retour
- Das umfangreiche inkludierte Hotelprogramm

Angebotspreise unter

http://www.willidungl.info/preise/bio_vital_packages bzw.

http://www.willidungl.info/preise/aktiv_vital_packages

Rückfragehinweis:

Dungl Medical-Vital Resort

Mag. (FH) Edith Zuschmann

Hauptplatz 58

3571 Gars am Kamp

Tel.: +43 (0)2985 2666-758

<mailto:e.zuschmann@willidungl.info>

<http://www.willidungl.info>

Villalobos Consulting

Dr. Sonja Soukup

Stollgasse 5A/10

1070 Wien

Tel.: +43 (0)664 844 38 99

<mailto:soukup@villalobos.at>

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

TPT0003 2007-06-25/11:05

251105 Jun 07

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20070625_TPT0003