

Urlaub mit nachhaltigem Erholungseffekt - Kraftwandern mit den Europa Wanderhotels



Wege zu sich selbst.

Credit: Europa Wanderhotels

Fotograf: Herbert Raffalt

Irschen (TP/OTS) - Ablenkung - das ist das Motto unserer Gesellschaft. Ablenkung wovon? Von sich selber. Glauben Sie nicht? Machen Sie für nur 10 Sekunden die Augen zu, holen Sie tief Luft und versuchen Sie einfach einmal, sich selber zu spüren, das Gewicht ihres Körpers, wie die Füße auf dem Boden stehen und lassen Sie alle Anspannungen los. Und wie war's? Gemerkt wie viel unbewusste Spannung Sie ständig begleitet, wie abgelenkt Sie eigentlich von ihrem Körper sind - und diese Spannung kostet Kraft - das hat nichts mit Esoterik zu tun! Im Hier und Jetzt zu entspannen tut gut und spendet Energie - auch wenn es oft schwer fällt, loszulassen. Es gibt aber Orte, besonders in der Natur, die einem das "zu sich kommen" erleichtern. Der Raum im Gebirge beherbergt eine Fülle von kraftvollen und inspirierenden Plätzen, an denen man Energien für den Alltag schöpfen kann. Die Europa Wanderhotels zeigen Ihnen Wege zu diesen Kraftorten, die oft schon sehr alt sind.

Als Gast eines Europa Wanderhotels erleben Sie einen Urlaub, der nachhaltige Entspannung und Erholung bringt. Es werden Ihnen die Seelenplätze der Natur gezeigt und einfache Übungen oder Rituale helfen, die Gedanken an den Alltag zu verbannen und ganz im Hier und Jetzt zu entspannen.

Sonja Gassner vom Wanderhotel Gassner in Neukirchen (Salzburg) bietet eine besonders kreative Wanderwoche an: "Kraftplatzwanderungen mit allen Sinnen", wo Sie unter anderem eine Wasserfallwanderung mit Atemübung, eine Vollmondwanderung mit Feuerritual und eine barfuß-Waldwanderung erwartet. "Es braucht Mut, sich auf sich selbst

einzulassen, aber es wird vielfach belohnt - Sie werden sehen!", so Frau Gassners Einstellung zu diesem spirituellen Thema.

ORT DER KRAFT steht in Trafoi groß geschrieben - das im Nationalpark Stilfserjoch gelegene Trafoital bietet die besten Voraussetzungen für das Wahrnehmen, Beobachten und Anwenden der in der Natur wirkenden Energien. Neben eigener Wahrnehmungen der fünf Sinne, haben Sie die Möglichkeit sich im Umgang mit Rute und Pendel vertraut zu machen. Spielerisch werden Sie sich auch mit Steinkreisen und Labyrinth beschaftigten. Das Wanderhotel Bella Vista (Südtirol) und der Energetiker Philippe Elsener wird Sie durch diese spezielle Urlaubswoche begleiten.

Weitere Informationen finden Sie unter: <http://www.wanderhotels.com>

Bild(er) zu dieser Aussendung finden Sie im AOM/Original Bild Service, sowie im OTS Bildarchiv unter <http://bild.ots.at>

Rückfragehinweis:

Europa Wanderhotels
Presse - Marketing
Nadine Mandler
Tel.: +43 (0)4710 2471
nadine.mandler@wanderhotels.com
<http://www.wanderhotels.com>
A-9773 Irschen

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/5185/aom>

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

TPT0009 2011-04-14/13:24

141324 Apr 11

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20110414_TPT0009