

"Ein Wochenende voller Power" im ThermenResort Warmbad-Villach



<http://www.apa-fotoservice.at/galerie/2382> Das neue Power-Balance-Programm ab Dezember im Warmbaderhof Damen von links nach rechts: Mag Karina Mayerhofer, Assistentin der GF ThermenResort Warmbad-Villach, Dr Brigitte Bolech, Präsidentin des BEAM HRV Wirkungsforschungsinstitutes, Elisabeth Malle, MBA, Unternehmensberaterin, Gründerin der BEAM Gesundheitswerkstätten

Credit: ThermenResort Warmbad-Villach Holding GmbH/APA-Fotoservice/ Raunig
Fotograf: Daniel Raunig

Villach (TP/OTS) - Die Gefahr an stressbedingten Symptomen zu erkranken, wird heutzutage immer größer. Die berufliche Leistungsforderung steigt stetig und lässt Depressionen, Schlafstörungen und Angstzustände keine Seltenheit mehr sein.

Das Hotel Warmbaderhof hat heute erstmals ein neues Spezialprogramm vorgestellt, das sich unter dem Titel "Power & Balance für Führungskräfte" genau diesem Problem annimmt. Ab Dezember wird speziell für Manager und Unternehmer ein Seminar angeboten, das in Kooperation mit der BEAM Gesundheitswerkstätte und dem HRV Wirkungsforschungsinstitut entwickelt wurde.

Dr. Brigitte Maria Bolech, Präsidentin des BEAM HRV Wirkungsforschungsinstitutes, und Elisabeth Malle, MBA, Unternehmensberaterin und Gründerin der BEAM Gesundheitswerkstätten, leiten persönlich die Veranstaltungen, die von Freitag bis Sonntag inklusiver gesunder Seminarvollpension angeboten werden. Das eigentliche Training findet jeweils Samstag und Sonntag von 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr statt, inbegriffen sind individuelle, vertrauliche Energie- und Stresslevel-Messungen.

Das gesamte Programm samt Nächtigungen im Doppel- oder Einzelzimmer im Fünf-Sterne-Hotel Warmbaderhof kostet Euro 792,- pro Person. Eine Potenzialanalyse kann mittels Aufpreis von Euro 340,- durchgeführt werden. Wer gerne das Nützliche mit dem Angenehmen verbinden will, bucht ein verlängertes Wochenende, bei dem die Verlängerungsnacht um nur Euro 92,- pro Person verrechnet wird, und kommt so in den Genuss des Thermen-Vital-Centers sowie des

Thermal-Urquellbads. Ein Innen- & Außenpool, eine traumhafte Saunawelt, mit finnischer Sauna, osmanischem Dampfbad, Laconium und Solegrotte sowie eine einzigartige Thermal-Ursprungsquelle, in der in jungfräulichem Wasser geschwommen werden kann, erwartet den Gast. Das BEAM Programm geht von der Voraussetzung aus, dass uns nicht zu viel Arbeit krank macht, sondern zu viel vom Falschen, wodurch innerer Widerstand und Stress entsteht. Ein Verhaltens- und Werteprofil macht augenblicklich transparent, inwieweit die beruflichen Tätigkeiten im Einklang mit dem eigenen Persönlichkeitsbild sind.

Mittels des BEAM HRV Systems wird die "Total Power", also die Kraft, die einem momentan zur Verfügung steht, gemessen, sowie die Anpassungsfähigkeit des Körpers, der Herzfrequenzverlauf, das Gesundheitsrisiko, das biologische Alter und der Stresslevel. Die Heart Rate Variability (HRV) ist eine klinisch erprobte Messmethode, welche die Fähigkeit des Herzens zur Veränderung der Abstände zwischen den Herzschlägen, unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastung beschreibt. Die Messergebnisse zeigen, wie gut der eigene Körper auf innere und äußere Einflüsse reagiert und ob es ratsam wäre, seine Ernährung, seinen Lebensstil oder störende Denkmuster zu verändern, aber auch, ob es an der Zeit wäre, seinen Arzt aufzusuchen.

Aufgrund der gesundheitspolitischen Relevanz des Themas wird das Programm "Fit für den Erfolg - Gesundheitshunderter" ab Dezember 2011 im Warmbaderhof von der Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft (SVA) unterstützt und kann sogar kostenlos durchgeführt werden.

Termine: 2. bis 4. Dezember 2011, 20. bis 22. Jänner, 2012 und 23. bis 25. März 2012.

Die Mindestteilnehmerzahl liegt bei 6 Personen.

Reservierungen:

Warmbaderhof*****, Kur-Golf-Thermenhotel
Kadischenallee 22-24, 9504 Warmbad-Villach
Tel.: +43 (0)4242 3001-10
hotel-reservierung@warmbad.at
<http://www.warmbad.at>

Weitere Bilder unter: <http://www.apa-fotoservice.at/galerie/2382>

Weiterführende Informationen zu finden auch unter:

<http://www.gesundheitswerkstaette.com/>

<http://www.warmbad.com/Power-Balance-Programm>

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

Rückfragehinweis:

Helga Kleinfercher

Marketinleiterin ThermenResort Warmbad-Villach

marketing@warmbad.at

Tel.: +43 (0)4242 3001 1178

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/5952/aom>

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

TPT0007 2011-10-19/10:07

191007 Okt 11

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20111019_TPT0007