

PRESSEINFORMATION

„Pimp your Ayurveda“ – Hotels öffnen sich neuen ganzheitlichen Ansätzen

Frankfurt, 10. Dezember 2018. Körper und Geist in Einklang bringen – um dieses Ziel nachhaltig in den Alltag zu integrieren, setzen Wellness-Experten auf die Kraft traditionell durchgeführter Heilmethoden, wie die einer Ayurveda-Kur. Die rund dreieinhalbtausend Jahre alte hinduistische „Lehre vom gesunden Leben“ erfreut sich vieler Anhänger. Neu ist, dass viele renommierte Ayurveda-Hotels neben ihren strikt ayurvedischen Diagnose- oder Therapieverfahren jetzt auch andere naturheilkundliche Philosophien integrieren, um noch individueller auf die Bedürfnisse der Gäste einzugehen und deren Gesundheit noch gezielter zu fördern: „Die Kombination von östlicher Philosophie mit westlicher traditioneller Naturheilkunde wie Kneipp oder Hydrotherapie bietet Gästen einen echten Mehrwert: Individuell zugeschnittene Programme aus verschiedenen Naturheilverfahren vervielfachen den Erholungseffekt. Außerdem erfahren Erholungssuchende, welche Heilungsform für sie am besten geeignet ist“, erläutert Claudia Wagner, Geschäftsführerin des Gesundheits- und Wellnessreiseveranstalters Fit Reisen. Folgende drei Häuser sind Pioniere des neuen Trends:

[Mercure Goa Devaaya Retreat****](#)



Mit der Expertise von langjährig erfahrenen Ärzten und Therapeuten folgt das Hotel mit dem klangvollen Namen „**Devaaya**“ („göttliche Heilung“) auf Divar Island in Goa der Devaaya-Ayurveda-Philosophie. Diese beruht auf den Säulen der natürlichen Heilmethoden Ayurveda, Yoga und Naturopathie. Dahinter steckt eine Kombination aus Diät, Bewegung, Massagen, Schlamm- und Hydrotherapien, um den Körper von Giftstoffen zu befreien und die Ayurveda-Kur zu unterstützen – ideal als intensive Entspannungskur für neue Energie, besseren Schlaf, Stress-Prävention sowie gegen Bluthochdruck, Übergewicht und Migräne. Bei Fit Reisen buchbar ist das neue „**Healing**

Retreat: Ayurveda, Naturopathie und Yoga“ mit sieben Übernachtungen im Doppelzimmer und ayurvedischer oder vegetarischer Vollpension inklusive Erstkonsultation beim Ayurveda-Arzt mit Pulsdiagnose, Erstellung des individuellen Behandlungsplans, täglichen Anwendungen (Ayurveda, Panchakarma, Naturopathie) und Kräutermedizin nach Verordnung sowie zweimal täglich Yoga und Meditation in der Gruppe ab 600 Euro pro Person. Zum Beispiel am 18. Juni 2019 bei eigener Anreise.

[Ananda in the Himalayas****](#)



Eine luxuriöse und entspannende Auszeit am Fuße des Himalayas verspricht das „**Ananda in the Himalayas**“, ausgezeichnet als eines der zehn besten Spa- und Yoga-Retreats weltweit. Der ehemalige Maharadscha-Palast befindet sich auf circa 1.300 Metern, mit weitem Blick auf das Doon-Tal und den heiligen Fluss Ganges.

Alle Entgiftungs-, Verjüngungs- und Entspannungstherapien basieren auf den Prinzipien von Yoga, Ayurveda, Meditation und Vedanta (Lebensschulung), in Kombination mit fernöstlicher Medizin und europäischen Behandlungsformen. Fit Reisen bietet ganz neu die „**Health und Wellness-Retreats**“ mit unterschiedlichen Schwerpunkten für eine maximale Regeneration. Beispielsweise stärkt „**Ananda Rebalance**“ den natürlichen Biorhythmus: Das personalisierte Ayurveda-, Yoga- und Fitnessprogramm fördert einen gesunden Schlaf, eine gute Verdauung und einen harmonischen Geist. Immer inkludiert sind unter anderem die Übernachtungen im Doppelzimmer mit ayurvedischer Vollpension und Getränken, Eingangs-, Folge-, Abschlusskonsultation mit Lifestyle-Beratung durch einen Arzt und Spa-Therapeuten mit Festlegung des individuellen Kur- und Ernährungsplans. Sieben Übernachtungen ab 3.339 Euro pro Person. Zum Beispiel am 16. April 2019 bei eigener Anreise.

[Atmantan Wellness Centre](#)



Die Ruhe und Abgeschiedenheit dieses einmaligen Ortes in der indischen Region Mulshi/Pune bilden den idealen Rahmen für Kurangebote und Retreats mit dem Schwerpunkt „**Transformative Wellness**“. Der Mix aus ganzheitlicher Ernährungs-therapie und Lebensberatung bieten ein Rundum-Erlebnis,

ausgerichtet auf die Balance von Seele „Atma“, Geist „Mana“ und Körper „Tann“. Die neuen maßgeschneiderten Programme fasst Fit Reisen unter dem Begriff „**Atmantan Health Retreats**“ zusammen. Kombiniert werden Aspekte aus Gebieten wie Entspannung, Detox, Fitness, Physiotherapie, Naturheilkunde, Yoga und Ayurveda. Spezielle Fokussierungen wie auf „Detox“ mit Colon-Hydrotherapie mit der neusten Methode „Angel of Water“, manueller Lymphdrainage sowie Detox-Menü können in den Aufenthalt integriert werden. Inklusiv sind außerdem die Übernachtung im Doppelzimmer mit individueller Vollpension inklusive die Eingangs-, Zwischen- und Abschlusskonsultation mit Festlegung des genauen Behandlungsplans, Analyse der Körperzusammensetzung und Körperhaltung, einmal täglich Massage und Zugang zum Spa-Bereich sowie einem Transfer ab 2.320 Euro pro Person für sieben Übernachtungen. Zum Beispiel ab 1. April 2019 bei eigener Anreise.

Mehr Ayurveda- und Wellnessangebote finden Interessierte auf www.fitreisen.de.

Über Fit Reisen

Die Fit Reisen Gruppe mit Sitz in Frankfurt am Main, Hamburg und Leipzig ist die Nr. 1 für Gesundheits- und Wellnessreisen. Seit über 40 Jahren steht das Unternehmen für die Kombination aus gesundem Urlaub und attraktiven Schönheits-, Entspannungs- und Freizeitangeboten. Heute bietet der Spezialist, zudem auch die internationale Marke SpaDreams und das Online-Portal kurz-mal-weg.de gehören, über 9.500 unterschiedliche Kur-, Gesundheits-, Beauty-, Ayurveda-, Yoga-, Detox- und Wellness-Arrangements an. Das Portfolio umfasst 1.100 Hotels und 400 Destinationen in 50 Ländern. Bereits mehrfach wurden das vielfältige Angebot, die langjährige Expertise und der individuelle Service ausgezeichnet: In 2014 als „Innovativster Veranstalter im Gesundheitstourismus“, in 2016 mit dem „Typo3 Website of the Year Award“ sowie „Typo3 Tourism Award“, zuletzt von n-tv in 2017 und 2018 als „Deutschlands bestes Online-Portal Wellnessreisen“ ausgezeichnet.

Bilder und Grafiken zum neuen Katalog, den neuen Hotels und diversen Themen sowie Firmenlogo und Fotos der Geschäftsführung finden Sie unter: www.fitreisen.de/pressemitteilungen

Bitte beachten Sie: Das Ihnen überlassene Bildmaterial darf nur in Verbindung mit Reisen von FIT Gesellschaft für gesundes Reisen mbH sowie unter Angabe des abgebildeten Hotels genutzt werden. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt.