

PRESSEINFORMATION

Sportlich, sportlich:

In diesen Hotels kommen Fitnessfreaks auf ihre Kosten

Frankfurt, 18. Februar 2019. So langsam werden die Tage wieder länger und die Lust auf mehr Bewegung für den Beachbody 2019 kommt auf Touren. Sportbegeisterte oder die, die es noch werden wollen, suchen oft nach Tipps und Tricks, wie sie ihr Fitnesslevel steigern können, um beispielsweise schneller zu laufen, mehr Muskeln aufzubauen oder ihre Ernährung zu optimieren. Fit Reisen, führender Anbieter von Wellness- und Gesundheitsreisen, bietet exklusive Boot Camp Packages an, um im Urlaub das persönliche Fitnessziel konsequent und unter professioneller Anleitung anzugehen – egal ob in der Gruppe oder mit einem Personal Coach an der Seite.

Yoga in Kombination mit Fitnesskursen auf Koh Samui gibt es im **Samahita Retreat**. Fit Reisen bietet das Programm „YogaCoreCycle“ an, welches der bekannte Yogi und Gründer des Retreats Paul Dallaghan auf Basis seiner langjährigen Erfahrung konzipierte. Inkludiert sind neben Wellnessanwendungen unter



anderem Fitnesskurse wie Yoga, Cycling, Core-Training und Meditation. Das Programm wirkt sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System aus, bewirkt eine aufrechte Haltung und Gewichtsverlust, schafft eine schlanke Taille und strafft die Körpermitte. Drei Nächte im Doppelzimmer mit Vollpension sind ab 357 Euro pro Person buchbar.

(Link: www.fitreisen.de/samahita-retreat-na-muang-koh-samui)

An der Kaverner Bucht in Kroatien liegt das **Hotel Bellevue*******. Für einen Neustart in ein gesünderes Leben bietet Fit Reisen das Programm „CrossFit & Boot Camp“. Gäste erhalten zunächst eine Gewichts- und Körpermessung sowie mehrere Ernährungs-Lifestyle-Beratungen. Daraufhin bietet das Hotel ein tägliches Aktivprogramm bestehend aus Personal Training, CrossFit und Yoga. Außerdem erhalten Gäste dreimal Kryotherapie mit

anschließendem Training. Acht Nächte im Doppelzimmer Superior Atrium mit Frühstück sind ab 1.671 Euro pro Person buchbar.

(Link: www.fitreisen.de/hotel-bellevue-mali-losinj-kvarner-bucht)

Ein ehemaliger Palast und Mitglied der „Healing Hotels of the World“ ist das am Fuße des Himalaya-Gebirges liegende Resort **Ananda in the Himalayas******. Mit Buchung des Programms „Ananda Active Fitness“ steigern Gäste ihre persönlichen Fitness-Levels und verbessern Ernährung und Figur. Inbegriffen sind mehrere Konsultationen mit einem Arzt und Spa-Therapeut sowie personalisierte Aqua- und Outdoor-Fitness. Außerdem erhalten Gäste Physiotherapie sowie eine Ayurveda-Anwendung. Sieben Nächte im Doppelzimmer Deluxe Palastblick mit ayurvedischer Vollpension sind ab 3.339 Euro pro Person buchbar.



(Link: www.fitreisen.de/ananda-in-the-himalayas-narendra-nagar-nordindien-uttarakhand)

Eines von Asiens besten Gesundheits-, Sport- und Lifestyle-Resorts ist das **Thanyapura****** auf der Insel Phuket. Hier lernen Gäste, ihre Ernährung, innere Einstellung und äußere Einflüsse in Einklang und somit Körper, Geist und Seele in Balance zu bringen und einem Jojo-Effekt entgegenwirkt. Mit Buchung des Programms „Gewichtsmanagement“ erhalten Urlauber mehrere Konsultationen mit einem Arzt sowie eine Ernährungsberatung. Neben der Nutzung des Wellness-Bereichs nehmen Gäste an Gruppenfitnesskursen wie HIIT, Spinning und Core-Training teil. Außerdem bietet das Hotel eine Laufbahn sowie eine Leichtathletikanlage an. Sechs Nächte im Doppelzimmer Standard Pool Wing mit individuell abgestimmter Diät-Vollpension sind ab 1.734 Euro pro Person buchbar.

(Link: www.fitreisen.de/thanyapura-thalang-insel-phuket)



Regeneration im Zusammenspiel von östlichen und westlichen Heilverfahren findet man im **Kamalaya Wellness Sanctuary & Holistic Spa******* auf Koh Samui. Das ganzheitliche Spa-Resort hat mit Fit Reisen das Package „Ideal Gewicht – 7 Tage“ geschnürt. Inkludiert sind eine Bio-Impedanz-Analyse, eine Lymphdrainage sowie mehrmals TCM und Yoga für alle Könnertufen. Weitere Sportangebote sind unter anderem Personal Training, Pilates und Tai Chi. Sieben Nächte

im Doppelzimmer Hillside mit Balkon und gesunder Kamalaya-Vollpension sind ab 3.230 Euro pro Person buchbar.

(Link: www.fitreisen.de/kamalaya-wellness-sanctuary-holistic-spa-na-muanglaem-set-beach-koh-samui)

Mehr Ideen zum Fitness-Urlaub gibt es unter www.fitreisen.de/fitness-bootcamp

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, zu dem 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.