

BEST OF HOTELS

Fotos: Wilfinger Ring Bio Hotel****



Raus aus dem Hamsterrad:

WARUM IMMER MEHR MENSCHEN BEIM FASTENURLAUB NEU DURCHSTARTEN



Mehr Energie, bessere Stimmung, Entlastung für Körper und Geist: Fasten gilt als wirkungsvoller Reset für den Organismus. Im Wilfinger Ring Bio Hotel in Hartberg erlebt diese Form des Gesundheitsurlaubs gerade jetzt Hochsaison.

Gesünder leben, achtsamer mit den eigenen Ressourcen umgehen, sich von körperlichen wie mentalen Altlasten lösen – dieser Wunsch ist bei vielen Menschen präsent. Im Alltag fehlt dafür jedoch oft der nötige Abstand. Ein Gesundheitsurlaub setzt genau an dieser Stelle an: professionell begleitet und bewusst fern vom gewohnten Umfeld schafft er Raum und die notwendige Zeit, um innezuhalten, Routinen zu hinterfragen und neue Impulse nicht nur mitzunehmen, sondern so zu festigen, dass sie auch im Alltag Bestand haben.



Gesundheitsurlaub als strukturierter Rahmen

Das Wilfinger Ring Bio Hotel in Hartberg ist ein echtes Gesundheitshotel in der Oststeiermark, wo Gesundheit seit über 50 Jahren ganzheitlich gedacht wird. Medizinisch-therapeutische Begleitung, gezielte Bewegung, eine vollwertige Bio-Vitalküche, Naturheilkunde und natürliche Kosmetikanwendungen bilden dabei ein aufeinander abgestimmtes Gesamtkonzept. Ziel ist es, Gästen Wege aufzuzeigen, wie Lebensqualität und Vitalität langfristig erhalten und gestärkt werden können – unabhängig von kurzlebigen Trends oder Schlagworten, die heute oft unter den Begriffen Longevity oder Holistic Selfcare zusammengefasst werden. Fasten spielt in diesem Kontext eine zentrale Rolle. Nicht als kurzfristiger Verzicht, sondern als bewusste Auszeit, die hilft eine neue Leichtigkeit zu entwickeln.

