



Presse-Info

Die Gesundheit stärken für die kalte Jahreszeit: Gesundheits- und Wellness-Angebote im Weserbergland

In einer schaukelnden Boots-Sauna auf der Weser entspannen und anschließend in die kalten Fluten springen oder ein Bad in Eselsmilch bei harmonischen Klängen genießen - das Weserbergland bietet nicht nur in den sechs Kurorten (Bad Pyrmont, Bad Karlshafen, Bad Oeynhausen, Bad Münder, Bad Eilsen, Bad Nenndorf) Erholungssuchenden zahlreiche Möglichkeiten sich vom Alltagsstress zu erholen und die Gesundheit aktiv zu stärken.

Presseinfos

Kristall Weserbergland-Therme in Bad Karlshafen – das Rezept zum Gesundbleiben	2
Nordic-Walking – sanfte Erholung in der kalten Jahreszeit	2
Oase Duo – ein Verwöhnwochenende zu zweit	3
Lust auf Gesundheit?!	3
Baden wie Cleopatra – Entspannen, die Seele baumeln lassen und neue Kräfte sammeln!	4

Bitte fordern Sie von uns Bildmaterial an (300 dpi, Versand per E-Mail).
Anruf genügt. Alle Texte sind im Internet ohne Passwort abrufbar unter
<http://www.weserbergland-tourismus.de/meta/presse/presdienst/index.php>.

Pressekontakt

Weserbergland Tourismus e.V.
Anika Raasch
Postfach 10 03 39, 31753 Hameln
Tel.: 05151-930050, Fax: 05151-930033
E-Mail: presse@weserbergland-tourismus.de
Internet: www.weserbergland-tourismus.de

Weser-Therme in Bad Karlshafen – das Rezept zum Gesundbleiben

Ein besonderes Saunaerlebnis bietet die die Weser-Therme in Bad Karlshafen: eine schaukelnde Boots-Sauna direkt auf der Weser! Weitere Saunen im Innen- und Außenbereich mit unterschiedlichen Temperaturen und Düften, sowie ein osmanischer Hamam, Dampfbäder und angenehme Ruhezeiten machen das Saunieren zum Erlebnis. Die großzügig angelegte Saunawelt lädt ein zum Entspannen und Tanken neuer Lebensenergie. Darüber hinaus verfügt die Weser-Therme über hervorragendes eigenes Thermal-Solewasser, welches als vielseitiger Pflegekünstler für trockene und angespannte Haut gilt. Man kann sich wohligh im Strömungskanal treiben lassen, bei kostenloser Wassergymnastik oder in Aqua-Fitness-Kursen den Kreislauf in Schwung bringen und Gelenke schonend Muskulatur aufbauen. Das Massage- und Wellnesszentrum im 1. OG der Therme bietet Erholung und Entspannung bei Massagen, Kosmetikbehandlungen und ganzen Wellness-Verwöhntagen mit Übernachtungsarrangements. Informationen zu allen Angeboten gibt es unter www.wesertherme.de oder Tel.: 05672/92110.

Nordic-Walking – sanfte Erholung in der kalten Jahreszeit

Über vierzig Nordic-Walking-Strecken stehen im Nordic-Walking-Park Weserbergland allein im Uslarer Land zur Auswahl. Ausgebildete Nordic-Walking-Trainer zeigen den Gästen die schönsten Touren und wie sie sich schonend fit machen und außerdem entspannen können. Sowohl Einsteiger als auch Fortgeschrittene können in speziellen Kursen Herz und Kreislauf auf gelenkschonende Weise trainieren oder ihre Technik verbessern. Zum Preis von 169 Euro werden zwei Übernachtungen in gemütlichen Landgasthäusern angeboten. Außerdem im Preis enthalten ist ein lecker gefüllter Obstkorb am Anreisetag und ein alkoholfreier Begrüßungscocktail. An beiden Tagen wird ein vitaminreiches Frühstück serviert. Pro Tag ein leichter Mittagsimbiss und gesunde Walkingmenüs am Abend sind ebenfalls im Angebot enthalten. Die Nordic-Walking-Trainer beginnen mit einer Theorieeinheit bevor sie mit den Gästen zu den geführten Nordic-Walking-Touren auf den schönsten Strecken starten. Für Ausrüstung ist gesorgt: Nordic-Walking-Stöcke und Pulsuhren werden leihweise zur Verfügung gestellt. Ein handlicher Nordic-Walking-Flyer mit farbigen Streckenkarten gibt es dazu, denn er sollte in keiner Walker-Tasche fehlen. Er enthält Informationen über die Streckenlängen und die zu bewältigenden Höhenmeter. Weitere Informationen, der Nordic-Walking-Flyer und Buchungen: Touristik-Information Ferienregion Uslarer Land, Altes Rathaus/Lange Str. 1, 37170 Uslar, Tel. 05571-92240, www.uslarer-land.de.

Oase Duo – ein Verwöhnwochenende zu zweit

In Bad Pyrmont können Paare unter dem Motto „Oase Duo“ ein entspanntes Verwöhnwochenende verbringen. Bei einem Tagesaufenthalt in der Hufeland Therme mit Fitnessmassage und einem Bad zu zweit in Milch und Honig können Körper und Geist entspannen. Ein exklusives Fürstenmenü mit 5-Gängen im Hotel Steigenberger rundet das Programm ab. Das Arrangement ist inklusive zwei Übernachtungen ab 175 Euro pro Person buchbar und lässt viel Zeit für eigene Entdeckungen in dem niedersächsischen Staatsbad mit seinem südländischen Flair. Der 17 ha große historische Kurpark mit seinem barocken Alleensystem und dem Palmengarten wurde von einer Fachjury als „Deutschlands Schönster Park 2005“ und 2007 mit der Goldmedaille des Bundeswettberbes „Unsere Stadt blüht auf“ ausgezeichnet. Weitere Informationen und Buchungsmöglichkeiten: Touristinformation Bad Pyrmont, Europa-Platz 1, 31812 Bad Pyrmont, Tel.: 05281-940511, Fax: 940555, www.badpyrmont.de mail: info@badpyrmont.de

Lust auf Gesundheit?!

Wenn die Tage kürzer werden und die Temperaturen fallen, gilt es, das eigene Wohlbefinden zu steigern, um gesund durch die kalte Jahreszeit zu kommen. Vlothos Kurbäder Bad Seebruch und Bad Senkelteich sorgen mit Ihren Heilmitteln und Therapien für Körper und Geist dafür. Sie können auf eine über 100jährige Tradition der Gesunderholung zurück blicken. Bad Seebruch bietet das ganzheitliche Angebot "Lust auf Gesundheit" an. Diese Gesundheitswoche beinhaltet sechs Übernachtungen im Einzelzimmer mit Dusche/WC, SAT-TV und Vollpension. Auch Diätkost ist möglich. Zunächst steht eine ärztliche Untersuchung mit der Erstellung eines Therapieplanes auf dem Programm. Verschiedene Therapien, wie zum Beispiel Naturmoorbreibäder bei 43°C, eine Ganzkörperteherapie in der Kältekammer (- 110 °C), Gymnastik und Massagen werden nach ärztlicher Verordnung durchgeführt. Die Nutzung des Hallenbades und der Sauna gehören genauso zu diesem Angebot, wie ein Kreativ- und Gesundheitsprogramm. Der Preis für den gesunden Start in den Winter beträgt 782,00 € pro Person. Weite Informationen: Vlotho Marketing GmbH, Lange Straße 111, 32602 Vlotho, Tel. : 05733/ 881188, Internet: www.vlotho.de, Bad Seebruch, Seebruchstraße 33, 32602 Vlotho, Tel.: 05733/ 9250, E-Mail: service@bad-seebruch.de

Baden wie Cleopatra – Entspannen, die Seele baumeln lassen und neue Kräfte sammeln!

Wer schon immer mal wie einst Cleopatra in Eselsmilch baden wollte, dem bietet das Porta Berghotel in Porta Westfalica dieses Luxuserlebnis an. Die hoteleigene Wellness- u. Badewelt „Vita-Quell“ entführt Stressgeplagte aus der Hektik des Alltags in eine Badekultur vergangener Zeiten. Die Badelandschaft wurde nach römischen und orientalischen Vorbildern erbaut und entführt die Gäste für die Zeit ihres Besuches in die Antike. Bereits Cleopatra, die für ihre Schönheit berühmte ägyptische Kaiserin, badete in Eselsmilch und legte Honigmasken aufs Gesicht. Das „Kaiserbad“ lässt diese Legende wieder lebendig werden: hochwertigste Emulsionen, frisch zubereitet, versprechen ein unvergessliches Baderlebnis. Daneben können auch die wohltuende Pflege des Schönheitsbades Rasul oder die anregende Wirkung eines Heubades genossen werden. Die großzügige Saunalandschaft wartet mit verschiedenen Saunen und Dampfbädern auf. Egal ob bei Massagen, Moor- oder Fangopackung, Unterwassermassagen oder Stangerbad, die Gäste können sich auf eine professionelle Behandlung von kundigen Händen mit viel Erfahrung freuen. Weitere Infos: Porta Berghotel, Hauptstr. 1, 32457 Porta Westfalica, Tel. 0571/79090