

Medienmitteilung vom 23. Juni 2010, frei zur Veröffentlichung

Boutique Hotel Eden: Vital- und Wellnesswoche mit Sybille Binder

In enger Zusammenarbeit mit der bekannten Ernährungsberaterin und Vitalstofftherapeutin *Sybille Binder-Schai* bietet das **** Superior Hotel Eden in Spiez eine Vital- und Wellnesswoche für Frauen an. Ziel ist es, sich vom Alltag zu entspannen und zu lernen, wie sich der Körper regenerieren kann. Durch Impulsreferate von Sybille Binder und individuelle Beratungen lernt man die tieferen Zusammenhänge von Ernährung, Bewegung und Wohlbefinden erkennen. „Die Ernährung eines Menschen sollte oft so individuell sein wie der Mensch selber. Der Körper eines Menschen kann betrachtet werden wie ein Symphoniekonzert. Es klingt nur schön, wenn alle Instrumente auf einander abgestimmt sind und der Raum in dem sie vorgetragen wird, den Klang zur wahren Schönheit vereint. Wenn unsere Organe, Gefässe, Nerven und weiteres nicht aufeinander abgestimmt sind, entsteht Disharmonie und als Folge davon kommt es zu Krankheiten. Die Ernährung bietet ein wunderbares Werkzeug, die Harmonie dieser Systeme wieder herzustellen. Die Atemarbeit, die ich bei Bedarf individuell einsetze, unterstützt das aufeinander abstimmen.“ Dieses Credo von Sybille Binder prägt diese Woche, welche mit einem vielfältigen Programm ergänzt wird: Morgengymnastik, Körpertherapien, wie manuelle Lymphdrainage, Fussreflexzonenmassage oder Lomi-Lomi-Massage, sowie viel Bewegung im Freien. Die Mahlzeiten entstehen in Absprache mit Sybille Binder, werden aus möglichst biologischen Lebensmitteln und auf Wunsch auch vegetarisch zubereitet. Daneben gibt es die Möglichkeit der individuellen Nutzung des Eden Spa mit Hallenbad, Sauna, Dampfbad, Whirlwannen sowie des Cardio-Raumes mit Geräten der neusten Generation. Ein spezielles Erlebnis ist alleine schon das Wohnen in den wunderschönen Gästezimmern im Eden. Jedes ist anders eingerichtet, bietet viel Raum und eine persönliche Note. Das 2006 komplett renovierte **** Superior Hotel mit 43 luxuriösen Gästezimmern wirkt durch das vom Jugendstil beeinflusste, modern interpretierte Interieur

raffiniert und behaglich. In der malerischen Spiezer Bucht gelegen, ist es der ideale Ort, um sich zu entspannen und sich Gutes zu tun. Die Vital- und Wellnesswoche für Frauen dauert 7 Tage (6 Übernachtungen) und findet vom 5. bis 11. September oder 3. bis 9. Oktober 2010 statt. Preise ab CHF 1'980.–pro Person. Informationen: www.eden-spiez.ch oder Telefon 033 655 99 00. ((Ende))

Fotos können bei der externen Medienstelle angefordert werden.

Link: Schule für angewandte Naturheilkunde www.nhk.ch

Weitere Auskünfte:

Gerald Nowak
Hotel Eden Spiez
Seestrasse 58
CH-3700 Spiez
T +41 33 655 99 00
F +41 33 655 99 01
welcome@eden-spiez.ch
www.eden-spiez.ch

Externe Medienstelle:

Anna Barbara Eisl-Rothenhäusler
a.b.e.r. relations
Obere Lattenbergstrasse 15a
CH-8712 Stäfa
T +41 44 796 44 20
F +41 44 796 44 21
abeisl@goldnet.ch