



kényelmes pihenőparadicsom várja a kikapcsolódásra, pihenésre vágyókat. A vendégek teljes kikapcsolódásáról az ún. kristályenergia-helyiség, valamint több pihenő-részeg is gondoskodik.

Kínálatukban a távolkeleti gyógy módok, ezen belül az indiai

élelmiszerek fogyasztásával. A vendégek választhatnak a szálloda gourmet-vital konyhájának kínálatából, de dönthetnek az ájurvédikus konyha válogatott fűszereivel és gyógynövényeivel készült étek vagy akár a vegán táplálkozás mellett is.

A legegyszerűbb csomag az ájurvéda-wellness nevet kapta. Az ájurvéda-Rasayana csomag kezelései fiatalító kúráként hatnak. Az ájurvéda-detoxing hatékony kezelési módja a vitális életérzés visszanyerésének. Az ájurvéda-Panchakarma kúra a belső és külső tisztuláshoz vezető aranyút.

Ájurvédás pihenés *Burgenlandban*

Az 5000 éves ájurvéda tan a világ első teljes körű egészségtanának számít, mely az embert a test, a szellem és a lélek egységeként tekinti. Az ájurvéda szó fordítása: az életről való tudás. Az ájurvédikus gyógyítás célja az ember természetes egyensúlyának és életenergiájának erősítése.

A Stegersbach napos lankáin elhelyezkedő Hotel & Spa Larimar****S az osztrák egészségturizmus egyik legkiemelkedőbb szállodai létesítménye. A szálloda 4000 m² alapterületű wellness- és spárészege, a Larimar fürdő- és szaunavilággal, valamint a Larimar Spa kezelő- és beauty-részeg exkluzív kínálatával áll a vendégek rendelkezésére. A wellness-részegben belső és külső termálmedencék, ellenáramú medence, exkluzív szaunavilág hideg vizes medencével, valamint nagyvonalúan tervezett,

ájurvéda, már 2008 óta hangsúlyosan jelen vannak. Johann Haberl, aki az osztrák wellness-turizmus úttörője, Indiában jártakor több ájurvéda-központot is megtekintett, mielőtt szállodájában meghonosította az ájurvédikus kezelések alkalmazását.

A legfrissebb hír, hogy december 1-jétől új indiai ájurvéda orvos, valamint két új terapeuta kezel a hotelben. Az indiai Keralából származó specialisták, akik a szálloda masszázs- és kezelő-részegének csapatát egészítik ki, tudásukat világszerte több luxushotelben is bizonyították. Így lehetővé vált, hogy jövő év május közepéig a szálloda négy új autentikus ájurvédakúrát kínáljon vendégeinek, a „könnyűtől az intenzívig”. A kúrák fontos kiegészítője a napi szinten végzett jóga, mely a testedzés és a kezelések hatékonyságát erősíti. Természetesen ehhez kapcsolódik a helyes táplálkozás is, a megfelelő

Az egyes csomagokról további részletes információk a szálloda honlapján (www.larimarhotel.at) olvashatók, vagy e-mailben (marketing@larimarhotel.at) kérhetők.



Ajurvéda kúrák indiai specialistákkal

A dél-burgenlandi Stegersbachban található Hotel Larimar**** superior Medical-Wellness részlegének kínálatát december 1-jétől négy újabb ajurvédikus kezeléssel egészíti ki: „Ajurvéda Wellness”, „Ajurvéda Raysana”, „Ajurvéda Detoxing” és „Ajurvéda Panchakarma”. A Stegersbach napos lankáin elhelyezkedő hotel az osztrák egészségturizmus egyik legkiemelkedőbb szállodai létesítménye. December 1-jétől az indiai Keralából származó specialisták a szálloda masszáz-

és kezelőrészlegének nívós csapatát egészítik ki, tudásukat világszerte több luxushotelben is bizonyították. 2014. XII. 01-jétől 2015. V. 15-ig a szálloda, vendégei számára négy új autentikus ajurvéda-kúrát kínál, a „könnyűtől egészen az intenzívig”. A kúrák fontos kiegészítője a napi szinten végzett jóga, mely a testedzés és a kezelések hatékonyságát kívánja alátámasztani, kiegészítve a helyes táplálkozással, a



megfelelő élelmiszerek fogyasztásával. A szálloda 4.000 m² alapterületű wellness- és SPA részlege, fürdő- és szaunavilággal, valamint a SPA kezelő- és beauty részleg exkluzív kínálatával áll a vendégek rendelkezésére. A hagyományos európai kezelések mellett a világ különböző tájain alkalmazott kezelési módszereknek átfogó egysége valósul meg: a hagyományos kínai orvoslást (TCM) éppúgy alkalmazzák itt, mint az indiai ajurvéda tanát, a Japánból származó shiatsu vagy a hawaii Huna hagyományos kezelést. A Karib-térségből származó larimárkő jótékony erejét és energiáját pedig a kövel végzett masszázson keresztül ismerhetik meg a vendégek. A szálloda igazi meglepetéssel szolgál a golf kedvelőinek, hiszen az épület közvetlen közeléből indul ki az 50 lyukú „Stegersbach-Lafnitztal” golfpálya. Az itt található Simon Tarr Golf Academy professzionális golfozói szívesen segítik a kezdőket.

Larimar Hotel GmbH Panoramaweg 2 A-7551 Stegersbach Tel.: +43/3326/55100 Fax: DW 990

E-Mail: urlaub@larimarhotel.at www.larimarhotel.at



AJURVÉDA KÚRÁK indiai specialistákkal

A dél-burgenlandi Stegersbach napos lankáin, különleges energiák és erők helyszínére építve, 2007-ben nyitotta meg Johann Haberl 4 csillagos superior szállodáját. Johann Haberl a 80-as évek közepétől napjainkig az osztrák gyógy-, és wellness turizmus egyik szülőatyjának számít, aki 20 éven át volt a Bad Waltersdorf-i Gyógyfürdő és Quellenhotel vezetője.

A "Larimar", a szálloda neve egy ritka, rendkívüli drágakő, amely a Karib-térség „kék ékszerének” számít. Vulkanikus eredetű, és különleges harmóniában áll a vízzel. Mint gyógyító kő elősegíti a lelki és testi gyógyulást. Harmonikusan egyesül benne a négy őselem – a föld, a tűz, a víz és a levegő. A Larimar a meghittség szigete. Az arany metszés (1:1,618) szabályát követő szállodaépület ovális formája a tojásra utal, abból a gondolatból kiindulva, hogy a tojás, mint burok az élet eredetét jelenti, és egyfajta meghittséget közvetít. Ezen elmélet alapján valósult meg a pazar kilátást nyújtó luxus szálloda "meghitt építészeti arculata". Ezen túlmenően megjelenésében világos, természetes, barátságos, egyben invitáló mediterrán hangulatot áraszt. A Hotel Larimar 111 légkondicionált szobával és lakosztállyal, összesen 200 ágyas kapacitással várja vendégeit. A szobák kialakítása a 4 őselem – a föld, a tűz, a víz, a levegő – egyikén alapszik, a hozzá tartozó színvilág, elegáns anyag-, és dekorációs kélékek megválasztásával. A vendégek számára nem marad más, mint a számukra legjobban megfelelő légkör kiválasztása.

A szálloda 4.000m² alapterületű wellness- és spa részlege, a Larimar fürdő és szaunavilággal, valamint a Larimar Spa kezelő-, és beauty részleg exkluzív kínálatával áll a vendégek rendelkezésére. A wellness részlegben belső és külső termálmedencék, ellenáramú medence, exkluzív szaunavilág hidegvizes medencével, valamint nagyvonalúan tervezett, kényelmes pihenőparadicsom várja a kikapcsolódásra, pihenésre vágyókat. A hotel medical-wellness részlegének kínálatát december 1-jétől négy újabb ajurvédikus kezeléssel egészíti ki: „Ajurvéda Wellness“, „Ajurvéda Raysana“, „Ajurvéda Detoxing“ és „Ajurvéda Panchakarma“. Johann Haberl, a szálloda vezetője, Indiából érkező, nagytudású specialistákra bízta vendégei kezelését.

További információk: www.larimarhotel.at



Hotel Larimar Stegersbach: Ajurvéda kúrák indiai specialistákkal

A DÉL-BURGENLANDI STEGERSBACH-BAN TALÁLHATÓ HOTEL & SPA LARIMAR**S, MEDICAL-WELLNESS RÉSZLEGÉNEK KÍNÁLATÁT DECEMBER 1-JÉTŐL NÉGY ÚJABB AJURVÉDIKUS KEZELÉssel EGÉSZÍTI KI: „AJURVÉDA WELLNESS“, „AJURVÉDA RAYSANA“, „AJURVÉDA DETOXING“ ÉS „AJURVÉDA PANCHAKARMA“. JOHANN HABERL, A SZÁLLODA VEZETŐJE, INDIÁBÓL ÉRKEZŐ, NAGYTUDÁSÚ SPECIALISTÁKRA BÍZZA VENDÉGEI KEZELÉSÉT.**

A Stegersbach napos lankáin elhelyezkedő Hotel & Spa Larimar****S az osztrák egészség-turizmus egyik legkiemelkedőbb szállodai létesítménye, melynek a távol-keleti gyógymódok, ezen belül az indiai ajurvéda, az „élet tanának” praktizálása már 2008 óta **súlyponti témái közé tartozik.** Johann

Haberl, aki az osztrák wellness-turizmus úttörője, Indiában jártakor több ajurvéda központot is megtekintett, mielőtt szállodájában meghonosította az ajurvédikus kezelések alkalmazását.

December 1-jétől új indiai ajurvéda orvos, valamint két új terapeuta kezel a



hotelban. Az indiai Keralából származó specialisták, akik a szálloda masszázsz és kezelőrézslégének nívós csapatát egészítik ki, tudásukat világszerte több luxus hotelben is bizonyították. 2014. december 1-jétől 2015. május 15-ig a szálloda, vendégei számára négy új

autentikus ajurvéda-kúrát kínál, a „könynyűtől egészen az intenzívig”.

A kúrák fontos kiegészítője a napi szinten végzett jóga, mely a testedzés és a kezelések hatékonyságát kívánja alátámasztani, kiegészítve a helyes táplálkozással, a megfelelő élelmiszerek fogyasztásával. A vendégek a szálloda gourmet-vital konyhájának kínálatából választhatnak, vagy az ajurvédikus konyha válogatott fűszereivel és gyógynövényeivel készült étkeiből, vagy akár a vegán táplálkozás mellett is dönthetnek.

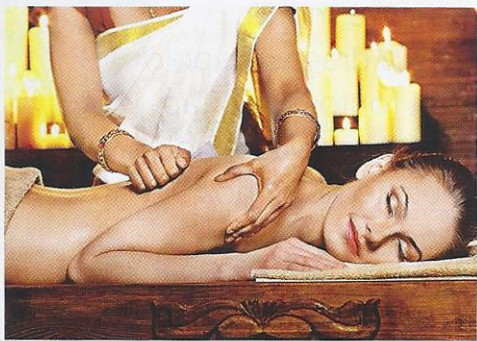
Információ: www.larimarhotel.at

ÉLETMÓD

CSIPETNYI INDIA ELÉRHETŐ KÖZELSÉGBEN

A Stegersbach napos lankáin elhelyezkedő Hotel & Spa Larimar***** súlyponti témái közé tartozik a távolkeleti gyógymódoknak, ezen belül az indiai ajurvédának, az „élet taná”-nak a gyakorlása. Decembertől új indiai ajurvédikus orvos, valamint két új terapeuta kezel a hotelban. Az indiai Keralából származó specialisták – akik a szálloda

masszázs- és kezelőrészlegének nívós csapatát erősítik –, tudásukat világszerte több luxushotelban is bizonyították. Mostantól a szálloda vendégei számára négy új, autentikus ajurvédikus kúrát kínál, a „könnyűtől egészen az intenzívig”. A kúrák fontos kiegészítője a napi szinten végzett jóga, mely a testedzés és a kezelések hatékonyságát kívánja alátámasztani, helyes táplálkozással, a megfelelő élelmiszerek fogyasztásával kiegészítve. A vendégek a szálloda gourmet-vital konyhájának kínálatából választhatnak vagy az ajurvédikus konyha válogatott fűszereivel és gyógynövényeivel készült étkeiből, de akár a végén táplálkozás mellett is dönthetnek.





Ajurvédikus kúrák indiai specialistákkal

A dél-burgenlandi Stegerbachban a Hotel & Spa Larimar wellnessrésze május közepéig egészen új szolgáltatással, ajurvédikus kúrákkal várja azokat a vendégeket, akik a távol-keleti gyógymódok hívei, illetve most szeretnék megismerkedni vele. A kezeléseket Indiából érkezett nagy tudású gyógyítók végzik. A kínálatból igény szerint választhatunk aszerint, hogy szervezetünknek több energiára vagy méregtelenítésre van-e szüksége, esetleg pozitív kisugárzást szeretnénk növelni, vagy a külső és belső tisztulás aranyútjára vagyunk-e kíváncsiak. A négyféle kezelés mindegyikének része a jóga, a termálvízben való fürdőzés és a szaunázás, valamint a speciális fűszerekre, a gyógynövényekre és teákra alapozott egészséges táplálkozás.



VÁLASSZ szíved szerint!

Könyvet szeretnél ajándékozni, de nehéz kicsemegezni az igazán értékes példányokat a hatalmas áradatból? Ehhez ad segítséget az UNICEF Magyar Bizottság és a Bookline „Szívünk rajta” elnevezésű programja, amely az egyre szélesebb gyerekkönyvkiátlásban könnyíti meg az eligazodást. Különlegessége, hogy a szülői visszajelzések és a szakmai zsűri javaslatai mellett az érintett korú kis olvasópalánták véleménye is helyet kap az osztályozásban. www.szivunkrajta.hu

Szabadon szállj!

Bár szeretett volna, nem lett állatorvos, mégis gyermekkorától az a szenvedélye Lehoczky Krisztiánnak, hogy beteg madarakon segít. Lakásában szakszerű ellátást kapnak és repkednek a már gyógyulófélben lévő állatok. A grafikusként dolgozó fiatalember a lakóhelyén megalapította a Mályi Természetvédelmi Egyesületet, amely olyan sikeres lett, hogy ma már a központi segélyhívó is őket adja meg madármentőként. Krisztián reméli, hogy hobbiját a gyermekei is folytatják majd, kislánya például figyelemmel kíséri a kezeléseket, és próbálja ellesni édesapja tudását.



Egy csepp India Ausztriában

Az osztrák egészségsturizmus egyik fellelővára a dél-burgenlandi Stegersbach napos lankáin elhelyezkedő Hotel & Spa Larimar****s, mely egy ritka drágakőről kapta a nevét. A szálloda specialitásai között távol-keleti gyógy módok, így például indiai ájurvédikus kezelések is megtalálhatók. A pihenésre vágyók Indiából érkező, nagy tudású terapeuták kezei között gyógyulhatnak és lazíthatnak. Újdonságai között a hotel négy autentikus ájurvédakúrát kínál. A hatékonyság a mindennap végezhető jógával fokozható, a kikapcsolódásról 4000 m² wellness- és sparszleg gondoskodik. www.larimarhotel.at

SZÜNIDEI önbizalom-építés

A Kockabirodalom – Építsd meg az álmaid! című interaktív kiállítás a világ első utazó tudományos építőkocka-kiállítása, amely fodorlatos történetekkel, izgalmas kísérletekkel és építőkocka-modellek építésével vezet be a tudomány, a technika, a művészet és a matematika világába. A fővárosi VAM Design programja szórakoztató és hasznos időtöltés is, hiszen fejleszt a koncentrációt, de a „meg tudom csinálni” érzést is erősíti a gyerekekben. www.kockakiallitas.hu



A boldogságtól sírni...

Vajon miért fakad valaki sírva a boldog pillanatokban, amikor könnyeket elvileg bánatunkban hullajtunk? A Yale Egyetem kutatása azt a jelenséget vizsgálta, amikor pozitív történetekre negatív érzelmekkel reagálunk.

Az eredmények azt mutatták, hogy az örömben síró emberek a negatív eseményekre általában mosolygással, ijesztő kacagással reagálnak. A kutatók szerint ezzel az ellentmondásos viselkedéssel csak a szélsőséges, intenzív érzelemlöketet kompenzálják annak érdekében, hogy mielőbb visszaálljon a lelki egyensúlyuk. Utóbbi pedig sokkal gyorsabban sikerül nekik, mint azoknak, akikre nem jellemzők az örömkönnnyek.

www.eskuvoidivat.net

www.azutazo.hu

www.turizmusonline.hu

www.elixironline.hu

www.hungariangolf.hu/cikk1

www.hungariangolf.hu/cikk2

www.hungariangolf.hu/cikk3

www.hungariangolf.hu/cikk4