

# FASTEN UND WOHLFÜHLEN IN LOIPERSDORF

Mehr Energie – weniger Gewicht.  
Basenfasten heißt das Zauberwort.

**D**er häufig von Stress und Hektik geprägte Lebensalltag macht die Menschen im wahrsten Sinne des Wortes „sauer“ und zwar auf allen Ebenen: körperlich, geistig, seelisch. Das bringt uns aus dem Gleichgewicht, beeinträchtigt das Wohlbefinden und fördert Erkrankungen. Genau hier setzt Basenfasten an: Bei der Basenfasten-Genusswoche im Hotel Loipersdorf Spa & Conference wird wieder richtig essen gelehrt – unterstützt mit Sport- oder Wellness-Modulen – oder ganz einfach mit Nichtstun und Relaxen. Weitere Informationen und Termine auf [www.vh-hotels.com/loipersdorf](http://www.vh-hotels.com/loipersdorf)



Foto: M. Fojaly/Eisenberger

## Basenfasten-Genusswoche ab € 799,-\*

### Termine:

1.-7. 2. 2015 mit Modul: Aktiv abnehmen  
29.3.-4.4. | 10.-16.5. | 14.-20.6.

### Inklusive:

- Sechs Übernachtungen
- biologische Basengenuss-Mahlzeiten morgens, mittags und abends
- Eine Tiefenentspannung in der Alpha-Liege
- Messung des metabolischen Alters vor und nach der Fastenwoche
- Kompetente und einfühlsame Fasten-Begleitung durch Heike Burzki, Diplom-Ernährungsberaterin und Fastentrainerin

- Informationen zu Entsäuerungs- und Entschlackungsmaßnahmen
  - Vorträge über den Säure-Basen-Haushalt, Darmgesundheit etc.
  - Bewegungsprogramm zur Anregung des Stoffwechsels
  - Ernährungsempfehlungen für die Tage danach und Tipps für den Alltag
  - Hauseigener Spa-Bereich auf 3.000 m<sup>2</sup> exklusiv für Hotelgäste
  - Optionales Aktivitätenprogramm: Nordic Walking, Rückentraining, Yoga, Progressive Muskelentspannung u. v. m.
- \* Preis pro Person im Doppelzimmer

## Info

**HOTEL LOIPERSDORF**  
SPA & CONFERENCE ★★★★★ STYLISH



**Hotel Loipersdorf Spa & Conference**  
Schaffelbadstraße 219, 8282 Loipersdorf  
Tel. +43 (0) 3382/20000  
[info@loipersdorfhotel.com](mailto:info@loipersdorfhotel.com)  
[www.loipersdorfhotel.com](http://www.loipersdorfhotel.com)

