

Dr. Feil Gesundheitswoche im DAS SIEBEN

Stoffwechsel aktivieren und abnehmen

Vom 10. bis 16. Juni 2018 veranstaltet DAS SIEBEN - 4* Superior Gesundheits-Resort, Hotel & SPA die erste Dr. Feil Gesundheitswoche. Ziel dieser Woche ist es, den Stoffwechsel effektiv zu aktivieren und ein paar überschüssige Kilos zu verlieren.

DAS SIEBEN / Bad Häring. Nahezu jeder zweite Erwachsene wünscht sich, ein paar Kilogramm Körpergewicht abzunehmen. Die Gründe dafür haben in erster Linie mit dem Wohlbefinden und der Gesundheit zu tun. Frauen und Männern ist es unter anderem sehr wichtig, sich attraktiv zu fühlen und gesund zu bleiben.

Dr. Wolfgang Feil, Biologe und Gründer der Dr. Feil Forschungsgruppe, hebt hervor, dass in der Aktivierung des Stoffwechsels sehr viel Potential steckt, um voller Energie, körperlich und geistig fit sowie schlank das Leben zu genießen.

„Zu 30 Prozent wird der Stoffwechsel von den Genen bestimmt, zu 70 Prozent ist er steuerbar. Während der ‚Dr. Feil Gesundheitswoche – Stoffwechsel aktivieren und abnehmen‘ lernen die Teilnehmer, wie sie ihren Stoffwechsel gezielt und nachhaltig aktivieren und die Fettverbrennung in ihrem Körper erhöhen können“, so Dr. Wolfgang Feil.

Im Rahmen der ‚Dr. Feil Gesundheitswoche – Stoffwechsel aktivieren und abnehmen‘ wenden die Gesundheitsexperten des 4* Superior Gesundheits-Resorts die Erkenntnisse der Dr. Feil Forschungsgruppe an.

Beste Ernährung, ausreichend Bewegung und positive Gedanken

Gemäß der Dr. Feil Ernährungspyramide setzt sich der Menüplan während der Dr. Feil Gesundheitswoche folgendermaßen zusammen: Gemüse, Beeren, frische Kräuter, Gewürze, hochwertige Eiweiße und aktivierende Fette sowie stoffwechselaktivierende Dr. Feil Produkte wie Eiweiß-Drinks, Ultra Pro Eiweiß-Riegel und Algengreen-Kapseln. Kohlenhydrate sind nur eingeschränkt erlaubt. Kompletzt verzichtet wird während der Dr. Feil Gesundheitswoche auf industriell verarbeitete Lebensmittel. Alkohol darf in Maßen getrunken werden; es gibt im DAS SIEBEN spezielle Dr. Feil Cocktails mit vielen frischen Kräutern und Gewürzen.

Christina Egerbacher, Ernährungsberaterin im DAS SIEBEN, vermittelt wertvolles Wissen für eine gesunde Ernährung während der Koch-Workshops.

Manfred Bleimfeldner, Sport-Coach im DAS SIEBEN, hat Cross-Kneipp entwickelt: eine effektive Trainings-Methode, die den Stoffwechsel ordentlich in Schwung bringt, die Ausdauer steigert und die Muskulatur stärkt. Erholen und entspannen sowie Bewegung an der frischen Luft gehören ebenfalls zum Tagesprogramm während der Dr. Feil Gesundheitswoche.

Gelassenheit genießen

DAS SIEBEN hält während der Dr. Feil Gesundheitswoche alles für die Teilnehmer bereit, was Körper, Geist und Seele guttut: exklusiver Komfort in den Zimmern und Suiten sowie beste Erholung im SPA-Bereich. Dort gibt es u. a. eine großzügige Badelandschaft mit ganzjährig beheiztem Außenschwimmbaden, Hallenbad und Whirlpool sowie eine Saunalandschaft mit Panorama-Saunen, Infrarotkabinen, Dampfbad und überdachtem Außenbereich.

Pressefotos

© Hannes Dabernig



DAS SIEBEN – 4* Superior Gesundheits-Resort, Hotel & SPA

© Dr. Feil Forschungsgruppe



Dr. Wolfgang Feil,
Biologe und Gründer der Dr. Feil Forschungsgruppe

Dr. Feil Gesundheitswoche – Stoffwechsel aktivieren & abnehmen

von 10. bis 16. Juni 2018

- 6 Übernachtungen inkl. Dr. Feil Vollpension (Frühstücksbuffet, Mittagessen unter anderem mit Level X Eiweiß-Drinks bzw. Ultra Pro Eiweiß-Riegel und fünfgängiges Wahlmenü am Abend)
- Algengreen-Kapseln
- 1x Dr. Feil Welcomedrink
- 1x Dr. Feil Farewelldrink
- 1x Vortrag mit Peter Munsonius von der Forschungsgruppe Dr. Feil sowie den SiebenMed-Gesundheitsexperten Christina Egerbacher und Manfred Bleimfeldner
- 6x Aktivierungstraining (Tabata und Cross-Kneipp)
- 6x Entspannungstraining (Active Chill)
- 2x Koch-Workshop
- 2x geführte Wanderung in die Natur

pro Person von € 1.210,- bis € 1.825,- zzgl. Ortstaxe

Kontakt

DAS SIEBEN – 4* Superior Gesundheits-Resort, Hotel & SPA

Kurstraße 14, 6323 Bad Häring

Telefon: +43 5332 20 800, kontakt@das-sieben.com, www.das-sieben.com