

Neue Angebote, um den Säure-Basenhaushalt wieder ins Gleichgewicht zu bringen und genussvoll abzunehmen im Bio- und Wellnesshotel Alpenblick Höchenschwand

Sauer nimmt nicht ab: Genuss-Kicks für weniger Kilos

„Abnehmen ohne Jojo-Effekt klappt nicht über hungern, sondern über die richtige, genussvolle Ernährung während einer Balance Sana Abnehmwoche – und wenn man den Körper zuvor mit der Acidosana Woche entsäuert, purzeln die Kilos danach umso leichter“: Renate und Ferdinand Thoma beschäftigen sich seit über 15 Jahren mit dem Schwerpunkt Säure-Basen-Balance und setzten diese Erkenntnisse in ihrem 4-Sterne Bio- und Wellnesshotel Alpenblick im Südschwarzwälder Höchenschwand um. Der Name des Hotel-Kleinods im höchstgelegenen (Luft-)Kurort Deutschlands rührt übrigens vom Traumpanorama auf die nahe Schweizer Alpenkette her. Der Alpenblick verbindet in jeder Hinsicht Tradition, Innovation und zeitgemäßen Lifestyle: Ans originale Schwarzwaldhaus von 1916 schließen sich heute ein top-modernes Design-Suitenhaus und eine große SPA-Oase mit Solepool an. Hier geht es um Wellness mit Wirkung, sinnvolle Prävention und selbst hergestellte Produkte für die Behandlungen, ergänzt durch zertifizierte Bio-Küche auf Gourmet-Niveau und nachhaltiges Umweltdenken. Die Acidosana® Balance Programme bringen den Körper nach spezifischer Austestung mit spezieller Kost und Signature-Massagen wieder ins Säure-Basen-Gleichgewicht. Dazu kommen Ernährung, Bewegung, Entspannung und positive Gedanken. Die genussvolle Abnehmwoche „Balance Sana“ mit eiweißreicher, kohlenhydratreduzierter Kost und dem neuen Detox-Geheimnis Turmalindom lässt dann die Kilos purzeln – ohne Jojo-Effekt. Bewegung beim Wellness-Aktiv-Programm im Naturpark Südschwarzwald inklusive.

Ins Haus mit der historischen Schwarzwaldstube, den vielen typischen Kuckucksuhren und den knarrenden Dielen, das den Charme von über 100 Jahren versprüht, kann man sich ebenso verlieben wie in den verglasten Neubau mit seinen großzügigen, stylischen Design-Suiten. So gibt es unterm tiefgezogenen Schwarzwald-Dach für jeden Geschmack etwas. Im zwischenliegenden Wellness-Bau mit dem lichtdurchflutete Alpenblick-SPA trifft man sich wieder: Im Edelstahl-Solepool spiegeln sich bunte LED-Lichtspiele, in duftenden Saunen wird gesundes Schwitzen zelebriert, der Salzraum macht Atmen zur Freude und im Wintergarten sowie in der warmen Atmosphäre des Ruheraums mit der weltgrößten Salzlampe lässt es sich herrlich entspannen.

Bewegung, Entspannung und positives Denken sind die Säulen, auf die sich das ganzheitliche Alpenblick-Wellnesskonzept aufbaut. In den SPA-Programmen finden sich ganz und gar nicht

alltägliche Inspirationen für einen gesünderen Lebensstil, die von der langjährigen Erfahrung der Wellness-Pioniere Renate und Ferdinand Thoma zeugen. Die Basis aller Programme ist eine Säure-Basen-Balance im Gleichgewicht. Im stressigen Alltag mit nicht immer gesunden Lebens- und Ernährungsgewohnheiten ist es genau das, was den meisten Menschen fehlt. Der Prefit Bodyscan dient in den Acidosana® Balance Programmen, die es ganz neu auch in der zeitsparenden Version z.B. der Kennenlertage gibt, als persönliche Säure-Messung, die etwa durch basisches Essen und wirkungsvolle Anwendungen optimiert werden kann. Eine große Rolle spielt hier neben Entsäuerungs-Bädern und Peelings zum Beispiel das Signature Treatment der entsäuernden Acidosana®-Massage, die als Selbstmassage auch später zuhause wertvolle Dienste leistet.

„Ist der Körper erst mal im Säure-Basen-Gleichgewicht, kann er auch abnehmen“, sagt Ferdinand Thoma. Dafür hat er die „Genussvolle Abnehmwoche Balance Sana“ entwickelt, die auf eiweißreiche und kohlenhydratreduzierte Menüs und Getränke fokussiert – tägliches Basenpulver inbegriffen. Zusätzlich zur Körperfettmessung erfährt man über die e-scan Messung Wissenswertes über den Stoffwechsel, etwa über die persönliche Fett- oder Zuckerverbrennung. Ein Detox-Geheimnis ist ebenso der neue Turmalindom mit Infrarot-Tiefenwärme, der zugleich den Stoffwechsel ankurbelt und unangenehme Abnehm/Entgiftungs-Beschwerden entgegenwirken kann.

Dass auch die Produkte für die Behandlungen aus der Eigenproduktion des Wellness- und Gesundheitsspezialisten Ferdinand Thoma stammen, rundet das Bild des Hauses ab. Sie duften nach den jungen Spitzen der verwendeten Schwarzwald-Fichten, nach Holunder- oder Kirschblüten, die im Morgentau von Hand geerntet und nach der Lese direkt verarbeitet werden.

Höchste Ansprüche an Bio-Küche mit täglich frisch angelieferten, und vorwiegend regionalen Bio-Lebensmitteln ganz ohne Fertigprodukte und Zusatzstoffe erfüllt nicht zuletzt die Alpenblick-Küche, die selbst Abnehmen zur Gaumenfreude macht. Mit Ausnahme der genussvollen Abnehmwoche mit ihrer eiweißlastigen Kost können auch Vegetarier und Veganer sowie Gäste mit Lebensmittel-Allergien im Alpenblick sämtliche Programme buchen.

Die Acidosana® Balance Kennenlertage (3 Übernachtungen) kosten ab 699 Euro, der Acidosana® Balance Entsäuerungstag 160 Euro (Einführungsangebot), die Genussvolle Abnehmwoche ab 1550 Euro pro Person (7 Übernachtungen).

Infos: Thoma Hotels & Wellness GmbH, Bio- und Wellnesshotel Alpenblick, St. Georg-Strasse 9, D-79862 Höchenschwand, Tel.: 00 49 (0) 7672 / 418-0, reservierung@alpenblick-hotel.de, www.alpenblick-hotel.de 4913 Anschläge