



PRESSEINFORMATION

MEDICAL WELLNESS – der Geheimitipp für ganzheitliche Fitness und Schönheit in den Gärten Friedrich Hölderlins

Bad Driburg. Auch wenn klassische Massagen die Seele streicheln: *Nur* Wellness war gestern! Nicht nur in den USA pilgern immer mehr Frauen – und Männer – anstatt zum Day Spa oder in die Beautyfarm in eines der neuen Medical Spas. In den Metropolen Nordamerikas hat sich bereits herumgesprochen: Wer im Alltag dauerhaft fit und schön bleiben (oder werden) möchte, sollte sich nicht nur um die oberflächliche Schönheit mit Facial und Bodypeeling kümmern, sondern die Aufmerksamkeit auf den gesamten Körper richten. Das heißt: gesunde Ernährung und körperliche Fitness. So bietet das 4*-Superior-Resort „Gräflicher Park Hotel & Spa“ in Bad Driburg, eines der schönsten und mit vielen Preisen ausgezeichneten Hotel-Anwesen (darunter: „Tatler Spa Guide 2009“, „Gala Spa Award“, „Spa Diamond 2012“), aus seiner historischen Kompetenz heraus ein außergewöhnliches Medical Wellness-Konzept an, das alle Ansprüche an ein ganzheitliches Spa-Programm mit einer tiefer gehenden Komponente im Bereich medizinischer Kompetenz erfüllt – und das Gäste aus aller Welt begeistert! Die eigenen Heilmittel Wasser und Moor sowie die Jahrhunderte alte Erfahrung in der Naturheilkunde und dem Vermitteln tiefer Entspannung spielen dabei die zentrale Rolle. Dabei ist das Konzept im F.X. Mayr-Zentrum im einzigartigen 64 Hektar großen Gräflichen Park angesiedelt. Zusätzlich werden Medical Wellness-Anwendungen wie medizinische Massagen, Yoga, Pilates oder Shiatsu im Therapiezentrum in den historischen Badehäusern angeboten.

Medical Wellness im Gräflichen Park

Das Therapiezentrum und das F.X. Mayr-Zentrum haben ein breit gefächertes Angebot, das sowohl die typischen Day-Spa-Anwendungen wie Gesichtsbehandlungen oder Körpermassagen anbietet, aber auch medizinische Treatments z.B. aus der Physiotherapie oder die Erstellung eines Diätplans. Der leitende Arzt im F.X. Mayr-Zentrum entwickelt mit dem Gast ein individuelles Gesundheitsprogramm, das auf die Wünsche und die Konstitution des Gastes optimal zugeschnitten ist. So ist das F.X. Mayr-Zentrum eine Symbiose zwischen einer medizinischen Praxis und einem klassischen Spa – unter der Leitung eines renommierten Arztes.



F.X. Mayr-Methode als Basis von Medical Wellness im „Gräflicher Park Hotel & Spa“

Fokus der gesundheitlichen Anwendungen im F.X. Mayr-Zentrum im Gräflichen Park ist die beliebte F.X.-Mayr-Methode (bekennende Anhänger sind u.a. Hape Kerkeling und Harald Schmidt sowie Roman Abramowitsch, russischer Milliardär und Besitzer des englischen Fußballclubs FC Chelsea). Der Gräfliche Park setzt dabei aber bewusst auf eine moderne Variante der klassischen Kur. Dr. Henk C. Hietkamp, Arzt für Naturheilverfahren und Leiter des F.X. Mayr-Zentrums im „Gräflicher Park Hotel & Spa“, erklärt: *„Der diätetische Aspekt wird heute viel lockerer als früher gesehen. Während man früher mehr den Faktor der Askese in der Mayr-Kur hervorhob, ist man in letzter Zeit immer mehr davon abgekommen. Der Zeitgeist ist ein anderer und mehr auf Wohlfühlen als auf Askese ausgelegt.“* Bei der angebotenen F.X. Mayr-Kur wird zwar weiter Diät gehalten, aber eben nicht mehr nur mit Brot und Milch, wie es ursprünglich vorgeschrieben war. Vor allem Beschwerden wie Übergewicht, Bluthochdruck, Burnout, Störungen der Verdauung oder des Hormonhaushaltes, allergische Hautprobleme, Cellulite, Diabetes, Alkohol- und Nikotingenuss wird mit der F.X. Mayr-Methode entgegengewirkt. Neben der Aktivierung der Selbstheilungskräfte und dem gesteigerten Wohlbefinden wirkt die Zeit im Gräflichen Park auch auf Haut, Haar und Nägel wie ein Schönheitsbooster – der Teint wird reiner, straffer und strahlender, was mit begleitenden Beauty-Behandlungen (z.B. von Clarins im GARTEN SPA) noch unterstützt werden kann.

Entscheidend für den Erfolg ist der Wohlfühlfaktor – also auch das Rahmenprogramm

Wichtig ist: Das Detox-Konzept basiert nicht nur auf einem cleveren Ernährungsplan – für die Entgiftung spielt das abgestimmte Fitness- und Entspannungsprogramm eine ebenso große Rolle. Hier bietet das deutschlandweit einzigartig schöne Anwesen „Gräflicher Park Hotel & Spa“ eine Vielfalt an Möglichkeiten: Trainieren auf dem 18-Loch-Golfplatz des Bad Driburger Golfclubs, Tennis auf Rasen und Asche, Nordic-Walking-Touren, Yoga, Wassergymnastik, Reiten, Radfahren, Ganzkörpertraining an der Kinesiswand, Personal Training, u.s.w. Die liebevoll gestalteten Zimmer des F.X. Mayr-Zentrums im 1793 erbauten Hölderlin-Haus liegen mitten in dem Park, in den der Dichter sich einst mit seiner Geliebten Susette Gontard für die „sechs glücklichsten Wochen meines Lebens“ (Hölderlin) zurückzog. Das 2007 renovierte und erweiterte Anwesen sorgt für eine gleichzeitig anregende wie entspannende Atmosphäre.



Der 64 Hektar große, wie in die Landschaft des Teutoburger Waldes gegossene Park und das kulturell hoch anspruchsvolle Rahmenprogramm mit Lesungen und Konzerten weltbekannter Künstler sind mehr als Urlaub – all dies ist vielmehr Inspiration, die bleibt, und die viele Stammgäste zum Wiederkommen verleitet. So steigert der Aufenthalt im F.X. Mayr-Zentrum die Lebensenergie – als Quelle von Gesundheit, Wohlbefinden und Kraft. Die Gäste verlieren also nicht nur Gewicht, sondern sie lernen behutsam und ohne jedes Dogma, sich von ungesunden Lebensgewohnheiten zu lösen und ein neues (Ess-) Bewusstsein zu verinnerlichen.

Das macht das F.X. Mayr-Zentrum im „Gräflicher Park Hotel & Spa“ so einzigartig

Unter anderem arbeitet das F.X. Mayr-Zentrum mit bewährten Wellness-Klassikern, die man in anderen Spas nicht mehr findet, obwohl sie hocheffektiv sind und den F.X.-Mayr-Effekt der Entsäuerung des Körpers noch beschleunigen. Zum einen sind dies die traditionellen Moorbäder und Kohlensäure-Mineralbäder, zum anderen die Wirkung der hauseigenen Heilwasserquellen. Annabelle Gräfin von Oeynhausen-Sierstorpff, die mit ihrem Mann das Spa-Resort betreibt, sagt: *„In unserem Park sind die Heil- und Mineralwasserquellen und das natürliche Moor als nachhaltiges Heilmittel naturgegeben, und sie werden seit mehr als 230 Jahren bewusst für therapeutische Zwecke eingesetzt. Anders als einige andere Hotels, die gerade versuchen, auf den Trend aufzuspringen und ein Medical Spa aus dem Boden zu stampfen, hat ein ganzheitliches Gesundheitskonzept bei uns eine sehr lange Tradition, die wir behutsam pflegen und ausbauen.“*

So lange sollte man das F.X. Mayr-Zentrum besuchen

„Mindestens eine Woche sollte man im „Gräflicher Park Hotel & Spa“ abtauchen“, rät Dr. Henk C. Hietkamp. So wird der neue Ernährungs- und Fitnessplan verinnerlicht. Er sollte dann daheim noch ein, zwei Wochen weitergeführt werden. Denn: „Bei naturheilkundlichen Verfahren ist seit langem bekannt, dass körperliche Reaktionen auf die Kur ihre Zeit brauchen.“



Für weitere Informationen zum F.X. Mayr-Zentrum, zur Methode nach F.X. Mayr, den Naturheilmitteln bzw. „Gräflicher Park Hotel & Spa“ wenden Sie sich bitte an:

Karen Walterscheid
Public Relations

Unternehmensgruppe
Graf von Oeynhausen-Sierstorpff GmbH & Co. KG Holding
Brunnenallee 1
33014 Bad Driburg

Telefon: +49 5253.95 25 13

Telefax: +49 5253.95 25 39

karen.walterscheid@ugos.de

www.ugos.de

www.graeflicher-park.de

www.bilster-berg.de