

Mehr vom Urlaub

Medical Wellness in Thailand



Heute nutzen immer mehr Menschen den Urlaub, um ihre Gesundheit und Fitness zu fördern und dem Hamsterrad aus Arbeit und Hektik zu entkommen. Sich selbst etwas Gutes tun, seine Ernährung umstellen, Neues ausprobieren, am Lebensstil feilen und dabei professionelle Unterstützung erhalten, das ist angesagt. Und zwar möglichst in schönster Umgebung. Thailand und insbesondere das Thanyapura Health & Sports Resort auf der Insel Phuket erfüllen diese Ansprüche mit gut ausgebildeten Fachkräften, einem breit gefächerten Gesundheits- und Sportangebot und einem sehr hohen Service-Niveau. Hier kümmern sich in einer eigenen medizinischen Abteilung 20 Fachkräfte ganzheitlich und individuell um Body, Mind and Soul. Im mehrfach ausgezeichneten Thanyapura Health & Sports Resort geht es um Bewegung, Entspannung,

Gesundheit und Ernährung. Einmalig in Asien ist die Kombination mit Detox-Paketen, Stress- und Burnout-Programmen, Gewichtsreduktion, Physiotherapie, Mind-Training, Yoga, Thai-Boxen, Bootcamps, Schwimmen, Biken, Triathlon und vielem mehr. Die professionellen Mitarbeiter aller Abteilungen motivieren den Gast mit maßgeschneiderten Anwendungen zu mehr Achtsamkeit und einem besseren Umgang mit dem eigenen Körper. „Optimise your life“ ist das Credo des Resorts. Übernachten: Mit Blick auf die tropische Pflanzenwelt des Khao Phra Tao National Parks stehen im Poolwing 77 und im Gardenwing 37 Zimmer und Suiten zur Verfügung. Für eine gesunde Ernährung sorgen zwei Restaurants mit regionaler Thai-Küche, internationalen Gerichten und einer ausgezeichneten veganen Kost und Rohkost in Buffetform.

