

## **Well Harmony med Aktive Gesundheitsvorsorge – sogar in den Ferien**

**Alte Naturheilkräfte neu entdecken. Die drei Harmony's Hotels in Bad Kleinkirchheim in Kärnten begeben sich auf die Spuren der alten europäischen Heillehre. In Zusammenarbeit mit einem Mediziner ist eine neue Urlaubsphilosophie entstanden, die auf den Elementen Erde, Feuer, Wasser und Luft basiert und ungeahnte Energiequellen aus der Natur nutzt.**

Die Harmony's Hotels sind echte Spezialisten, wenn es um Berg- und Wellnessurlaub, um Bewegung und Ernährung geht. Kein Wunder. Schließlich liegen sie in Bad Kleinkirchheim, inmitten der Kärntner Nockberge und an einer seit Jahrhunderten fließenden Thermalquelle. Aus dieser Spezialisierung entwickelten die Hotelbetreiber der 4-Sterne-Familienbetriebe, Kirchheimerhof, Kärntnerhof und Hotel Prägant, gemeinsam mit Dr. med. Wolfgang Hofmeister, Allgemeinmediziner und versierter Experte wenn es um elementare Heilkräfte geht, das Konzept für *Well Harmony med*. Das Ziel: Die Gäste entdecken die uralten Natur-Heilkräfte und erleben sie am eigenen Leib. Mit dem neuen, ganzheitlichen Gesundheitskonzept soll aber auch geheilt und die Gesundheit präventiv erhalten werden. Mit verschiedenen Wellness-Paketen werden die Anfälligkeiten für bestimmte Dispositionen verhindert und Selbstheilungskräfte aktiviert. Und natürlich trägt auch die Natur ihren Teil dazu bei: Allein der Anblick der Kärntner Landschaft und die Bewegung in den Bergen steigert das emotionale und körperliche Wohlbefinden der Gäste.

### **Ganz einfach und ungemein wohltuend**

„Nachhaltige Dinge müssen klar und verständlich sein“, sagt Hofmeister. Deshalb sind die neuen Harmony's-Praktiken beim Wandern, Sport und bei den Wellness-Anwendungen so einfach und nachvollziehbar. Die Wanderungen beispielsweise passen sich dem Lauf des Wassers an. Vom langsamen Gehen steigern wir das Tempo dann allmählich“, erklärt Hofmeister. „Und so wie die Quelle langsam zu fließen beginnt, starten unsere Bewegungseinheiten mit einer kurzen Meditation im Kopf.“ Zusammen mit dem Aktiv-Coach wird jede Bewegung in einem rhythmischen aber langsamen Tempo ausgeführt – eine echte Herausforderung in unserer schnelllebigen Zeit. Doch *Well Harmony med* hat sich der Nachhaltigkeit verschrieben und stellt das Hier und Jetzt mit vielen einzigartigen Einblicken in die intakte Natur der Nationalparkwelt Nockberge in den Mittelpunkt.

### **Bergkräuter und Zirben-Zimmer statt exotischer Praktiken**

Die Harmony's Hotels schöpfen auch in ihrem Interieur mit voller Kraft aus dem unvergleichlichen Naturparadies der Nockberge. Das Element Erde beispielsweise findet sich in den Themenzimmern „Granat-Edelstein“, die gut gegen seelische



Belastungen wirken, und „Zirbe“. Das uralte Zirbenholz beeinflusst die Schlafqualität nachhaltig positiv. Der Elemente-Garten neben den Hotels lädt zum Verweilen ein – ein optimaler Platz, um zu sich selbst zu finden. Mit dem Duft der seltenen Baldrianpflanze Speick, die nur in den Kärntner Nockbergen wächst, wird in den insgesamt 4.000 Quadratmeter großen Spa- und Wellnessbereichen der drei Hotels gearbeitet. In den Restaurants der drei Häuser werden einheimische Spezialitäten mit Produkten aus der eigenen Landwirtschaft serviert. Die schmackhafte und gesunde Vier-Elemente-Küche der Harmony's zeichnet sich vor allem durch schonende Zubereitung und frische Produkte aus der Region aus.

### **Zum Wohlfühlen und Gesundwerden**

*Well Harmony med* kann in drei Intensitäten gebucht werden. Die gesunden Basisleistungen wie Halbpension, Benutzung der Wellnessbereiche, das Elementebuch von Dr. Hofmeister, die Teilnahme am Aktivprogramm und vieles mehr sind bei jeder Buchung automatisch inkludiert ([www.harmonys.at/basisleistungen](http://www.harmonys.at/basisleistungen)). Die Specials – Wellnessprogramme abgestimmt auf bestimmte Dispositionen – können aber jederzeit dazu gebucht werden.

Im Paket *Well Harmony med Special* ist ein Beratungsgespräch mit einem Arzt enthalten. Auf der Basis der daraus gewonnenen Erkenntnisse erarbeitet dieser zusammen mit den SPA-Spezialisten ein medizinisch konsequentes Kurprogramm, das dem Gesundheitszustand und den Vorlieben des Gastes individuell angepasst wird.

Das Paket *Bewegte Natur und Seelenheil* wurde speziell entwickelt, um bei Problemen mit dem Bewegungsapparat sowie bei Burnout und Stress die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zur Steigerung der Vitalität und Lebensfreude beizutragen. Dieses Paket beinhaltet sieben Übernachtungen inklusive Halbpension und *Well Harmony med* Basisleistungen. Dabei ist außerdem ein Heubad in der Schwebeliege, eine Bein- und Fußbehandlung, eine Kräuterstempel Massage, eine Rücken Spezialbehandlung sowie ein Peeling, eine Packung und eine Massage.

Preis pro Person ab 765 Euro.

---

#### **Informationen für Gäste:**

HARMONY'S\*\*\*\* Bad Kleinkirchheim  
Kirchheimer Weg 6, A-9546 Bad Kleinkirchheim  
Tel: +43(0) 4240 8711 Fax: 8722  
[info@hhbkk.at](mailto:info@hhbkk.at) [www.harmonys.at](http://www.harmonys.at)

#### **Informationen für Medien:**

Nina Genböck, genböck pr + consult  
Ritterstraße 3, 10969 Berlin  
Tel. +49/30/22487701, Fax +49/30/22487703  
[genboeck@gprconsult.de](mailto:genboeck@gprconsult.de), [www.gprconsult.de](http://www.gprconsult.de)