

Presstext: Hotel Goldener Berg Spätherbst 2022:

Zeichen: 2.613 / Honorarfreier Abdruck / Fotos zum Download auf www.comma.info

Sich fallen lassen. Die pure Energie spüren. Zurück zur inneren Mitte finden. Der Herbst steht im Goldenen Berg ganz im Zeichen der nachhaltigen Gesundheit.

Alles Gold:

Mountain Selfcare in Lech am Arlberg

Herbst. Das ist für viele die schönste Zeit des Jahres. Während das Tal in dicken Nebel gehüllt wird, entfalten die goldenen Sonnenstrahlen am Berg ihre volle wärmende Wirkung. Jetzt ist der ideale Zeitpunkt, um sich selbst mal wieder etwas Gutes zu tun. Zum Beispiel im Hotel Goldener Berg. Denn hier ist eine echte Expertin zu Hause: Seit mehr als 25 Jahren beschäftigt sich Hotelierin Daniela Pfefferkorn mit dem bewussten Leben. Die Bewegung begeisterte sie – aufgewachsen im Luftkurort Lech am Arlberg – bereits als Kind, die gesunde Ernährung bekam sie bald von ihrer Mutter ans Herz gelegt. Im frühen Erwachsenenalter kam die Begeisterung für die Achtsamkeit, das bewusste Leben und schließlich die Energiearbeit dazu. Ein langjährig erarbeitetes Wissen, das sie heute mit den Gästen, Freunden und Besuchern des Goldenen Berges teilt.

Achtsam und gesund – jeder auf seine Art

Der tiefe Atemzug an der frischen Bergluft, die wohligen Asanas in herrlicher Stille, das achtsame Wandern über die bunt verfärbten Almwiesen. Das ist „Alpenbaden“ im Goldenen Berg. Es setzt endlos viele Endorphine frei, bringt den Geist zurück zum Wesentlichen und stärkt das Immunsystem. Obendrauf macht sich nach so einem Tag an der frischen Herbstluft ganz von selbst dieses einmalige Gefühl der Dankbarkeit breit. Natürlicherweise bilden diese Art der Bewegung und Bewusstheit die ersten beiden Säulen des Mountain-Selfcare-Programms. Doch wer nach außen hin strahlen möchte, muss bekanntlich auch seinem Inneren Zuwendung schenken. Im Goldenen Berg passiert das auf zweierlei Art: Um die gesunde Ernährung – sei sie basisch, ketogen, vegan, vegetarisch oder auch ganz klassisch



COMMUNICATION . PR . ONLINE . MARKETING

– kümmert sich der Küchenchef im Zuge seiner „plant based alpine cuisine“. Möchte man noch einen Schritt weitergehen, kommt man zum Basenfasten auf den Goldenen Energieberg. Dem Einklang von Körper und Geist nehmen sich schließlich großartige Therapeuten, Energiearbeiter, Coaches, Yogis und Selfcare-Betreuer an. Wie auch immer man das „gute Leben“ definiert: Sei es eine Yoga- und Meditationseinheit mit Blick in die Bergwelt und anschließendem veganem Dinner oder doch der Ausflug in die Bergwelt, unterstützt von einem E-Bike, festen Wanderschuhen oder dem Golfbag, um anschließend im Alpine Spa zu neuen Kräften zu kommen. Am Goldenen Energieberg findet jeder auf seine Weise und doch zuverlässig unterstützt zurück in die eigene Mitte.

Bis 2. 12. 2022 wohnen bis zu 2 Kinder bis 11 Jahre ab einer Buchung von drei Nächten gratis im Zimmer der Eltern (inklusive Frühstück und allen goldenen Inklusivleistungen), das Abendessen wird separat verrechnet.

Ab einer Buchung von 3 Übernachtungen wohnt auch der Hund gratis im Goldenen Berg.

Kontakt Daten Hotel:

Hotel Goldener Berg

Oberlech 117, A-6764 Lech am Arlberg

Tel. +43 (0) 5583/22050

happy@goldenerberg.at | www.goldenerberg.at

Pressekontakt:

Comma GmbH

Nicole Rathgeb-Höll

Liechtensteinklammstraße 50b, A-5600 St. Johann im Pongau

Tel.: +43 (0) 6412 20805 | Mobil: +43 (0) 664 142 05 55

office@comma.info | www.comma.info