



25 JAHRE AYURVEDA PARKSCHLÖSSCHEN AUFTAKT EINER NEUEN DEKADE

AYURVEDA FÜR HEUTE, FÜR JEDERMANN UND JEDERZEIT

Das seit 25 Jahren bestehende Gesundheitshotel Ayurveda Parkschlösschen, (seit 2017 in 2. Generation unter Leitung von Carina Preuß) hat sein Angebot erweitert, mit dem Ziel,

- **jedem Gast und Interessierten, auch über die Grenzen des Ayurveda Parkschlösschens hinaus, durch einen Onlinekurs hin zu eigenverantwortlicher und nachhaltiger Gesundheitspflege mit Ayurveda zu verhelfen**
- **durch eine, basierend auf der traditionellen Dauer der Ayurveda Kur, besonders intensive und lange Auszeit - ein ayurvedisches Sabbatical -, besonders tiefgreifend zu entgiften, mit der Chance eine ganzheitliche Lebensstiländerung zu erfahren und**
- **verstärkt als Ratgeber mit neuen Workshops, praktischen Tipps und Onlinetools in Lebensstilfragen zur Verfügung zu stehen.**

25 Jahre Ayurveda Parkschlösschen haben gezeigt, dass die meisten Gäste, die ins Haus kommen, ein Leben wider ihrer eigenen, inneren Natur führen, einen Lebensstil, der ihrer eigenen Gesundheit abträglich ist. Der Wunsch nach Hilfestellung, den optimalen, gesunden Lebensstil zu finden und beizubehalten findet sich in allen Verbrauchergruppen. Laut aktueller Statistik sind es nur 17,9 % der Frauen und 9,6 % der Männer in Deutschland, die rundum gesund leben.



(Quelle:)

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/163297/umfrage/gesunder-lebensstil-der-deutschen-nach-geschlecht/>)

Das über 3.000 Jahre alte Erfahrungswissen des Ayurveda und neueste wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass der eigene Lebensstil über Gesundheit oder Krankheit entscheidet.

Das Ayurveda Parkschlösschen öffnet daher seine Grenzen und bietet sein fundiertes Ayurveda Wissen auch außerhalb des Hauses mit dem **Mein Ayurveda Lifestyle Onlinekurs von Carina Alana Preuß** an. Auf moderne Weise und jederzeit abrufbar vermittelt der Onlinekurs das gelebte Wissen von Carina Alana Preuß, die mit dem Ayurveda aufwuchs und ihn bereits seit 7 Jahren in Vorträgen weitergibt. Er macht somit ayurvedisches Know How möglichst vielen Menschen zugänglich mit dem Ziel, die eigene, innere Natur zu erkennen, danach zu leben und möglichst lange gesund und vital zu bleiben.

Mit der neuen **Panchakarma Ultimativ**, dem ayurvedischen Sabbatical, erfolgt eine besonders tiefgreifende und ganzheitliche Entgiftung, verstärkt durch individuelle Lifestyle-Beratung, Einüben eines gesunden Lebensstils vor Ort und mentalem Detox. Die mit Vor- und Nachkur gut 130-tägige Entgiftungskur manifestiert einen gesunden Lebensstil mit Ayurveda.



Das Ayurveda Parkschlösschen versteht sich zudem verstärkt als Partner und Ratgeber in Lebensstilfragen. Mit dem neuen **Easy Ayurveda Cooking Guide**, einem weiteren Tool im Onlinebereich, kann sich jeder, basierend auf einem Geheimnis der ayurvedischen Küche ganz einfach, abwechslungsreich, gesund und lecker ernähren.

Kernkompetenzen des Ayurveda Parkschlösschens sind und bleiben **ayurvedische Detox-Kuren**, insbesondere die tiefgreifende Panchakarma-Kur. Authentisch, unter Anleitung erfahrener Ayurveda-Mediziner und immer individuell angepasst, bieten sie ganzheitliche Entgiftung mit Ayurveda.

Der heutige Stressindex, Umweltbelastungen und der persönliche Lebensstil machen stressreduzierende, präventive und regenerative Therapien immer wichtiger. Ayurveda im Parkschlösschen kann dem Einzelnen hier weiterhelfen. Die Wirksamkeit der durchgeführten Behandlungen und der Kurergebnisse einer Panchakarma-Kur im Ayurveda Parkschlösschen wurden aktuell durch die **neue Parkschlösschen Studie** „Der Einfluss einer ayurvedischen Panchakarma-Kur auf die Körper- und Stressregulation des menschlichen Organismus“ bestätigt. Neben dem subjektiven Patientenempfinden wurden die therapeutische Wirksamkeit für die Verbesserung des individuellen Gesundheitszustandes und der Leistungsfähigkeit sowie Stabilisierung der psychischen Situation bescheinigt.



Das Ayurveda Parkschlösschen steht auch in der neuen Dekade für Ayurveda auf höchstem Niveau, für einen Ort des Rückzugs, Menschen, die sich mit Hingabe, Leidenschaft und Professionalität um jeden Gast kümmern und für exklusives Wohlfühlambiente. Das Ayurveda Parkschlösschen soll weiterhin zu den weltweit besten Gesundheitsresorts gehören. Carina Preuß, die neue Geschäftsführerin, strebt an, auf Basis der Tradition des Ayurveda und des Hauses mit modernen Unternehmensstrategien auch in Zukunft „vorreiterische“ Akzente zu setzen. Sein stringentes, wirkungsvolles Ayurveda Detox-Konzept und Lifestyle Coaching sollen, auch über die Grenzen des Hauses hinaus, den Menschen helfen, voller Lebensenergie und Lebensfreude zu leben. Denn genau dies war von Anbeginn das Vorhaben, mit dem das Ayurveda Parkschlösschen vor 25 Jahren die Tore für seine Gäste öffnete.

Weitere Informationen erteilen Ihnen gerne:

Martina Trautner, Telefon +49-(0)6541-705-164, trautner@parkschloesschen.de

Christine Huesgen, Telefon +49-(0)6541-705-155, huesgen@parkschloesschen.de

Irina Fenov, Telefon +49-(0)6541-705-116, fenov@parkschloesschen.de

Abteilung Presse- und Öffentlichkeitsarbeit:

Ayurveda Parkschlösschen, Wildbadstraße 201, D-56841 Traben-Trarbach

www.ayurveda-parkschloesschen.de

www.ayurveda-parkschloesschenblog.de

www.mein-ayurveda-lifestyle.de