

PRESSE-INFO

Biohotel Schlossgut Oberambach

25. März 2020



Maximilian Schwabe/Schlossgut Oberambach, Oberbayern:

Basenfasten, aber richtig



Jedes Kind weiß, dass Obst und Gemüse gesund sind. Trotzdem fällt es oft schwer, sich an eine ausgewogene Ernährung zu halten – geschweige denn eine Kur wie Basenfasten durchzuziehen. Doch es lohnt sich: Neben der Entsäuerung und Entlastung des Körpers ist der Gewichtsverlust ein gern gesehener Nebeneffekt. Auch chronische Krankheiten wie Rheuma, Asthma, Herzerkrankungen, Bluthochdruck und Neurodermitis werden oftmals gelindert. Maximilian Schwabe,

Geschäftsführer im oberbayerischen Biohotel Schlossgut Oberambach, sagt: „Es hilft schon, wenn man eine Woche auf basenbildende Lebensmittel verzichtet und nur Obst, Gemüse, Kartoffeln und Kräuter zu sich nimmt.“ Eine Basenfasten-Kur unter professioneller Anleitung und mit der nötigen Muße, sich darauf einzulassen, macht natürlich vieles leichter. Möglich ist das zum Beispiel im Schlossgut Oberambach am Starnberger See. Abseits des Trubels und mit entsprechender Vollpension profitieren Teilnehmer zudem von einem passenden Rahmenprogramm sowie mehreren Einzel- und Gruppengesprächen. www.schlossgut.de/basenfasten

Foto (download): Eine Woche Basenfasten entlastet den Körper, auch in den eigenen vier Wänden. Unter professioneller Anleitung im Schlossgut Oberambach am Starnberger See ist die Gesundheitskur besonders effektiv. Bildnachweis: Biohotel Schlossgut Oberambach/Robert Kittel

Weitere Auskünfte

Biohotel Schlossgut Oberambach Oberambach 1

D-82541 Münsing Fon +49 8177 9323 info@schlossgut.de www.schlossgut.de

Über das Schlossgut Oberambach. Das Biohotel ist ein Kraftort im Alpenvorland mit ganzheitlich nachhaltigem Konzept. In dem herrschaftlichen Landsitz samt Schlossgarten können Hochzeiten mit bis zu 140 Gästen gefeiert werden, zudem bietet das Hotel vor den Toren Münchens Green-Meeting- und Seminarmöglichkeiten. Die 40 individuell eingerichteten Zimmer und Suiten sind elektrosmogfrei und allergikerfreundlich. Mit dem Motto „Farm to Table“ zollt man sowohl den verarbeiteten Produkten als auch den örtlichen Zulieferern Respekt. Das eigene Gemüsefeld entspricht den Bestimmungen von Demeter e.V. Die Philosophie der Hoteliers, im Einklang mit der Natur zu leben, ist allgegenwärtig, zertifiziert durch das Label „BIO HOTELS“ und als Partner von Bioland.

Pressekontakt

Bettina Beck

+49 8807 21490-20

bettina.beck@hermann-meier.de

Gregor Staltmaier

+49 8807 21490-16

gregor.staltmaier@hermann-meier.de

Angelika Hermann-Meier PR

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

info@hermann-meier.de

www.hermann-meier.de