

Wellness im „Seehotel Dreiklang“: in einer Woche ein neuer Mensch!

Der große Stoffwechsel-Check: Gegen Übergewicht, Magenprobleme, Stress und vieles mehr

In diesem Sommer wollen Sie endlich abnehmen! Der Bauch soll weg, die Cellulite, und auch die ewigen Rückenprobleme sind Sie leid? Nehmen Sie Ihren Mann an die Hand und gönnen Sie sich beiden eine Woche Generalüberholung am Plöner See im Seehotel Dreiklang – eine Wellness-Kur mit süßen Verwöhn-Momenten.



Meist hakt's ja nicht nur an einer Stelle, sondern an mehreren: Die Verdauung stimmt vielleicht nicht, man hat Magendruck, Nackenverspannungen, Rückenschmerzen. Dazu kommt Stress, und ein paar Kilos zuviel haben wir auch drauf. Kurz gesagt: Sie haben das Gefühl, Sie brauchen eine Generalüberholung. Aber wer hat schon die Zeit, wochenlang zu fasten, ist diszipliniert genug, monatelang Fitness zu betreiben? Eine kurze Rundum-Wellness-Kur, die unter die Haut geht, echte Ergebnisse zeigt und außerdem noch Spaß macht – das wär's. Doch wo gibt es so was?

Wir haben den Ort gefunden:

Im Seehotel Dreiklang direkt am Plöner See, persönlich geleitet vom renommierten Hamburger Heilpraktiker Dieter Heymann, verbinden sich Urlaubsstimmung und Gesundheitsvorsorge. Die norddeutsche Wohlfühl-Oase, nur zwanzig Minuten entfernt

von den Stränden der Ostsee, mitten in der anmutigen Seen- und Hügellandschaft der Holsteinischen Schweiz, besticht mit großzügigen Appartements, einem tollen Spa mit Innenpool, einem Riesengarten direkt am See, Bootsanlegestelle, Feinschmecker-Restaurant und -medizinisch kontrollierten, auf Sie persönlich abgestimmten Wellness-Programmen.

„Zufriedene Menschen sind im Einklang, besonders zufriedene im Dreiklang“ – ist das Motto des ungewöhnlichen Seehotels. Was ist das Besondere an Ihrem Hotel, fragten wir den 47jährigen, fast noch jungenhaft wirkenden Besitzer Dieter Heymann: „Die Ruhe, der Blick auf den See, unser Rundumprogramm aus Entgiftung, Entschlackung, Ernährung und Bewegung – das macht gesund und schön“, erklärt er.

Wir haben's ausprobiert – und, um es gleich vorweg zu nehmen: Dieter Heymann hat nicht zu viel versprochen.

Das Besondere am Seehotel Dreiklang ist nicht nur sein moderner Landhaus-Charme, sondern die außergewöhnliche Symbiose aus Medizin, Wellness und Ferienambiente. Der Gast profitiert davon, dass der Hotelbesitzer Heilpraktiker und stellt mit ihm sein individuelles Wellness-Programm zusammen.

Wir haben die Wahl und können beliebig kombinieren: Fastenkur, Säure-Basen-Programm, großer Stoffwechsel-Check nach der neuen „aktiv&gesund“-Methode (siehe Kasten), oder ganz einfach Schönheitspflege – Sauna, Dampfbad, Anti-Cellulite-Wraps, Honigsalz-peelings und vieles mehr. „Ideal für Paare“, sagt ein Ehepaar aus Dortmund, das wir während unseres Aufenthaltes kennen lernen. „Während meine Frau sich mit einer Schönheitsmaske verwöhnen lässt, mache ich ein Power-Walking um den See“, erzählt der zufriedene Stammgast Werner Düving aus dem nahen Hamburg. Und Familie Kremer aus Düsseldorf, die mit zwei Hunden und zwei Kindern eines der großzügigen Garten-Appartements bewohnt, ist auch glücklich: „Die Kinder paddeln, wir gehen gleich in die Sauna, jeder findet hier seine Beschäftigung.“

Die verschiedenen, medizinischen Wellness-Anwendungen im Dreiklang bieten für viele Probleme genau die richtige Lösung:

- Bei der Säure-Basen-Kur nach Jentschura schmelzen die Pfunde fast von alleine. Es geht darum, den Körper zu entsäuern, von Schlacken und Fett-pölsterchen zu befreien. Dies geschieht durch Massagen, Wickel, Bäder, mit



basischen Getränken und Suppen und – wenn man will – mit einer Fastenkur. Die Basen-Tees mit einer ganz bestimmten Kräutermischung und basische Speisen haben einen pH-Wert über 7 und bauen Säuren ab, die sich durch Fast-Food und Stress im Körper gebildet haben. (Jentschura-Kur, 3 Tage, ab ca. 450 Euro)

- Beim Stoffwechselcheck werden Blutwerte analysiert und danach wird ein persönliches Ernährungskonzept zusammen gestellt (siehe Kasten). Dies ist eine neue, verblüffend erfolgreiche Methode gegen Übergewicht und viele chronische körperliche und seelische Beschwerden von Antriebslosigkeit, über Nervosität bis hin zu Magenproblemen und vielem anderen mehr. (ca. 300 Euro inklusive Unter-

suchung, Blutwertbestimmung, eingehendem Diagnose-Gespräch und schriftlichem Ernährungsprofil)

- Beim Schönheits- und Wellnessprogramm werden Beauty-Anwendungen und Bewegung kombiniert. Schimmen, saunen, paddeln auf dem Plöner See, geführte Walking-Touren mit Dieter Heymann. Zur Entspannung verwöhnen uns im Beauty-Paradies „Sauna am See“ geschulte Kosmetikerinnen mit soften Facelifts mit La Mer-Produkten, Ayurveda-Behandlungen, Thalasso-Kuren, Cleopatra-Bad, Ganzkörperpeeling und vielem mehr. („Ein Tag für mich“ mit Massagen, Peelings, Gesichtsbildung z.B. ab 119 Euro; „Wellness zu Zweit“ ab 199 Euro p.P.)



- An heilpraktischen Anwendungen bietet das Dreiklang Hotel u.a. Akupunktur, Magnetfeldtherapie, Raucherentwöhnung, Gesichtsfaltenunterspritzung, Power-Vitamininfusionen, Intensiv-Sauerstoff-Anreicherung fürs Blut. Außerdem die Fastenkur nach F.X.Mayr.

Und auch wenn's mal regnet, wird's im Dreiklang nicht langweilig. In der gemütlichen Sauna und dem edlen Innenpool im 400-qm-Spabereich können wir den ganzen Hefte lesen, relaxen und jeden Stress vergessen.

INFO: Seehotel Dreiklang, Plöner Chaussee 21, 24326 Ascheberg, Tel. 04526 – 33900. www.seehotel-dreiklang.de. Apartments im eleganten Country-Stil, mit oder ohne Hotel-service, 38 - 108qm, 1, 2 und 3-Zimmer, alle mit Küchenzeile, Sat-TV, Terrasse oder Balkon, von 89 bis 179 Euro pro Appartement/Tag, Kinder sind willkommen.

Andrea Tapper

Der große Stoffwechselcheck

TOP-Magazin: Was versteht man unter einem Stoffwechselcheck?

Dieter Heymann (47), Heilpraktiker und Leiter des Wellness-Seehotels Dreiklang am Plöner See: Es geht um Fragen wie: Warum nehme ich nicht ab? Warum fühle ich so ausgelaugt? Woher stammen meine ständigen Bauchschmerzen? Viele Frauen und Männer plagen sich mit solchen oder ähnlichen Problemen. Ein neuartiger Stoffwechsel-Check, den wir im Hotel Dreiklang durchführen, gibt Klarheit. Per Bluttest werden 80 Parameter untersucht, von Cholesterinwerten über den Eisengehalt bis zu Schilddrüsenhormonen, Allergieneigung und Leberwerten. Die Prozedur ist einfach und schmerzlos: Wir nehmen ein wenig Blut ab, und schon am Abend oder am nächsten Tag erhält der Gast seine komplette Blutwerte-Diagnose. Auch mentale Zustände – Stress, Depressionen, cholerische Neigungen und vieles mehr – lassen sich durch Blutparameter bestimmen. Diese Allround-Diagnose ist für Gäste eine spannende Sache.

Von den Blutwerten ausgehend wird dann ein persönliches Ernährungsprogramm erstellt. Denn bestimmte Lebensmittel müssen bei bestimmten Krankheiten oder Problemen einfach gemieden werden, weil sie zum Beispiel den Insulinspiegel hochtreiben, zu wenig Eisen geben oder ähnliches. Eine ausgewogene Ernährung bringt die Hormone auf ein natürliches Optimum.

Das neuartige „gesund&aktiv Stoffwechselprogramm“ wurde aufgrund von tausenden von Patienten-Daten entwickelt, und immer mehr Heilpraktiker und Ärzte in Deutschland führen es durch. Das Stoffwechselprogramm ist der Schlüssel für eine lebenslange stabile Gesundheit.

INFO:

Spezialist Dieter Heymann führt den Stoffwechselcheck in seinem Seehotel Dreiklang am Plöner See durch
Tel. 04526 – 33900.
Mehr Infos:
www.gesund-aktiv.com

*Portrait Hr.
Heymann*

*noch nicht
vorhanden!*