Weltweit, **Auszeit - Wellbeing** | Body, Mind & Soul

SHA Wellness Klinik

Yoga, Wellness, Fitness, Detox

Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 12.05.2024 07:27:04

Reiseübersicht

SHA Spain liegt unmittelbar am Mittelmeer, integriert in ein Landschafts- und Meeresschutzgebiet; es ist eine der privilegiertesten Gegenden Europas mit besonders vorteilhaftem Klima und 330 Sonnentagen im Jahr. Grosszügige Räume zum Abschalten, Gärten, die das Gebäude mit der Natur verschmelzen, und ein ausgeprägter mediterraner Stil machen die Clinic zu einem luxuriösen Ort der Erholung und Entspannung. Medizinische Innovation, Naturtherapien, Gesunde Ernährung. Das ist das Leitbild der Sha Wellness Clinic. Makrobiotische Ernährung lautet der Grundsatz, nach welchem Klinikgründer Don Alfredo Bataller Parietti lebt. Kein Wunder, er hat so seinen Magentumor besiegt. Er entwickelte die Sha-Methode, eine harmonische Kombination aus Makrobiotik und heilend wirkenden natürlichen Anwendungen wie Shiatsu, Reiki oder Physiotherapie. Ernährung und Behandlungen werden für jeden Gast – abhängig von seinem Gesundheitszustand – individuell zusammengestellt.

Reiseprogramm - Tage

Einleitung

Wohnen

Kulinarik

SPA

Aktivitäten

Anreise

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 12.05.2024 07:27:04

Detailprogramm

Einleitung

Die exklusive SHA Wellness Clinic ist ein luxuriöses Klinikhotel, das oberhalb des malerischen Küstenorts El Albir an der Costa Blanca in Spanien liegt. In unmittelbarer Nähe finden Sie das charmante Städtchen Villa de Altea und den beeindruckenden Naturpark Sierra Helada. Dieses Gebiet wird von der WHO als eines der weltweit besten Klimazonen eingestuft, da es das ganze Jahr über milde und angenehme Temperaturen bietet.

Die SHA Wellness Clinic zeichnet sich als das weltweit erste makrobiotische Gesundheitsresort aus. Neben einer umfangreichen Auswahl an Wellness-Angeboten bietet sie ein medizinisches Anti-Aging-Programm als Teil der SHA-Methode. Dieses Refugium ist ein Paradies für Gesundheit und Wohlbefinden und wurde bereits mehrfach ausgezeichnet, darunter 2012 als "Most Excellent European Destination Spa" von Condé Nast.

Wohnen

Die Unterkunft verfügt über insgesamt 93 Suiten in einem modernen Komplex, der von renommierten Architekten und Designern gestaltet wurde. Die Zimmer sind minimalistisch in den Farben Schwarz und Weiss gehalten, bieten offene und lichtdurchflutete Räume sowie modernen Komfort mit neuester Technologie.

Kulinarik

Im Restaurant Shamadi mit Blick auf die Bucht von Altea werden Gourmetgerichte aus gesunden, regionalen und biologisch angebauten Zutaten serviert. Die makrobiotische Ernährung betont fettarme und ballaststoffreiche Lebensmittel, vollwertiges Getreide und Gemüse, während auf Fleisch, tierische Fette, Milchprodukte, Eier, künstliche Süssungsmittel und chemische Zusatzstoffe verzichtet wird. Die Teestube verwöhnt die Gäste mit köstlich frisch aufgebrühtem Tee.

SPA

Der Spa-Bereich erstreckt sich über mehr als 4000 m² und bietet 16 Behandlungskabinen sowie eine Suite für Paare. Hier können Sie eine Vielzahl von Entspannungsbehandlungen wie Akupunktur, Yoga, Reiki, Shiatsu, Tai Chi, Watsu, Massagen und physiotherapeutische Anwendungen geniessen. Ein Aqua Lab mit Therapie-Pools, eine Sauerstofftankstelle, Sauna, Sensation-Dusche und Salzwasser-Floatingpool stehen ebenfalls zur Verfügung. Ein Haar-Styling-Salon, Pediküre- und Podologie-Salons sowie eine Teestube mit orientalischer Fitotherapie runden das Wellness-Angebot ab.

Aktivitäten

Für Aktivurlauber bietet die SHA Wellness Clinic gut ausgestattete Fitnessräume, einen beleuchteten Paddel-Tennis-Platz und Putting Greens für Golfbegeisterte. In der Umgebung können Sie Tauchen, Jetski fahren, geführte Fahrradtouren unternehmen, Katamaranfahrten geniessen, bei Sonnenuntergang auf dem malerischen Stausee von Guadalest kreuzen und Küsten-Hubschraubertouren unternehmen.

Anreise

Der Flughafen Alicante ist etwa eine Stunde entfernt, während Valencia und Alicante Stadt mit dem Auto in etwa 1,5 bzw. 40 Minuten erreichbar sind. Innerhalb von 5 km erreichen Sie die Strände Playa del Albir, Bodega Enrique Mendoza, Albir Marina und Strand La Roda.

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 12.05.2024 07:27:04

Termine & Preise

Privatreise

- Datum frei wählbar Auf Anfrage

Referenz-Weblink:
https://www.indien.ch/de/reise/sha-wellness-klinik

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 12.05.2024 07:27:04