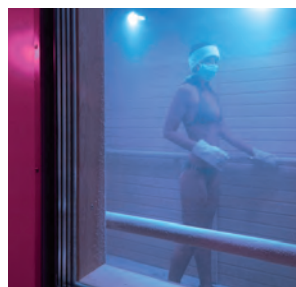


Gesunde Kälte im AlpenMedHotel Lamm

Das AlpenMedHotel Lamm im idyllischen Seefeld in Tirol bietet seinen Gästen Sommer wie Winter einen exklusiven (Kurz-)Urlaub für Körper und Seele. Das moderne, aber gemütliche Interieur schafft ein edles Ambiente in den insgesamt 71 Zimmern und Suiten des Hotels. Im Vordergrund stehen jedoch nicht nur Wohlgefühl und Erholung, sondern auch die Gesundheit des Gastes. So bietet das AlpenMedHotel Lamm speziell Gästen mit gesundheitlichen Problemen ein ganzheitliches Gesundheitskonzept, das auf der Kombination klassischer Medizin und alternativer Heilmethoden basiert. Sie bilden die Grundlage für individuell abgestimmte Anwendungen.

Schon vor rund 2500 Jahren pries Hippokrates die heilende Wirkung von Kälte. Inzwischen ist die Ganzkörper-Cryotherapie wissenschaftlich anerkannt und wird zur Behandlung verschiedenster Erkrankungen eingesetzt, so z. B. bei Hauterkrankungen wie Neurodermitis, zur Schmerzlinderung bei chronischen und degenerativen Gelenks- und Wirbelsäulenerkrankungen, aber auch zur Rehabilitation nach orthopädischen Operationen, bei Asthma, Muskelverspannungen und Muskelverhärtungen, bei einem Burn-out-Syndrom und zur allgemeinen Leistungssteigerung. Damit sich der Körper auf die Kälte einstellt, werden bei der Ganzkörper-Cryotherapie nacheinander drei verschiedene Kältekammern durchschritten: Man dreht jeweils

zwei bis drei Runden bei $-15\text{ }^{\circ}\text{C}$ und $-60\text{ }^{\circ}\text{C}$. In der Kältekammer mit $-110\text{ }^{\circ}\text{C}$ sollte man bis zu drei Minuten verbringen, damit die Kälte wirken kann. Ein Therapeut überwacht die Behandlung, die jederzeit beendet werden kann, über eine Kamera von außen.



Die Kältetherapie ist aber nur eine von vielen weiteren ärztlich betreuten Behandlungen, die das AlpenMedHotel Lamm unter dem Begriff

»Medical Wellness« anbietet. Hinzu kommen Check-up-Angebote, zu denen u. a. eine Laboruntersuchung, Bioimpedanzmessung und physiotherapeutische Funktionsanalyse gehören.

Breit gefächertes Wellnessangebot

Ein abwechslungsreiches Verwöhnprogramm der exklusiven Art erwartet den Gast bei den Wellnessbehandlungen im Spa- und Beautybereich, der insgesamt sieben Behandlungsräume umfasst. Zu den Highlights zählt das neue Hallenbad, das sich in zwei Bereiche unterteilt. Ein Flügel ist mit einer Gegenstromanlage versehen und wird zum Bahnschwimmen genutzt, während der zweite Flügel mit einer Sprudelliege, einer Sprudelbank, einem Wildwasserkanal mit Sprudeltassen und Massagedüsen lockt. Ob entspannende Massagen in angenehmer Atmosphäre, wohltuende Körperbehandlungen oder pflegende Anwendungen im Beautybereich – das AlpenMedHotel garantiert besondere Wohlfühlmomente, beste Voraussetzungen für eine gute Gesundheit und Erholung pur. Abgerundet wird der Aufenthalt auf Vier-Sterne-Niveau durch schmackhafte Menüs des hoteleigenen Restaurants, die bewusstes, genussvolles Essen verheißen.

topfit GEWINNSPIEL

3 Nächte im ****-AlpenMedHotel Lamm

Das AlpenMedHotel Lamm bietet seinen Gästen ein abwechslungsreiches und vielfältiges Erholungsprogramm. Zudem erwartet die Gäste in der Gesundheitswelt eine Vielzahl medizinisch-therapeutischer Anwendungen. Ein spezielles Gesundheitsangebot ist die Kältekammer, von der vor allem Neurodermitiker profitieren.

Lassen Sie sich verwöhnen und behandeln mit

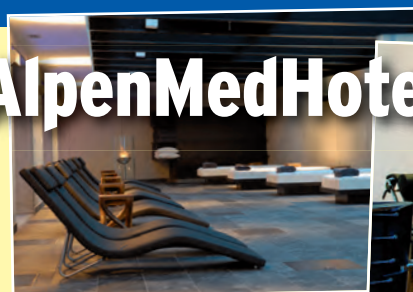
- ▶ 3 Übernachtungen für 2 Personen im Superior Doppelzimmer
- ▶ Frühstücksbuffet mit Bio-Vitalecke
- ▶ 4-gängiges Abendmenü mit Wahlmöglichkeiten
- ▶ freie Benützung des AlpenMedSpa

sowie

- ▶ je 7 Cryotherapien in der Kältekammer
- ▶ je 1 kurzer ärztlicher Check-up (wegen möglicher Kontraindikationen)
- ▶ je 1 Atemtraining (25 Min.)
- ▶ je 1 Oliven-Lavendel-Bad
- ▶ je 1 Ziegenbuttercreme-Packung (nach Anfrage und Verfügbarkeit)

KONTAKT UND WEITERE INFOS:

AlpenMed Hotel Lamm · Dorfplatz 28 · A-6100 Seefeld i. T. · Tel.: +43 (0) 5212/2464
E-Mail: lamm@alpenmedhotel.com www.alpenmedhotel.com



Teilnahme am Gewinnspiel nur mit diesem Coupon möglich.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon, Fax

So geht's: Ausreichend frankierte Postkarte oder Brief an Letter Content Media, Sebastian-Bauer-Straße 20c, D-81737 München schicken. Stichwort: Gewinnspiel
Einsendeschluss: 30. 08. 2010 (Datum des Poststempels). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.