

Das stylische MentalSpa-Resort Fritsch am Berg mit Weitblick oberhalb von Bregenz kümmert sich um ein neues, leichteres Paar-Verständnis

Paarwellness neu gedacht: Die Liebe stärken mit neu entwickelten Mental-Tools

*Wie spannend ist das denn? In der Paarwanne liegen und anschließend massiert werden – so sehen viele Paarwellness-Angebote aus. Ein MentalSpa Hotel müsse da noch mehr bieten, findet Diana Sicher-Fritsch vom ****MentalSpa-Resort Fritsch am Berg, hoch drüber überm Bodensee in Panorama-Lage. Die mehrfach ausgezeichnete Leiterin des SPA wie des mentalen Gesundheitszentrums, die zugleich Unternehmensberaterin und Dipl. Mental Coach ist, meint: „Im Paar-Urlaub kann man bewusst Zeit miteinander verbringen und Anregungen bekommen, was man mit einander und füreinander tun kann, um gemeinsam Leichtigkeit zu zweit zu spüren“. Ergo: Hier geht es um mehr als Paarwellness. Nämlich darum, sich mit einander intensiver zu beschäftigen als im Alltag, in dem dafür oft keine Zeit bleibt. Mehr Achtsamkeit, mehr Verständnis und intensivere Gespräche mit dem Partner: Neue, eigens ausgearbeitete mentale Tools helfen hier, die Liebe aktiv zu stärken. Und der Rahmen stimmt auch – mit gemeinsamen Unternehmungen, kitschig-schönen Sonnenuntergängen oder dem Sekt unterm Sternenhimmel. Das Fritsch-Peeling gibt's zudem aufs Zimmer, um sich gegenseitig zu entdecken und zu verwöhnen. Paarwellness (endlich) mal ganz anders: ein typisch „fritisches“ Erlebnis!*

Wer im Mental Spa-Resort Fritsch am Berg Urlaub macht, weiß, dass er von hier stets nicht nur Erholung mitnimmt, sondern ebenso Tipps für ein leichteres Leben. Kein Ort eignet sich dafür besser als dieser einmalige Logenplatz am Rücken des Bregenzer Hausbergs Pfänder, der Weitblick über den Bodensee und hinein in die Schweizer Berge garantiert. Hier oben – umgeben von styliker Architektur, natürlichem Holz und riesigen Panorama-Glasflächen – ist der Blick offener, der Geist weiter und der Körper darf sich freuen. Denn moderne Ansprüche an Naturkosmetik im Spa und regionale wie bio-zertifizierte Kulinarik sind selbstverständlich im familiengeführten Fritsch am Berg mit seinen 34 Zimmern und Suiten.

Neue Mental-Tools – lassen Paare (wieder) zusammenwachsen

„Paare brauchen Zeit mit- und füreinander, weg vom Alltag und ihren Verpflichtungen“, sagt Diana Sicher-Fritsch. Der Kern der neuen Paar-Programme liegt dabei in eigenen entwickelten Tools des mentalen Gesundheitszentrums. Wie etwa einem Kommunikations-Test: Hier gilt es, anhand von Fragen zum individuellen Kommunikationstyp, der Selbst- und Fremdwahrnehmung spielerisch herauszufinden, was man in der Kommunikation schon immer richtig gemacht hat

oder was man verändern könnte. Denn nicht selten kann es sich anfühlen, als würden beide Partner zwei verschiedene Sprachen sprechen - Diana Sicher-Fritschs Kommunikations-Modell kann hier wertvolle Dienste als „Übersetzungsprogramm“ leisten. Ein weiteres der neuen Mental-Tools für Paare widmet sich „Fragen der Liebe“, die gegenseitig zu beantworten sind – in intensiven Gesprächen, bei denen man anderes als Alltägliches über einander erfährt. Das lässt Paare wieder näher zusammenwachsen. Denn die erlebte Nähe in dieser Zeit, in der man sich voll und ganz auf den anderen einlässt und gleichzeitig von sich etwas preisgibt, führt zu Vertrauen und Tiefe in der Beziehung.

Gemeinsame Erlebnis-Momente stärken die Beziehung

Sich gegenseitig (neu) entdecken – auch das dürfen Paare im Fritsch am Berg. Gemeinsamer Sauna-Genuss und Treatments in Ehren: Besonders schön aber ist es, bei einem gegenseitigen Fritsch-Peeling (auf dem Zimmer) einander zu erspüren, achtsam mit sich selbst und dem anderen zu sein. Erlebnis-Momente schafft zudem der gepackte Rucksack mit allen Utensilien für ein gemeinsames Picknick im Grünen, Wandervorschlag und Decke inklusive. „Gemeinsame Zeit schafft gemeinsame Erinnerungen, die die Beziehung stärken“, bekräftigt Diana Sicher-Fritsch. Und rät nicht zuletzt zum Erkunden umliegender Städte wie der Lindauer Insel, Bregenz oder Dornbirn mit Ihren Kunst-, Kultur- und Shoppinghighlights. Für den Rest sorgen die Natur, die exponierte Lage und ein klein wenig das Fritsch selbst: mit der duftenden Blumenwiese vor dem Haus, bei Sonnenuntergängen zum gemeinsamen Staunen oder unterm funkelnden Sternenhimmel, gekrönt durch zwei Gläser prickelnden Sekts zur Feier dieses romantischen Moments.

Dabei heißt Paar-Urlaub im Fritsch am Berg nicht, grundsätzlich alles nur zu zweit zu machen: Weil für eine glückliche Partnerschaft auch Rückzugsmöglichkeiten wichtig sind, findet jeder in der Bibliothek oder im Spa, auf der Sonnen-Terrasse oder im Wald bei Bedarf Raum und Zeit für sich selbst. Die mentalen Paar Tools werden übrigens stets individuell eingesetzt und auf die Wünsche und Bedürfnisse der Paare abgestimmt.

Informationen: 4 Sterne MentalSpa Resort Fritsch am Berg, Buchenberg 10, A-6911 Lochau (Bregenz) am Bodensee, Tel: +43 5574 43029, www.fritschamberg.at

4772 Zeichen

Text- & Bilder-Download unter www.pressegroup.com (Veröffentlichung gegen Belegexemplar)



Pressebetreuung: Barbara Angerer-Winterstetter, pressegroup.com Winterstetter PR GmbH, D-80333 München, Löwengrube 10, Büro: D-86316 Friedberg, Ludwigstr. 9, Tel +49/89/418 518-91, dialog@pressegroup.com