



la pura, das europaweit einzige Gesundheits- und Wohlfühlresort nur für die Frau, in Gars am Kamp bei Wien mit einem Sommerprogramm speziell für Frauen

## Was Frauen interessiert: Sommer „women only“ mit Kursen und Kultur

*Wo findet die allein reisende Frau Gleichgesinnte? Und wohin, wenn frau einfach mal eine kurze Auszeit braucht von der Männerwelt, gerne auch mit der besten Freundin? la pura, das europaweit einzigartige Gesundheits- und Wellnessresort nur für die Frau, das sich den ganzheitlich-individuellen Bedürfnissen der Frau auf Basis der Gendermedizin verschrieben hat, wird im Sommer zur perfekten Anlaufstelle für alle, die eine kreative, anregende Auszeit nur unter Frauen suchen. Mitten im natürlich-romantischen Kampptal nahe Wien. Die la pura Sommer-Akademie fokussiert genau jene Themen, die Frauen schon immer mal testen wollten – ohne im Alltag dafür Zeit zu finden. Mit Kursen zum Entschleunigen, Bewegen, Kreativ sein und für eine bessere Ernährung (nach TCM). Mit dabei: Kursmodule für Yin Yoga und Pilates, Achtsamkeit und mentale Stärke, ein Broadway-Tanzkurs zu Musical-Rhythmen. Und als Beauty-Module Schminken und eine Kräuterwerkstatt für grüne Kosmetik und Frauenkräuter. Dazu gibt's nach Belieben die Sommernachtkomödie auf der Rosenburg. Und George Bizets leidenschaftlichen Opern-Hit „Carmen“ bei den Opernfestspielen auf der Oper Burg Gars oberhalb vom la pura. Dazu das riesige Sport- und Treatment-Angebot und die biologische GourMed® Cuisine-Vollpension. Und wer will, tut nebenbei noch was für die weibliche Gesundheit. **Kurztext: 1338 Zeichen***

Letzteres ist im la pura nicht schwer: Arbeitet das Ärzte/Ärztinnen und Therapeuten/Therapeutinnen Team doch aus frauenspezifischem Blickwinkel nach dem gendermedizinischen la pura-Konzept mit spezifischen Check-ups und Therapien. Keine Lust dazu im Sommer? Lieber einfach mal nur den Moment genießen? Auch das geht im la pura: Relaxen im Ladies Spa. Oder testen, wie vielfältig Sport sein kann – und wie herrlich die mehrfach ausgezeichnete biologische, Säure-Basen-balancierte GourMed® Cuisine-

Vollpension schmeckt: Ein leichtes Sommervergnügen, das die Linie schont und den Gaumen jubeln lässt. Interessiert an Ernährung? Dann hat die la pura Sommerakademie von Juni bis September Besonderes zu bieten: Das Kursmodul mit der Dipl. Chinesischen Ernährungsberaterin Petra Pfann, die das Wissen über die Wirkung der Nahrungsmittel und die 5 Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) weiter gibt – für eine gesunde und genussvolle Ernährung, die jeder Frau helfen kann, in Balance zu bleiben.

Ganz und gar nicht alltäglich sind auch die weiteren Inspirationen in verschiedensten Kursmodulen mit Spezialistinnen ihres Fachs, die bei einem Aufenthalt ab zwei Nächten sogar gratis im la pura-Aufenthalt enthalten sind – inklusive einem 30 € Behandlungsgutschein, der GourMed® Cuisine Vollpension, dem täglichen Fitnessprogramm (in- und outdoor), dem kostenfreien Verleih von Fahrrädern und der Nutzung des Ladies Spa (Sommer-Akademie Package ab Euro 450 pro Lady). Da wären zum Beispiel: Neue Wege für mehr Ruhe und Gelassenheit mit Yin Yoga, Tipps für mehr Mentale Stärke und zur Integration von mehr Achtsamkeit ins Leben. Mal ganz unter Seinesgleichen einmal selbst Broadway-Star sein? Funktioniert im Broadway-Tanzkurs zu Musical-Lieblingshits und beim Flamencotanz. Mit Leidenschaft, Körpergefühl und der Unterstützung der Choreografin Rosa Olympia Estrella. Fun-Faktor garantiert! Beim Pilates-Modul sorgt ein abwechslungsreiches Programm aus kräftigenden Pilates-Sequenzen und lösenden Sling-/Faszien-Übungen für eine gesunde Aufrichtung. Und weil es für Frauen besonders im Sommer wichtig ist, sich in der eigenen Haut wohl zu fühlen, gibt es die Beauty-Module Schminken und eine Kräuterwerkstatt für spezielle Frauenkräuter bzw. mit grüner Kosmetik als Nahrung für die Haut. Auf der Basis frischer, essbarer und regionaler Zutaten.

Dazu gesellen sich als kulturelles Sahnehäubchen im Sommer der berühmte Opern-Hit „Carmen“ von Georges Bizet auf der Oper Burg Gars und die Sommernachtskomödie „Manche mögen’s verschleiert“ auf der Rosenburg von Michael Niavarani in der Intendanz von Nina Blum. Inmitten des Kraftplatzes Waldviertel ist das la pura somit eine sommerliche Energie-Tankstelle nur für Frauen. Für Alleinreisende ebenso wie für Mütter, Töchter oder Freundinnen.

**Langtext: 4136 Zeichen**

**Infos und Daten der Kurs-Module: 4 Sterne superior *la pura – women’s health resort kamptal*, Hauptplatz 58, A-3571 Gars am Kamp, Tel: +43 2985 2666-742, [www.lapura.at](http://www.lapura.at)**

**Über die VAMED Vitality World:** Der international tätige Gesundheitskonzern VAMED engagiert sich seit 1995 im Thermen- und Wellnessbereich. Unter der 2006 gegründeten Kompetenzmarke VAMED Vitality World betreibt die VAMED acht der beliebtesten Resorts in Österreich: den AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld, das SPA Resort Therme Geinberg, die Therme Laa – Hotel & Silent Spa, die St. Martins Therme & Lodge in Frauenkirchen, die Therme Wien, das Gesundheitszentrum Bad Sauerbrunn, das TAUERN SPA Zell am See – Kaprun und das la pura women’s health resort kamptal in Gars am Kamp. Damit ist die VAMED führender Betreiber von Thermen- und gesundheitstouristischen Resorts in Österreich.

**Texte und Bilder zum Download: [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com); Veröffentlichung gegen Belegexemplar!**

