



Das Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel setzt auf regional-natürliche Heilmitteln

## Hilfe aus der Natur für die „Frau 5.0“

*Hitzewallungen und Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, Gelenk- und Muskelschmerzen: Wenn sich der weibliche Körper in den Wechseljahren umstellt, geht das häufig nicht ohne körperliche und mentale Beschwerden vonstatten. Allerorten gibt es mehr oder weniger sinnvolle Tipps für diese manchmal ganz schön anstrengenden Jahre. Die beste Hilfe aber bietet noch immer die Natur. Etwa mit den kostbaren, regional-natürlichen Heilmitteln aus dem niederbayerischen Bad Gögging. Sie werden dort seit langem für Kuren genutzt, die den rheumatischen Formenkreis fokussieren. Dass Hopfen, Schwefel und Moor auch für Frauen in den Wechseljahren helfen können, weiß Margit Zettl-Feldmann vom „Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel“, das zudem als 4 Sterne superior-Wohlfühlnest für alle Gestressten gilt. In einem neuen Package mit dem Titel „Frau 5.0“ kombiniert sie die Bad Gögginger Heilmittel Schwefel und Moor erstmals mit der Wirkung des Hopfens, der nicht nur als entspannend und schlaffördernd gilt, sondern ebenso das Phytoöstrogen 8-Prenylnaringenin beinhaltet, das ähnlich wirken soll wie das körpereigene Östrogen und damit bei Wechseljahr-Beschwerden eingesetzt werden kann. Mitten in der Hallertau gelegen, die das größte zusammenhängende Hopfenanbaugebiet der Welt ist, nutzt der „Eisvogel“ das grüne Gold nicht zum Bierbrauen, sondern in Spa-Anwendungen, die als „HopfenWell“ eigens fürs Haus ausgearbeitet wurden. Eine sinnvolle Zusammenstellung der verschiedensten Hopfen-, Schwefel- und Moortreatments werden im Angebot „Frau 5.0“ komplettiert durch eine Fußreflexzonenmassage und die Kosmetik-Behandlung „Love your Age“. Wer die Segnungen des Intervallfastens (nicht nur) aufs Gewicht zu schätzen weiß, bucht das neue Package im „Eisvogel“ mit der „Faulenzer-Pension“ von 9 bis 17 Uhr. Im Laufe des Jahres 2025 sind zudem intensive Retreats zu „Frau 5.0.“ geplant – unterstützt unter anderem durch eine Wechseljahrberaterin.*

**Kurztext: 1.938 Zeichen**

Zwei Naturschwefel-Wannenbäder mit quellfrischem Bad Gögginger Schwefelwasser sind im neuen Package „Frau 5.0“ integriert, denn ein 20-minütiges Bad bei rund 36°C kann häufig schon nach der zweiten Anwendung Beschwerden lindern. Was einst schon die römischen Legionen am Limes im heutigen Bad Gögging nutzten, ist auch bei Wechseljahrs-bedingten Gelenk- und Muskelschmerzen eine Wohltat. Die schmerzlindernde Wirkung bei entzündlichem Rheuma und Arthrose ist dabei medizinisch belegt. Neben vielen weiteren positiven Eigenschaften wird dem Schwefel eine vorbeugende Wirkung auf Gewebeeralterung und Zellschädigung nachgesagt, also eine Anti-Aging Wirkung. Das Bad Gögginger Schwefelwasser wird im „Eisvogel“ übrigens zudem als Trinkkur angeboten: Empfohlen sind maximal zweimal täglich 200 ml, am besten zwischen den Mahlzeiten. Ziel ist, den Körper auf natürliche Weise zu entgiften und zu entschlacken, den

Stoffwechsel anzuregen und Organfunktionen zu regulieren. Das Schwefelwasser fördert zudem die Übertragung von Keratin, da es leicht ins Bindegewebe eindringt und hilft, Haare und Nägel stark und gesund zu erhalten. Zudem kann der Verdauungstrakt reguliert und der Säure-/Basenhaushalt ausgeglichen werden.

Doch auch das zweite Bad Gögginger Heilmittel ist ein Segen für die „Frau 5.0“: Moor, das „schwarze Gold“ mit antibakterieller, entzündungshemmender, entgiftender und hormonregulierender Wirkung, kommt im neuen Package als Moorstempel-Massage und Naturmoorpackung zum Einsatz. Im Moor enthaltenen Bestandteile, wie etwa die Huminsäuren, wirken entzündungshemmend bei Arthrose oder Rheuma sowie Gelenks- und Muskelschmerzen während der Menopause. Moor wird übrigens ebenso als Anti-Aging-Mittel geschätzt.

### **Phytohormone im Hopfen, Saunieren für die Glückshormone und Intervallfasten**

Vom „stinkenden Gold“ Schwefel übers „schwarze Gold“ Moor zum „grünen Gold“, dem Hallertauer Hopfen, dem Schwerpunkt im Eisvogel-Spa mit eigenes ausgearbeiteten „HopfenWell“-Treatments: Bekannt vor allem aus der Bierbrauerei, wird seine gesundheitsfördernde Wirkung zunehmend geschätzt. Dank des enthaltenen Phytohormons, das dem Östrogen sehr ähnlich ist, ist er nicht nur optimal bei Wechseljahresbeschwerden einsetzbar, sondern strafft zudem die Haut. Ein geschätzter „Nebeneffekt“ der Hopfenöl-Ganzkörper Massage und der Hopfenöl-Cremepackung in der tiefenentspannenden Schwebeliege, die „Frau 5.0“ im neuen Angebot genießen darf. Hopfen wird gerne empfohlen bei Schlafstörungen und Nervosität, bei Gelenkschmerzen und -entzündungen, er kann bei Migräne beruhigen und Haarausfall verbessern. Zudem soll er das Herz-Kreislauf-System und die Blasenfunktion stärken.

Weil die Erfahrung zeigt, dass auch eine Fußreflexzonenmassage Wechseljahresbeschwerden wie etwa Hitzewallungen und Schlafstörungen positiv beeinflussen kann, hat Margit Zettl-Feldmann sie ins neue Paket „Frau 5.0“ aufgenommen. Gemeinsam mit der Kosmetik-Behandlung „Love your Age“ mit Produkten von Pharmos Natur, die wie alle Treatments im neuen Package auf pure Natur setzt. Und weil der „Eisvogel“ als bekanntes Wellness-Haus nicht zuletzt eine schöne Sauna-Landschaft zu bieten hat, empfiehlt Margit Zettl-Feldmann: „Heiß-Kalt-Reize können gut bei Hitzewallungen helfen und Glückshormone ausschütten“. Besonders die Infrarotsauna empfiehlt sie als Wärmetherapie in den Wechseljahren, „da sie Körpertemperatur und Hormonhaushalt regulieren kann“. Regelmäßiges Saunieren sei zudem dafür bekannt, dem Risiko von Übergewicht entgegen zu wirken.

A propos: Auch Intervallfasten wird in den Wechseljahren gerne eingesetzt, um das Gewicht zu halten oder zu reduzieren, die Energie zu steigern und das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern. Besonders die 16:8-Methode (16 Stunden Fasten, 8 Stunden Essensfenster) gilt als schonend und einfach umzusetzen. Selbst im Urlaub: Neben der klassischen Verwöhn Pension mit abendlichem mehrgängigem Dinner hat Margit Zettl-Feldmann im „Eisvogel“ schon seit Jahren die beliebte „Faulenzerpension“ als Alternativ-Angebot eingeführt, die von 9 bis 17 Uhr kulinarisch rundum versorgt.

**Langtext: 6089 Zeichen**

Infos: 4 Sterne superior Wellness- & Genusshotel Der Eisvogel | Familie Zettl-Feldmann | An der Abens 20, D -93333 Bad Gögging | Tel.: +49 9445 9690 | info@hotel-eisvogel.de | www.hotel-eisvogel.de

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



Pressebetreuung: Barbara Angerer-Winterstetter, pressegroup | Tel +49/89/418 518-91 | dialog@pressegroup.com