

## Informations Presse

### Détente et taille mannequin en vacances

**Partez en vacances, avec le régime, jeûne ou diète acido-basique**



Francfort, le 13 août 2014. **Beaucoup de femmes le savent: Les vacances sont là et elles sont loin d'avoir la taille mannequin. Suivre un régime pendant que d'autres savourent des glaces est doublement difficile et risque de gâcher la bonne humeur estivale.** Joindre l'utile à l'agréable et retrouver la forme durant les vacances semble beaucoup plus attrayant que faire un long parcours de la faim avant de partir. De plus, après les vacances, le retour au quotidien s'effectuera en toute beauté et profondément détendue. SpaDreams sélectionne pour vous les meilleurs séjours vacances et régime.

#### **Régime « basique » (= sans acide)**

Ce régime à base d'aliments spécialement sélectionnés, permet de nettoyer le corps des toxines et des excès d'acides et ainsi de restituer éclat et beauté. L'accent est mis sur les fruits, les légumes, les légumineuses et les huiles. De plus grâce à des soins « acido-basiques » externes tels que les enveloppements d'algues, les bains au natron et les et bains huile /sel, le corps retrouve forme minceur et beauté. L'hôtel Bio-Vital & Wellness Albblick \*\*\*\* offre tout cela... et bien plus encore. Grâce à un espace bien-être et à de splendides paysages ce régime devient un moment de pure détente; le rêve de la plupart des femmes, non ? ([www.spadreams.fr/albblick](http://www.spadreams.fr/albblick))

#### **Régime F.X.Mayr**

Ce traitement permet de se détoxifier et de perdre du poids. Il s'agit d'un régime à base de lait et petits pains (qui jouent un rôle particulier pour la digestion) ainsi que d'une approche holistique de la nutrition purifiante et régénérante. À la **Clinique Malteser** des médecins et des thérapeutes effectuent des soins individuels de détoxification et de députation conformément à la méthode F.X. Mayr. En dehors de la cure, les clients découvrent la

thérapie du côlon et ont la possibilité de faire des randonnées : ainsi on revient de ce séjour non seulement mince et en bonne santé, mais aussi détendu et régénéré, prêt à reprendre le quotidien avec énergie. ([www.spadreams.fr/malteser](http://www.spadreams.fr/malteser)).

## Cure Schroth

On peut très bien se soigner grâce à des traitements naturels avec de plus - comme effet secondaire- la perte de kilos superflus. Détoxification et dépuration grâce à un régime pauvre en sel et en protéines, une cure de boissons et des enveloppements chauds-humides pour soulager et accroître la sensation de bien-être. Quand un traitement peut aussi être suivi dans une atmosphère aussi détendue, dans un tel espace bien-être, dans un coin de nature aussi superbe qu'à l'Hôtel **Kunzmans\*\*\*\***, alors retrouver la ligne devient une certitude. ([www.spadreams.fr/kunzmans](http://www.spadreams.fr/kunzmans)).

## Le jeûne selon la méthode Buchinger

Il s'agit de suivre un régime liquide, de se sentir plus léger et plus libre et de plus, de perdre quelques kilos. Jeûner selon Buchinger signifie ne pas prendre de nourriture solide, mais boire toute la journée. Thés, jus de fruits et eau sont à l'ordre du jour alimentaire avec à midi, une légère soupe de légumes. Un moyen idéal pour reposer l'organisme et peu à peu se ressourcer. Des massages et des soins complètent le programme et assurent un bien-être optimal. Le **Seehotel Dreiklang\*\*\*\*** est en plus situé dans un cadre idyllique au bord d'un lac qui invite à la baignade et au ressourcement. ([www.spadreams.fr/dreiklang](http://www.spadreams.fr/dreiklang)).

## LOGI®

La méthode LOGI® consiste à utiliser l'effet de différents aliments sur le niveau de sucre dans le sang et est basée sur un régime alimentaire faible en glucides (**Low Glycemic and Insulinemic**). Le métabolisme s'améliore et la combustion des graisses est stimulée. Pour que les clients ne renoncent ni à retrouver la ligne, ni à se priver d'une gastronomie raffinée, l'**Oversum Vital Resort\*\*\*\*\*S** offre tout cela. L'hôtel propose de délicieux menus conformes aux principes LOGI et remet l'organisme en forme par des soins variés dans un environnement magnifique, au contrefort des Alpes. ([www.spadreams.fr/oversum](http://www.spadreams.fr/oversum)).

## À propos de SpaDreams – FIT Reisen

SpaDreams – FIT Reisen - est le plus grand tour-opérateur spécialisé dans les séjours santé et bien-être dans les pays germanophones. En 2013 FIT Reisen a créé les marques internationales SpaDreams (en Français, Anglais, Néerlandais, Polonais) et SpaOteli (Russe). L'entreprise est basée à Francfort et le centre international est à Hambourg. Grâce à ses offres diversifiées, de grande qualité, son service personnalisé d'un excellent rapport qualité-prix, il est devenu non seulement le leader de la branche mais a aussi été élu en 2014 en tant que tour-opérateur le plus innovant dans le domaine de la santé. Depuis déjà 40 ans FIT Reisen est synonyme d'offres de vacances saines, de remise en beauté et en forme ainsi que de loisirs. Actuellement, SpaDreams – FIT Reisen propose plus de 2200 séjours de rêve différents avec des offres de cures, de soins médicaux, de beauté, d'Ayurveda, de yoga et de bien-être, dans 220 destinations différentes et 500 hôtels dans plus de 40 pays.

**Vous trouverez ce communiqué de presse**, ainsi que **des informations et des photos** concernant les offres de SpaDreams sous : [www.spadreams.fr/espace-presse/](http://www.spadreams.fr/espace-presse/)

**Notez SVP:** L'utilisation des images/photos est uniquement autorisée dans le contexte d'offres professionnelles faites par **SpaDreams – FIT Reisen** et l'indication des hôtels doit figurer. Toute autre utilisation est soumise à un accord écrit préalable payant. Le transfert et/ou la transmission du matériel photographique à des tiers est interdite.