

Wellnesstage in Baden



Baden-Baden (proh). Am 23. und 24. Januar finden im Kongresshaus Baden-Baden wieder die Deutschen Wellnessstage statt, die überregional etablierte Messe für Gesundheit, Wellness, Prävention und Lebensqualität. Das zunehmende Verbraucherinteresse an Prävention und ganzheitlichen Methoden zur Gesunderhaltung steht in diesem Jahr im Mittelpunkt. An den beiden Messtagen erwarten die Besucher vielfältige Anregungen, Impulse, Ideen und Produkte rund um Gesundheit, Ernährung, Fitness und Entspannung.

Mitmach-Angebote, Schnupperbehandlungen von Profis und informative Vorträge garantieren nachhaltige Anregungen für die persönliche Work-Life-Balance, die auch nach der Messe in Erinnerung bleiben. Das komplette Vortrags- und Mitmach-Programm ist im Messe-Eintrittspreis von 10€/VVK 8€ enthalten. Zu den Vorverkaufsstellen gehören u.a. der Ticket-Service Baden-Baden, der Laden Energie & Farbe in Karlsruhe sowie alle Hauptfilialen der Volksbank Baden-Baden, Rastatt eG.

„Rundum Gesund“ umfasst die Themenbereiche Prävention, gesundheitsfördernde Fitness, Ernährung, Medizin, Reise & Spa, Anti-Aging, gesundes Wohnen, Wohlfühlen in der Arbeitswelt und bietet dem Besucher wertvolle Informationen, Anregungen und Impulse aus erster Hand, die ihn auf seinem persönlichen Weg zu mehr Vitalität bereichern.

Zu den Ausstellern zählen u.a. das Vier-Sterne-Superior-Hotel „Schwarzwald Panorama“, Heilbad Dudince AG, Carasana Bäderbetriebe GmbH, TouchLife-Schule Leder & von Kalckreuth und die TouchLife Massage-Erlebniswelt, Horst-Dieter Stengel/Zertifizierter Qi Gong Lehrer, Apostel-Kräuter & Naturprodukte, vitOrgan Arzneimittel GmbH, Centrum für Gesundheit & Entwicklung/Baden-Baden, Medico & Vital Center/Salina, Ringana Frischkosmetik, Fitness Forum Baden-Baden und wellbe footwear GmbH.

Zeitgleich wird im Parkpavillon des Kongresshauses Baden-Baden in Kooperation mit der redspa media GmbH der neue Branchen-Event SPA-direkt-KONGRESS als geschlossene Gesellschaft veranstaltet. Hotel- und Spa-Manager haben Gelegenheit sich auszutauschen, zu netzwerken und sich über aktuelle Themen und Trends zu informieren. Am Sonntag, 24.1.2016, öffnet der SPA-direkt-KONGRESS seine Türen für die Öffentlichkeit - um 15.30 Uhr werden die Spa-Star- Awards verliehen.

Vielfältiges Rahmenprogramm mit Vorträgen, Workshops & Schnupperbehandlungen

Am Samstag, 23.1.2016, findet in Kooperation mit der VHS Baden-Baden von 11 – 13 Uhr eine Vortragsreihe zu folgenden Themen statt: „Fastenwandern - den Alltag loslassen und neue Wege beschreiten“/Uwe Heppner, „Line Dance 50 plus: Tanzen ist Herz-, Kreislauf- und Gelenktraining, es fordert und fördert Muskulatur und Gedächtnis“/Marion Berger, „In Stresssituationen gezielt entspannen! - Progressive Muskelentspannung nach Jacobson“/Susanne Berthy-Heck, „Vegane Ernährung - Trend, Lifestyle oder wirklich gesünder?“/Caroline von Sigriz.

Auf der Aktionsfläche findet ebenfalls am Samstag um 12.30 Uhr der Workshop „Mit Qi Gong Deinen Blutdruck regulieren & Dein Wohlbefinden verbessern“ mit Horst-Dieter Stengel/Baden-Baden statt, anschließend um 13 Uhr „Fit in 20 Minuten. TouchLife-mobil“. Diese Massage am Arbeitsplatz ist das Highlight für alle, die in ihre Gesundheit investieren möchten. Frank B. Leder, Begründer der TouchLife Methode, demonstriert die Massage und informiert über die Vorteile der Anwendung wie Stressreduktion, entspanntes und schmerzfreies Körpergefühl, Zentrierung und eine stimmige Work-Life-Balance.

Beim „Gesundheitscheck mit Venenmessung“ von Frau Prof. Dr. Katharina Meyer/CARDIODYN mobile heart services am Samstag von 15 – 17 Uhr wird auf Wunsch die Elastizität und das biologische Alter der arteriellen Gefäße mit einem Blutdruckmessgerät festgestellt. Neueste Forschungsergebnisse zeigen, dass die Gefäße bis ins hohe Alter elastisch und das Herz leistungsfähig bleiben können.

Am Sonntag, 24.1.2016, steht um 15 Uhr ein ZUMBA Workshop mit Josif-Viorel „Joe“ Stefan auf dem Programm. ZUMBA ist der Fitnessrenner und zugleich ein trendiges Tanz-Workout zu mitreißender Musik, bei dem der Spaß im Vordergrund steht.

- *Zur Verlosung 10 x 2 Tickets → **HIER.***
- *Veranstaltungsort Messe
Kongresshaus Baden-Baden
Augustaplatz 10, 76530 Baden-Baden*
- *Öffnungszeiten
23. und 24. Januar 2016: jeweils 10.00-18.00 Uhr*
- *Eintrittspreise inkl. Vorträge, Workshops & Erlebnisräume (bis 14 Jahre frei)
Tageskarte 10,- Euro
Tageskarte 8,- Euro, ermäßigt mit Coupon
Happy Hour 6,- Euro (2 Stunden vor Messeende)*

(Quelle: ABC.bad/HIN)