

Malen, Golfen und Lernen im Wellnessurlaub Lüneburger Heide:

## Ein neuer Urlaubstrend: Bildung & Wellness

Nur Faulenzen reicht vielen Urlaubern heute nicht mehr aus: Sie möchten aus ihrem Urlaub etwas „Bleibendes“ mitnehmen. Waren es früher materielle Dinge wie die typischen Urlaubs-Souvenirs, sind es heute neue Erfahrungen, Eindrücke und der Austausch mit der jeweiligen Kultur. Die Verbindung von Bildung und Wellness liegt voll im Trend. Im Wellnessdorf Sagasfeld in der Lüneburger Heide -, hat man sich auf diesen Trend eingestellt. Hier gibt es neben ganz viel Wellness-Angeboten, eine Kunstschule, eine Golfschule, ein ganzheitliches Seminar-Zentrum und Kurse für aktive & präventive Gesunderhaltung.

Einfach einmal raus aus dem Alltag – neue Menschen kennen lernen, sich sinnvoll betätigen und es sich gleichzeitig gut gehen lassen – im Wellness & Ayurveda Hotel Deutschland Rundlingsdorf Sagasfeld sind hierfür die idealen Bedingungen geschaffen worden. Sagasfeld bietet seinen Wellness-Gästen immer auch ein breites & ganzheitliches Angebot an Schnupperkursen und Kurzseminaren, die den Wellnessurlaub abrunden, denn es hat sich gezeigt, dass sich die Gäste in der Atmosphäre eines echten Gesundheitsdorfes besonders gut auf neue Themen einlassen können und das ganz einfach nebenbei und total relaxt.

Für die Gäste, die einzelne Themen vertiefen möchten, gibt es einen umfangreichen Jahresplaner mit verschiedensten Seminarangeboten. Das Angebot reicht von kreativen Angeboten wie „Malen & Wellness“ über krankenkassenanerkannte Präventionskurse zum Thema Bewegung, Entspannung und Rückenschule bis hin zum breitgefächerten Kursangebot der örtlichen Kreisvolkshochschule. Diese hat die besondere Eignung des Wellnessdorfes erkannt und nutzt seit Anfang des Jahres die Standortvorteile für verschiedenste Kurse, unter anderem für einen Bildungsurlaub zum Thema Burnout-Prävention.

Ob es sich um ein Yoga-Verwöhnwochenende handelt oder um kraftvolle Ideen, die beim Bildhauern in Stein gemeißelt werden wollen – das Rundlingsdorf Sagasfeld mit seinen erfahrenen und kompetenten Seminarleiter(innen) überrascht seine Gäste mit immer neuen Angeboten. Wer schon immer einmal ein Meditations- und Entspannungswochenende mit Qi Gong erleben oder auch an einem ganzheitlichen Gedächtnistraining teilnehmen wollte, ist in dem schönen Rundlingsdorf am richtigen Ort. Doch auch die Themen Digitalfotografie oder Pokern für Frauen finden großes Interesse bei den Teilnehmerinnen. Wie stellt man selbst Naturseifen her, wie lässt es sich mit Ernährung und Entspannung leichter leben und wie setze ich zur Wunscherfüllung meine Schöpferkraft ein? So spannend und abwechslungsreich kann ein Seminar & Wellnesswochenende sein.

Interessierte Menschen können so nicht nur neue Begegnungen unter Gleichgesinnten finden, sondern sich gleichzeitig auch mit verschiedenen Wellnessanwendungen verwöhnen lassen. In den Pausen genießt man beispielsweise einer Massage oder man gibt sich der Wirkung eines ayurvedischen Stirn-Ölgusses hin. Die Anwendungen lassen sich problemlos in den Aufenthalt integrieren. Dazu Spaziergänge an der frischen Luft in der wunderschönen Natur der Umgebung des Rundlingsdorfes, ein Besuch in der Sauna oder ein Bad im Schwimmteich – so erleben die Seminar TeilnehmerInnen eine den Geist belebende und den Körper erfrischende Zeit.

Und der Wellnessurlaub wirkt ganzheitlich inspirierend und das Seminar wird zum echten Wellnessurlaub.

Mehr Infos zu den Seminarangeboten im Wellness & Ayurveda Hotel Deutschland Rundlingsdorf Sagasfeld:  
<http://www.sagasfeld.de>

Wellnesshotels Niedersachsen: <http://Heidefarmen.de>