



Vom 25. - 28. Oktober im Park Hotel Mignon in Meran:

Sport und Genuss für echte Männer

Meran, September 2007 (gr) Florian Ellmenreich ist nicht nur Chef des Park Hotel Mignon in Meran, einem „Small Luxury Hotel of the World“, sondern auch Professor der Sportwissenschaft und aktiver Extremsportler. An einem langen Wochenende Ende Oktober lässt er echte Männer ihre Grenzen ausloten und verrät Trainingstipps. Weitere Termine werden im Frühjahr 2008 angeboten.

Eine Wandertour inklusive leichter Kletterpartie über den Westgrat von Merans Hausberg Ifinger mit atemberaubenden Blick in die Tiefe, ein Mountainbike-Ritt mit cooler Downhill-Passage, Adrenalin-Alarm im Hochseilgarten – alles Aktivitäten, bei denen sich echte Kerle so richtig austoben können. Sportwissenschaftler und Hotelchef Florian Ellmenreich packt einen Einführungskurs in Gelenk schonendes, ökonomisches Laufen und individuelle Trainingstipps obendrauf.

Eine Antistress-Massage bringt die Teilnehmer nach sportlicher Herausforderung schnell wieder auf die Beine. Und wer möchte, bekommt eine Kosmetikanwendung speziell für den Herrn inklusive Haut- und Körperpflegetipps. Danach ist man(n) fit für ein Weinseminar. Bei praktischen Übungen mit hohem Genussfaktor wird die Weinsensorik verfeinert.

Geplant ist darüber hinaus ein Gespräch mit dem Psychotherapeuten Dr. Rudi Schöpf; der halbprofessionelle Bergläufer wird über mentales Training, mentale Stärke und die Vorbereitung auf extreme körperliche Leistungen informieren.

Das Wochenende kostet ab 715 Euro für 3 Übernachtungen inkl. ¾ Pension. Rucksack und technische Ausrüstung wird gestellt. Mindestteilnehmerzahl 5 Personen.

Termine: 25. - 28.10.2007 + 27. - 30.03. und 03. - 06.04.2008.

Weitere Informationen und Buchung bei: Park Hotel Mignon, www.hotelmignon.com,

Tel. 0039 – 0473 230353, Fax 0039 - 0473 230644, info@hotelmignon.com

Unter www.richter-pr.de, Presse News können Sie die Pressemitteilung im pdf-Format herunterladen. Weitere Infos für die Presse bei: gabriele@richter-pr.de