Pressetext für Wellness-Medien

Textlänge: 1091 Zeichen

**Urlaub mit Langzeitwirkung.**

*Die Ergebnisse einer Studie der Privat Medizinischen Universität in Salzburg (PMU) bringen neueste Erkenntnisse für ein gesünderes und längeres Leben.*

Sie fühlen sich ausgelaugt und suchen nach entsprechenden Urlaubs-Angeboten? Lassen Sie es gar nicht so weit kommen! Eine Studie der PMU Salzburg zeigt auf, warum nicht die Krankheit der Grund für eine Urlaubsplanung sein sollte. Zielführender und kostengünstiger ist es, bereits im Vorfeld aktiv für eine gesunde Zukunft zu sorgen. Dies konnte bei 100 Testpersonen nachgewiesen werden, die sich für ein spezielles Programm mit Bergwandern sowie regionaler, naturbelassener Kost zur Verfügung gestellt haben. Neben verbesserten Körperwerten vor Ort konnten auch nachhaltige Erfolge durch ein verändertes Bewusstsein erzielt werden, sodass äußere Faktoren wie Stress und Umweltstörungen weniger Einfluss auf die Testpersonen hatten. Im Salzburger Pinzgau gibt es bereits erste Hotelinitiativen, die Lifetime Hotels, die auf Basis der Studie entsprechende Angebote bieten und auf eine nachhaltige Vorsorge setzen.