Deferegger
Heilwasser

Auszeittage 2024

Bruggenwirt
abschalten & aufladen

Deferegger
Heilwasser

Osttirol
Dein Bergtirol

Nationalpark
Hohe Tauern

Auszeittage 2024

Nutzen Sie die einzigartige Atmosphäre der besonderen Umgebung des Defereggentals, dem Tal des Wassers, für Ihre Auszeittage im Frühjahr oder Herbst 2024.

Die Auszeittage werden veranstaltet vom Deferegger Heilwasser in enger Kooperation mit den Hotellerie- und Gastronomie-Partnerbetrieben.

BR FERNSEHEN

★★★★

Reisetipp

Defereggental in Osttirol

Das Defereggental ist eines der am wenigsten besiedelten Täler in Osttirol und noch ein echter Geheimtipp.

„Hier sagen sich Adler, Steinböcke und Gämsen gute Nacht“, schwärmt die BR-Reiseexpertin Annette Eckl.

„Im Defereggental ist die Entschleunigung zu Hause. Im Nationalpark Hohe Tauern gelegen, bietet es eine faszinierende Bergwelt mit den markanten Felsgipfeln der vielen Dreitausender.“

Grundmodul Frühjahrespaket (Mai/Juni) und Herbstpaket (September/Oktober) — 499 € Festpreis pro Person

- 3 Übernachtung von Sonntag bis Mittwoch oder von Donnerstag bis Sonntag
- Halbpension (auch vegetarisch oder vegan möglich)
- Umfassende Wander- und Mountainbike-Empfehlungen
- Produkt-Paket „Deferegger Heilwasser“
- Führung über die Herkunft und Kraft des über 600.000 Jahre alten Heilwassers und Kneippen sowie Entspannung in der Heilwasserwelt St. Jakob

Gasthaus mit Privatzimmervermietung, ausgezeichnet mit 4* Edelweiß
Abschalten und Aufladen als Motto
Authentisch, ursprünglich, abseits von alpinen Hotspots
Gelegen im Defereggental im Ortsteil Bruggen, abseits der Hauptdurchgangsstraße

Bruggenwirt
abschalten & aufladen

Deferegger
Heilwasser

Erweiterungsmodule

Massage & Physiobehandlungen	60 Euro/50min
Yoga/Pilates/Meditation (empfohlen ab drei Personen)	49 Euro/Kursstunde
Seminarraum und Verpflegung	je nach Anzahl der Teilnehmer
Team-Offsite-Paket: (TOP-Management-Impulsvortrag, Seminarraum, 180 Minuten Business Coaching)	1.999 Euro
Managementcoaching, Personal Coaching durch Executive Coach	399 Euro/Stunde
Hüttenabend (ab fünf Teilnehmern) inklusive Shuttle, zünftigem Abendessen und zwei Getränken	99 Euro/Person
Shuttleservice z.B. München - Defereggental mit bis zu 6 Personen (one way)	Preis zu erfragen

Weitere, individuelle Arrangements nach Absprache jederzeit möglich. Denkbar sind beispielsweise Vorträge über die Kultur- und Heimatgeschichte des Tals bis hin zu Mini Medical Checks (Cortisol, Gefäßsteifigkeit, Mini-EKG) durch die Medizinische Universität Graz zu Beginn und am Ende der Auszeittage.

Anfragen unter:

Katrin Wolfrum und Heiko Bauer
Bruggen 39
A-9962 St. Veit i. D.
info@bruggenwirt.at
+43 4879 206

In Zusammenarbeit mit:
Deferegger Heil- und Thermalwasser GmbH
Innerrotte 62
A-9963 St. Jakob
info@deferegger-heilwasser.at
+43 676 8415 60406

Deferegger Heilwasser – Heilung aus der Tiefe…

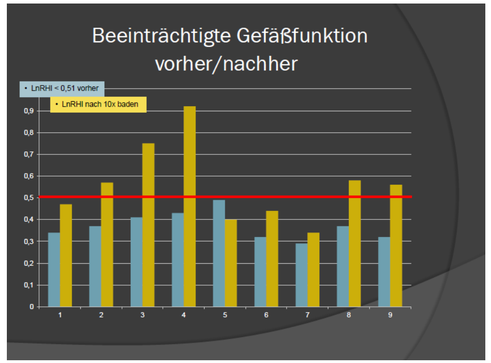
…mit den einzigartigen, heilend wirksamen Mineralien und Spurenelementen des mindestens 600.000 Jahre alten, anerkannten Heilwassers aus dem Defereggental in Osttirol.

- Sorgfältig geschöpft aus einer Tiefe von 1850m seit 2004
- Eines der ältesten und auch wirkungsvollsten Heilwässer der Welt
- Heilend wirksam anerkannt bei:
  - Hauterkrankungen wie Neurodermitis, Akne, Rosazea, Schuppenflechte, Ekzemen und weiteren Hautirritationen (z.B. Sonnenbrand und Insektenstiche)
  - Rheumatischen und orthopädischen Erkrankungen des Bewegungsapparates (so auch z.B. bei Muskelkater)
  - bei Entzündungen der Atemwege (Nasennebenhöhlen und Bronchien)

Hausapotheke und Körperpflegeprodukte

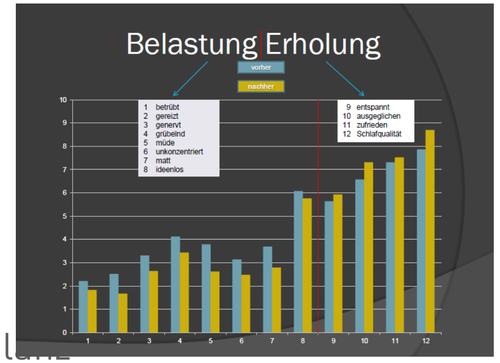
Wissenschaftliche Studie

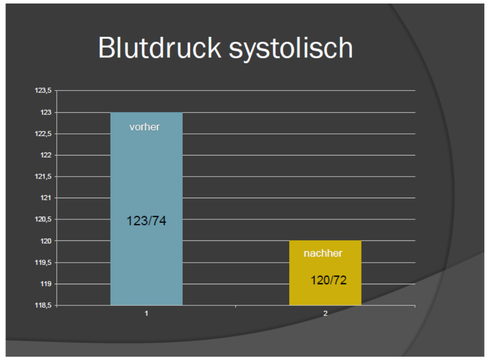
Anwendungsbeobachtung beim Regenerationsbaden (10 Vollbäder)
Studienleitung und Durchführung: Dr. Ottokar Widemair
Wissenschaftliche Beratung und Auswertung: Univ.Prof. Dr. P. Lechleitner



Beurteilungskriterien:

- Gefäßfunktion (EndoPAT)
- Stressmessung (HRV)
- Erholung-/Belastungsskala (EBF-24)
- Blutdruck





Ergebnisse:

- messbare positive Veränderungen der
  - gestörten Gefäßfunktion
  - autonomen Regulation (Erholungsfähigkeit)
  - des Blutdruckes
- zudem subj. Verbesserung der Erholungs/Belastungs-Bilanz

„Die einzigartige Zusammensetzung gepaart mit der sehr hohen spezifischen elektrischen Leitfähigkeit des fossilen Deferegger Heilwassers bewirkt Erstaunliches."
Univ. Prof. Dr. Peter Lechleitner

Besuchen Sie uns in der Heilwasserwelt in St. Jakob

Lernen Sie mehr über die Geschichte unseres Deferegger Heilwassers, seine heilende Wirkung, die geologischen Besonderheiten und unser Wahrzeichen, den Schnabelmenschen.

Geöffnet montags und freitags von 10.00 -15.30 Uhr.

Deferegger
Heilwasser

Öffnungszeiten und weitere Information:
www.deferegger-heilwasser.at

Das Erbe der Natur

designed by Aberjung