



# PARK WEGGIS

THE SPARKLING RESORT

\*\*\*\*\*

**«TU DEINEM LEIB ETWAS GUTES,  
DAMIT DEINE SEELE LUST HAT,  
DARIN ZU WOHNEN.»**

TERESA VON AVILA



**SWISS NATURAL DETOX**  
RETREAT

# 7 TAGE SWISS NATURAL DETOX RETREAT

---

## MÖCHTEN SIE IHREM KÖRPER NACHHALTIG UND MIT GENUSS ETWAS GUTES TUN?

Aktivität und Ruhe, Anspannung und Entspannung sowie Nahrung, die Ihren Körper sanft entgiftet und gleichzeitig aufbaut. Das sind die Zutaten unserer Swiss Natural Detox Retreat-Woche, die Körper und Geist auf schonende und wohltuende Weise nachhaltig regenerieren lässt.

Durch die innere Reinigung wird die Verdauung entlastet, der Stoffwechsel angekurbelt und das Immunsystem gestärkt. Dies wird Ihrem Körper bis weit über die Retreat-Woche hinaus neue Lebenskraft und Energie verleihen.

Wir bieten Ihnen ein spannendes, einwöchiges Programm mit ganzheitlicher, individueller Ernährungs- und Gesundheitsberatung, wohltuenden Massagen, entgiftenden Bädern, gesundem Essen mit feinsten Zutaten, unterstützenden Heilkräuter-Tees sowie wertvollen Anregungen für den Alltag zu Hause.

### *Termine 2016/17*

7 Tage/7 Nächte, jeweils Sonntag bis Sonntag

**02. – 09. Oktober 2016**

**09. – 16. Oktober 2016**

**06. – 13. November 2016**

**13. – 20. November 2016**

**04. – 11. Dezember 2016**

**11. – 18. Dezember 2016**

**15. – 22. Januar 2017**

**22. – 29. Januar 2017**

**12. – 19. Februar 2017**

**19. – 26. Februar 2017**

**12. – 19. März 2017**

**19. – 26. März 2017**

# WAS IST SWISS NATURAL DETOX?

---

## DER BEGRIFF STEHT FÜR ...

...leichte, bekömmliche Ernährung mit regionalen Kräutern, Heilwissen aus der traditionell europäischen Naturheilkunde sowie der modernen klinischen Psycho-Neuro-Immunologie, sanfte Entgiftung durch adäquates Essen und Trinken sowie ausleitende Anwendungen. Das alles in der traumhaften, erholsamen Umgebung des wunderschönen Vierwaldstättersees und dem Luxus des 5-Sterne Resorts Park Weggis.

### *Bei welchen Anliegen eignet sich eine Swiss Natural Detox Woche?*

- Aufbau des Wohlbefindens und der Vitalität
- Stärkung der Gesundheit und des Immunsystems
- Verdauungsbeschwerden und schwacher Stoffwechsel
- Übergewicht und Unzufriedenheit mit dem Körper
- Schlafprobleme, Energiemangel und Erschöpfungszustände
- Psychosomatische Beschwerden

### *Preis*

Park Doppelzimmer mit Seesicht  
zur Alleinbenützung für 7 Tage / 7 Nächte

**CHF 6650.-**  
pro Person mit Swiss  
Natural Detox Cuisine,  
inkl. Retreat-Programm

**CHF 5250.-**  
als Begleitperson im  
Doppelzimmer mit  
Retreat-Programm

**CHF 2450.-**  
als Begleitperson im  
Doppelzimmer ohne  
Retreat-Programm

# DIE RETREAT-WOCHE BEINHALTET

---

## GENUSSVOLLES REGENERIEREN UND ENTSCHLACKEN

- 7 Übernachtungen mit Swiss Natural Detox Cuisine inklusive Frühstück, Mittagessen und Abendessen
- Unterstützende Teekur mit Rigikräutern
- Einführung in Detox Retreat-Programm nach Traditioneller Europäischer Naturheilkunde (TEN) und nach klinischer Psycho-Neuro-Immunologie
- Anamnesegespräch für individuell abgestimmte Therapie durch Ernährungstherapeutin/Naturheilpraktikerin
- Therapieplan für die Woche
- Abschlussgespräch mit Ernährungstherapeutin/Naturheilpraktikerin mit persönlicher Empfehlung für die Fortsetzung des Programms zu Hause
- 3 Detox Massagen (50 Min.)
- 2 Lymphdrainagen Ganzkörper (50 Min.)
- 1 Akupressur Druckpunktmassage (50 Min.)
- 2 Basen Ganzkörperbäder im privaten SPA-Cottage (50 Min.)
- 2 Fussreflexzonen-Massagen mit entschlackendem Fussbad (50 Min.)
- Instruktion in Gym/Krafttraining
- 7 Leberwickel
- Täglich 1 Stunde sanfte Morgengymnastik oder Meditation
- 6 Trainingseinheiten Outdoor-Bewegung
- Täglich 3 Stunden privates SPA-Cottage mit Sauna und Dampfbad zur freien Nutzung in den Nachmittagsstunden
- 2 Fachvorträge zur nachhaltigen Optimierung der Gesundheit und Ernährung
- Original-Kochrezepte der Swiss Natural Detox Cuisine für Zuhause
- Benutzung des Sparkling Wellness mit geheiztem Outdoor-Pool und privatem Seezugang

# IHR KOMPETENTES TEAM

---

Durch das Swiss Natural Detox Retreat-Programm begleiten Sie das SPA-Team des Park Weggis unter der Leitung von Frau Karin Remmling sowie die Spezialisten:



**ANTONIA SCHEIDEGGER**  
ZÜRICH

CEO Swiss Natural Detox, Vitalstoff-Ernährungstherapeutin NHK und Naturheilpraktikerin TEN, Therapeutin in klinischer Psycho-Neuro-Immunologie (kPNI), Zusatzausbildungen u.a. in Dunkelfeldmikroskopie und Hypnose.



**CHRISTOPH BAGGENSTOS**  
LUZERN

Gastreferent Swiss Natural Detox, Ernährungscoach, Therapeut in klinischer Psycho-Neuro-Immunologie (kPNI), Personal Fitness Trainer.



## GUT ZU WISSEN

Andere Zimmerkategorien und  
Retreat-Verlängerungen auf Anfrage.

### ERGÄNZENDE ANGEBOTE UND THERAPIEN

- Körperpeelings und -packungen
- Messung des persönlichen Mineralstoff- und Spurenelemente-Haushaltes sowie der Schwermetallbelastung (Oligoscan) mit individueller Beratung
- Bioelektrische Ermittlung von Körperfettanteil, Muskelmasse und Wasseranteile (BIA Messung) mit individueller Beratung
- Kosmetische Behandlungen mit den Naturprodukten von St Barth
- Med Beauty Behandlungen zur Optimierung der Hautstruktur

Mehr Informationen auf:

**[www.swissnaturaldetox.ch](http://www.swissnaturaldetox.ch)**

**oder +41 41 392 05 00**