



Die Renaissance des Wanderns: Touren für Körper und Geist **Geführte Exkursion des renommierten Wellness- und Gesundheitsresort** **Chiva-Som fördern ganzheitliches Wohlbefinden inmitten der Natur**

München / Hua Hin, 18. April 2024 – In einer Zeit, in der die heilende Wirkung der Natur immer mehr Menschen anspricht, erlebt das Wandern eine Renaissance als beliebte Freizeitaktivität. Im thailändischen Gesundheits- und Wellnessresort Chiva-Som wird es zu einem ganzheitlichen Erlebnis, das nicht nur die Fitness fördert, sondern auch eine tiefe Verbindung zur Natur schafft. Geleitet von erfahrenen Fitnessinstruktoren werden die Teilnehmer bei einer Wanderung auf den Hin Lek Fai-Hügel nicht nur körperlich herausgefordert, sondern auch dazu ermutigt, sich mit ihrer Umgebung zu verbinden und in einen Zustand tiefer Gelassenheit einzutauchen. Weitere Informationen finden Sie unter www.chivasom.com.

Entschleunigung im Einklang mit der Natur und mit sich selbst: Schon ein kurzer Aufenthalt in der Natur baut nachweislich Stress ab, steigert das Selbstvertrauen und stärkt das Immunsystem. Ob ein entspannter Spaziergang am Sandstrand, die Erkundung der Mangrovenwälder oder eine Wanderung hoch auf den Hin Lek Fai Hill - Chiva-Som bietet den idealen Ausgangspunkt, um die Natur in und um Hua Hin zu erleben. Der Hügel, dessen Name "Feuersteinhügel" bedeutet, liegt nur drei Kilometer westlich des Stadtzentrums von Hua Hin. Bei einer der wöchentlich stattfindenden geführten Wanderungen entdecken Gäste des Wellness-Pioniers die Vielfalt der Flora und Fauna und genießen einen beeindruckenden Blick auf Hua Hin. Die beste Zeit für einen Besuch ist kurz vor Sonnenuntergang, wenn die Stadt in goldenes Licht getaucht ist und die Fischerboote zum Nachtfischen aufs Meer hinausfahren. Neben der Möglichkeit, mental zu entspannen, bietet die Wanderung auch eine Reihe von Vorteilen für die physische Gesundheit: Von der Senkung des Risikos für Herzkrankheiten und Bluthochdruck bis hin zur Gewichtsabnahme. Inmitten eines tropischen Gartens und direkt am Meer gelegen, empfängt das Resort seine Gäste anschließend mit feiner Bio-Wellness-Küche und sorgt mit individuellen Wohlfühl-Treatments und Ruhe pur für einen entspannten Ausklang des Tages.

Über Chiva-Som International Health Resort

Chiva-Som stammt aus der altindischen Sprache Sanskrit und bedeutet: Oase des Lebens. Seit über 25 Jahren genießt das Gesundheits- und Wellnessresort im thailändischen Hua Hin Weltklassestatus. Direkt am Strand in einem 2,8 Hektar großen tropischen Garten gelegen, steht Chiva-Som für eine Neubelebung von Körper, Geist und Seele. Hier werden westliche Methoden erfolgreich mit östlicher Philosophie kombiniert. Einst war Chiva-Som mit seinen 54 Zimmern, Suiten und Thai Pavillons das erste asiatische Luxusretreat und gilt nach wie vor als Marktführer im südostasiatischen Raum aufgrund seiner Experten und seiner Gesundheitsküche, seiner rund 200 zukunftsweisenden Programme, die in 70 Behandlungsräumen angeboten werden, sowie der Gasttherapeuten. Wer das Resort betritt, bekommt ein persönlich auf sich zugeschnittenes Programm, das eine gesunde



Lebensweise fördert und die Lebensqualität fundamental verbessert. Dabei setzt Chiva-Som auch auf Digital Detox: In den öffentlichen Bereichen sind weder Handys noch Kameras erlaubt. Ausgezeichnet mit zahlreichen Preisen als bestes Gesundheits- und Wellnessresort der Welt wird Chiva-Som von Gästen und Branchenkennern gleichermaßen geschätzt. Außerdem wurde Chiva-Som mit dem Green Globe Zertifikat ausgezeichnet – dies geht nur an Unternehmen, die höchste Standards zum Schutz der Natur in allen Bereichen des täglichen Lebens erreichen. Weitere Informationen unter www.chivasom.com.

Die Bildrechte liegen beim Chiva-Som International Health Resort. Alle Fotos dürfen nur in Verbindung mit einer redaktionellen Berichterstattung unter Nennung von Chiva-Som International Health Resort verwendet werden. Eine kommerzielle Nutzung ist ausdrücklich untersagt.

Kontakt:

Chiva-Som International Health Resort
Kewalin Sukumjittanon
Resort: 73/4 Petchkasem Road
Hua Hin, Prachuab Khirikhan 77110
Thailand
Tel: +66 (32) 536 536
reservations@chivasom.com
www.chivasom.com
www.chivasomproducts.com

Presse- und Fotoanfragen:

segara Kommunikation® GmbH
Isabelle Adler
Harmatinger Straße 2
D-81377 München
Telefon: +49 (89) 552 797 60
isabelle@segara.de
www.segara.de