



Umfassende Erholung für Körper und Geist im The Datai Langkawi

Das holistische Fitness- und Wellnessprogramm im The Datai Langkawi überzeugt mit vielfältigen und maßgeschneiderten Sport-, Entspannungs- und Heilungsangeboten

München / Langkawi, 11. November 2024 – PULIH - das ist das Leitmotiv des ganzheitlichen Fitness- und Wellnessprogramms des The Datai Langkawi in der malerischen Datai-Bucht auf der malaysischen Insel Langkawi. PULIH stammt aus der Landessprache Bahasa Melayu und bedeutet „sich erholen“. Genau darauf zielt das umfangreiche Angebot ab. Die vielfältigen Programme verschaffen Körper und Geist die ideale Mischung aus Anstrengung und völliger Losgelöstheit. Neben Yoga, Pilates und Personal Training sind es vor allem spezielle Angebote wie Sound Healing und Sound Therapy oder das Beach-Bootcamp, die sich bei den Gästen großer Beliebtheit erfreuen. In Kürze startet das Resort zudem die PULIH Datai Fitness Journey, die jedem Gast ein maßgeschneidertes und holistisches Programm für Körper und Seele bietet. Weitere Informationen unter www.thedatai.com.

Sound Healing & Sound Therapy - Ganzheitliche Entspannung und Heilung

Ein intensives Hörerlebnis, Entspannung und tiefgreifende Heilung stehen im Mittelpunkt der Sound Healing und Sound Therapy von Wellness Managerin Mooza Mohd im The Datai Langkawi. Die traditionell asiatischen Heiltechniken basieren auf der Wirkung von Klängen und Schwingungen. Die speziell für die Klangtherapie verwendeten Himalaya-Klangschalen sind so konstruiert, dass sie einen resonanten und beruhigenden Klang erzeugen, der harmonische Töne und Schwingungen aussendet. Diese dringen tief in den Körper ein und beeinflussen das gesamte Nervensystem positiv. Die Rhythmen und Frequenzen versetzen das Bewusstsein in einen meditativen Zustand, in dem eine tiefe Entspannung auf allen Ebenen stattfindet: körperlich, geistig, emotional und spirituell. Ob zum Stressabbau, zur Harmonisierung von Aura und Chakren oder zur Entschlackung und Entgiftung, die Klangtherapie bringt den Körper wieder vollständig ins Gleichgewicht.

Beach-Bootcamp – Ganzkörpertraining inmitten der paradiesischen Datai-Bucht

Einen besonderen Reiz bietet auch das Beach-Bootcamp direkt am Strand mit Personal Trainer Muhammad Danish. Mit Sand unter den Füßen und Sonne auf der Haut fordern die abwechslungsreichen Übungen mit Reifen und Gewichten Kraft und Ausdauer gleichermaßen. Während der ganze Körper sportlich gefordert wird, entspannen mental der weite Blick auf die Datai-Bucht und die sanften Geräusche von Meer und Regenwald und machen das Training so auch für die Seele zu einem wahren Erlebnis.



The Datai Fitness Journey - Maßgeschneiderte Fitness- und Wellnessprogramme

The Datai Langkawi wird in Kürze zusätzlich sein neues Fitness- und Wellnesskonzept PULIH – The Datai Fitness Journey einführen, das auf jeden Gast individuell zugeschnitten ist. Vor der Ankunft im Hotel erhält jeder einen Gesundheitsfragebogen, der sowohl den Spa- als auch den Fitnessbereich abdeckt, um Informationen über Fitnessniveau, aktuelles Sportpensum und bevorzugte Aktivitäten zu erhalten. Dies gibt den Therapeuten und Trainern Zeit, sich auf den Gast einzustellen und sein individuelles Programm entsprechend vorzubereiten. Die Fitness- und Wellnessreise beinhaltet neben einer individuellen Analyse der Körperzusammensetzung ein maßgeschneidertes Sportprogramm, Massagen vor und nach dem Training sowie ein nährstoffreiches Mittagessen aus dem Wellness-Menü des Beach Clubs.

Über The Datai Langkawi

The Datai Langkawi, eines der schönsten Resorts der Welt, befindet sich an der nordwestlichen Spitze der Insel Langkawi in Malaysia. Eingebettet in einen uralten Regenwald mit reicher Tierwelt und mit Blick auf die ruhige Datai-Bucht, die von National Geographic als einer der 10 besten Strände der Welt ausgezeichnet wurde, verzaubert das kultige Anwesen mit faszinierender Natur, visionärer Architektur, schlichter Eleganz und malaysischer Gastfreundschaft. Alle 121 Zimmer, Villen und Suiten im The Datai Langkawi, einschließlich der The Datai Estate Villa mit fünf Schlafzimmern, bieten einen atemberaubenden Blick auf die umliegende Natur. Inmitten der Baumkronen, im Herzen des Regenwaldes und direkt an der Küste gelegen, sind die gastronomischen Betriebe, darunter das preisgekrönte The Gulai House, The Pavilion, The Dining Room und The Beach Club, eine Hommage an die exotischen Aromen und kulinarischen Traditionen der Region und darüber hinaus. Zu den besonderen Einrichtungen gehören The Nature Centre, eine Bildungseinrichtung, in der Naturforscher und Meeresbiologen arbeiten, und The Spa mit Ramuan-Behandlungen, einer eigenen Akar-Linie und VOYA-Gesichtsbehandlungen. Zu den Freizeiteinrichtungen gehören drei Pools, ein hochmodernes Fitnesscenter im The Health Club, eine Reihe von Wellness-Aktivitäten wie Pilates und Yoga, die Einkaufsmöglichkeit The Boutique, ein reservierter Raum für die Präsentation lokaler Kunst und Talente im The Atelier sowie einer der landschaftlich reizvollsten Golfplätze der Welt, der von der Golflegende Ernie Els entworfen wurde, der Els Club Teluk Datai. Das Resort hat 2019 The Datai Pledge gegründet - eine Stiftung für Nachhaltigkeit und Naturschutz, die Langkawis einzigartige Fauna, Flora und Gemeinden unterstützt. Alle Erlöse aus The Datai Pledge kommen dieser Arbeit zugute und spenden an lokale, gemeinnützige Organisationen. Das Datai Langkawi wird von Datai Hotels and Resorts Sdn Bhd verwaltet, einer Gesellschaft, die für die Verwaltung und den Betrieb von Hotelanlagen in Malaysia und darüber hinaus gegründet wurde. Weitere Informationen unter www.thedatai.com.

Bitte beachten Sie: Die Bildrechte liegen bei The Datai Langkawi. Alle Fotos dürfen nur in Verbindung mit einer redaktionellen Berichterstattung unter Nennung von The Datai Langkawi verwendet werden. Eine kommerzielle Nutzung ist ausdrücklich untersagt.

Buchungskontakt

The Datai Langkawi
Jalan Teluk Datai
Kedah Darul Aman
Malaysia
Tel: +60 4 9500 500
reservations@dataihotels.com
www.thedatai.com

Presse- und Fotoanfragen

segara Kommunikation® GmbH
Verena Mühlegger
Harmatinger Straße 2
D-81377 München
Tel: +49 (0) 89 552 797 14
verena@segara.de
www.segara.de