



SCHLOSS FUSCHL  
A LUXURY COLLECTION  
RESORT & SPA  
Fuschlsee - Salzburg



Schloss Fuschl SPA



Schloss Fuschl Resort & SPA



Massage am See

## Presseinformation

### Im Schlaf zur Analyse und Erholung

## „Life-Battery Programm“ exklusiv im Schloss Fuschl Resort & SPA

*München/Hof bei Salzburg im Januar 2012 – Jeder Dritte leidet an Schlafstörungen – das 3-tägige „Life-Battery Programm“ der Salzburger SportLounge hilft Gästen des [Schloss Fuschl Resort & SPA](#), wieder mehr Schlaf- und damit Lebensqualität zu gewinnen. Während Experten die Schlafanalyse im bequemen Bett des „Gault Millau Hotel des Jahres 2011“ durchführen, finden einzelne Programmbausteine direkt in der Christian Doppler Klinik in Salzburg statt. Ein hochkarätiges Team aus den Bereichen Sportmedizin, Neurologie, Psychologie, sowie Mentaltrainer, Sporttrainer und Ernährungscoaches helfen den Teilnehmern mit maßgeschneiderten Programmen, wieder Erholung und Ausgleich zu erlangen – durch gesunden, entspannten Schlaf. Das Wohlfühl-Programm des Schloss Fuschl unterstützt den Weg zu mehr Lebensqualität mit einem umfangreichen Wellness-Paket.*

Die einmalige Lage auf einer Halbinsel im Fuschlsee haben schon die Gründer des 1450 erbauten Schloss Fuschl als besonderen „Kraftplatz“ entdeckt. Es ist ein idealer Ort, um zur Ruhe zu kommen und wieder Energie zu tanken. Mit dem luxuriösen Service des Hotels und dem umfangreichen medizinischen „Life-Battery Programm“ wird hier Gästen mit Schlafstörungen geholfen, Ursachen und Lösungen zu finden.



### **Drei Tage und 13 Fachexperten für ein Leben ohne Schlafstörung**

Die SportLounge in Salzburg, unter der Leitung des mehrfachen Zehnkampfstaatsmeisters und ehemaligen Konditionstrainer der österreichischen Damen Ski-Nationalmannschaft Wolfgang Spann, hat dafür ein hochkarätiges Team zum „Life-Battery Programm“ versammelt und einen speziellen Ablauf erarbeitet: Beginnend mit einem Schlaftest, der in Zusammenarbeit mit dem Helios Schlaflabor der EMCO Klinik direkt im Schloss Fuschl Resort & SPA durchgeführt wird, erheben unterschiedliche Experten den Zustand des Teilnehmers mit dem Ziel, ein individuelles und ganzheitliches Programm zu entwickeln, um den psycho-physischen Zustand wieder ins Gleichgewicht und das Leben Betroffener in eine gesunde Balance zu bringen. Zu den Fachmännern gehören Univ.-Prof. Dr. Eugen Trinkka, Leiter der Neurologie an der Christian Doppler Klinik in Salzburg, Fachärzte seiner Abteilung, Univ.-Prof. Dr. Friedrich Hoppichler, Vorstand der Abteilung für Innere Medizin am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Dr. Jörg Duftner, Ärztlicher Leiter des Helios Schlaflabors, als auch Gesundheitspsychologen, Personal Coaches, Ernährungs- und Gesundheitstrainer.

### **Folgeprogramm zur Gewichtsreduktion und Burnout-Prävention**

Um speziell auch bei Burnout- und Gewichtsproblemen nachhaltig die eigene Lebensqualität zu verbessern, bietet die SportLounge eine Erweiterung des „Life-Balance Programmes“ im Schloss Fuschl um fünf oder acht Tage, in denen umfangreiche Gespräche mit allen am Programm teilnehmenden Experten geführt werden. „Schlafstörung ist ein Zustand, der sich auf den gesamten Organismus und damit auf viele Aspekte des Alltags Betroffener auswirkt“, betont Wolfgang Spann die Bedeutung von Schlafstörung. Auch Univ.-Prof. Dr. Friedrich Hoppichler ist überzeugt: „Wenn Schlafdauer und Schlafqualität langfristig nicht befriedigend sind, kann das, abgesehen von der psychischen Belastung, auch Ursache für zahlreiche, ernsthafte physische Krankheiten sein“. So werden nachweislich der Stoffwechsel, das Körpergewicht und die Psyche in Mitleidenschaft gezogen und es kann zu Erkrankungen wie Übergewicht, Fettsucht, Diabetes, Parkinson oder, im Extremfall, Krebs kommen.

### **Ablauf „Life-Battery Programm“**

Das 3-tägige Programm kann ab sofort über das Schloss Fuschl Resort & SPA in Hof bei Salzburg gebucht werden. Die Gäste können ein individuelles Datum wählen. Das „Life-Battery Programm - Burnout“ beinhaltet zum Preis von 3822,00 EUR p.P. zwei Übernachtungen inklusive den folgenden Punkten:



- Tag 1** 13.00 – 14.00 Uhr Anreise und Erstgespräch sowie Transfer nach Salzburg  
14.00 – 16.00 Uhr Sportmedizin (SALK)  
16.00 – 17.30 Uhr Dr. Erasmia Broussalis: neurologische Untersuchung,  
kleines Blutbild, Schlaganfallvorsorge US  
17.30 – 18.30 Uhr Biofeedbackmessung  
18.30 – 19.00 Uhr Transfer Schloss Fuschl Resort & SPA  
19.00 – 20.00 Uhr Wellness, Massage im Schloss Fuschl SPA  
20.00 – 21.00 Uhr Abendessen  
21.00 Uhr Schlaftest mit dem Helios Schlaflabor der EMCO Klinik
- Tag 2** 08.30 – 09.30 Uhr Frühstück  
09.30 – 12.00 Uhr Mentaltraining  
12.00 – 14.00 Uhr Mittagessen mit Ernährungsberatung  
14.00 – 16.30 Uhr Energiestatuserhebung  
17.00 – 18.30 Uhr Sport  
18.30 – 20.00 Uhr Wellness, Massage  
20.00 Uhr Abendessen
- Tag 3** 08.30 – 09.30 Uhr Frühstück  
09.30 – 11.00 Uhr Abschlussgespräch  
12.00 – 13.00 Uhr Mittagessen  
13.00 Uhr Abreise

### **Schloss Fuschl, A Luxury Collection Resort & SPA**

Das legendäre Fünf-Sterne Hotel am Fuschlsee gehört zu den renommiertesten Hotels Europas und freut sich über den Titel „Gault Millau Hotel des Jahres 2011“. Es besticht neben seinen 110 exquisiten Zimmern, Suiten und den direkt am See gelegenen Seehäusl, durch die „Schloss Fuschl Collection“, einer musealen Kunstsammlung von mehr als 150 Alten Meistern. Kulinarische Akzente werden mit dem Schloss Restaurant, der Vinothek und der für Events und Kochkursen genutzten Suite Imperial gesetzt. Die Oldtimersammlung und das modern-elegante Schloss Fuschl SPA, ein luxuriöses Refugium der Sinne auf 1100 Quadratmetern, ergänzen das Gesamtkunstwerk Schloss Fuschl. [www.schlossfuschlsalzburg.com](http://www.schlossfuschlsalzburg.com).



SCHLOSS FUSCHL  
A LUXURY COLLECTION  
RESORT & SPA  
Fuschlsee - Salzburg

### **Starwood Hotels & Resorts Worldwide, Inc.**

Starwood Hotels & Resorts Worldwide, Inc. ist mit mehr als 1.071 Hotels in 100 Ländern und 145.000 Mitarbeitern in eigenen Hotels und Management-Betrieben eine der führenden Hotelgesellschaften der Welt. Starwood ist Eigentümer, Betreiber und Franchisegeber von Hotels, Resorts und Residenzen international bekannter Marken wie St. Regis, The Luxury Collection, W, Westin, Le Méridien, Sheraton, Four Points by Sheraton, Aloft und Element. Das Kundenbindungsprogramm Starwood Preferred Guest (SPG) zählt zu den führenden Bonussystemen der Hotellerie. Mitglieder sammeln Punkte und können diese unter anderem gegen kostenfreie Übernachtungen, Zimmer-Upgrades und Flugtickets bei zahlreichen Airlines eintauschen – ganz ohne Sperrzeiten. Darüber hinaus ist Starwood Eigentümer der Starwood Vacation Ownership, Inc., eines der führenden Entwickler- und Betreiberunternehmen von qualitativ hochwertigen Time-Sharing-Urlaubsresorts. [www.starwoodhotels.com](http://www.starwoodhotels.com)

### **The Luxury Collection Hotels & Resorts**

The Luxury Collection ist ein exklusiver Zusammenschluss von Hotels und Resorts, die sich in den interessantesten und begehrtesten Destinationen der Welt befinden und ihren weitgereisten Gästen ein unvergessliches und authentisches Erlebnis bereiten. Jedes einzelne Hotel greift auf einzigartige Art und Weise die Besonderheiten und Traditionen des jeweiligen Standortes auf und gewährt so Zugang zur lokalen Historie und kulturellen Schätzen. Die Häuser der Luxury Collection sind bekannt für ihre Geschichte, ihre Architektur, ihr Interieur sowie ihre Kunst und binden einheimische Gebräuche und standorttypische Merkmale in das Erlebnis der Gäste ein. Dabei erfüllen sie jeden Wunsch mit herausragendem Service. Derzeit besteht die seit 1906 bestehende luxuriöse Kollektion aus über 75 Hotels und Resorts in mehr als 30 Ländern, die alle den Ruf genießen zur Weltelite zu gehören, darunter beispielsweise das Hotel Grande Bretagne in Athen, das Hotel Imperial in Wien, das Castillo Hotel Son Vida auf Mallorca, das Hotel Danieli in Venedig, das Alfonso XIII in Sevilla oder das Hotel Elephant in Weimar. Wie alle Marken von Starwood Hotels & Resorts nehmen auch die Hotels der Luxury Collection am renommierten Bonusprogramm Starwood Preferred Guest teil. [www.luxurycollection.com](http://www.luxurycollection.com)

**Bilder** stehen in Druckformat unter [www.liebl-presse.de](http://www.liebl-presse.de) zur Verfügung.

#### **Pressekontakt:**

**uschi liebl pr**, Emil-Geis-Straße 1, 81379 München, Lilly Wolf, [lw@liebl-pr.de](mailto:lw@liebl-pr.de), Tel. + 49/89/7240292-11

**Schloss Fuschl Betriebe GmbH**, Schloss Straße 19, A-5322 Hof bei Salzburg, Austria,  
[www.schlossfuschlbetriebe.com](http://www.schlossfuschlbetriebe.com) Susanne Rühl, Tel. +43 (0)6229 2372 2556, Fax -2559, Email:  
[susanne.ruehl@starwoodhotels.com](mailto:susanne.ruehl@starwoodhotels.com)