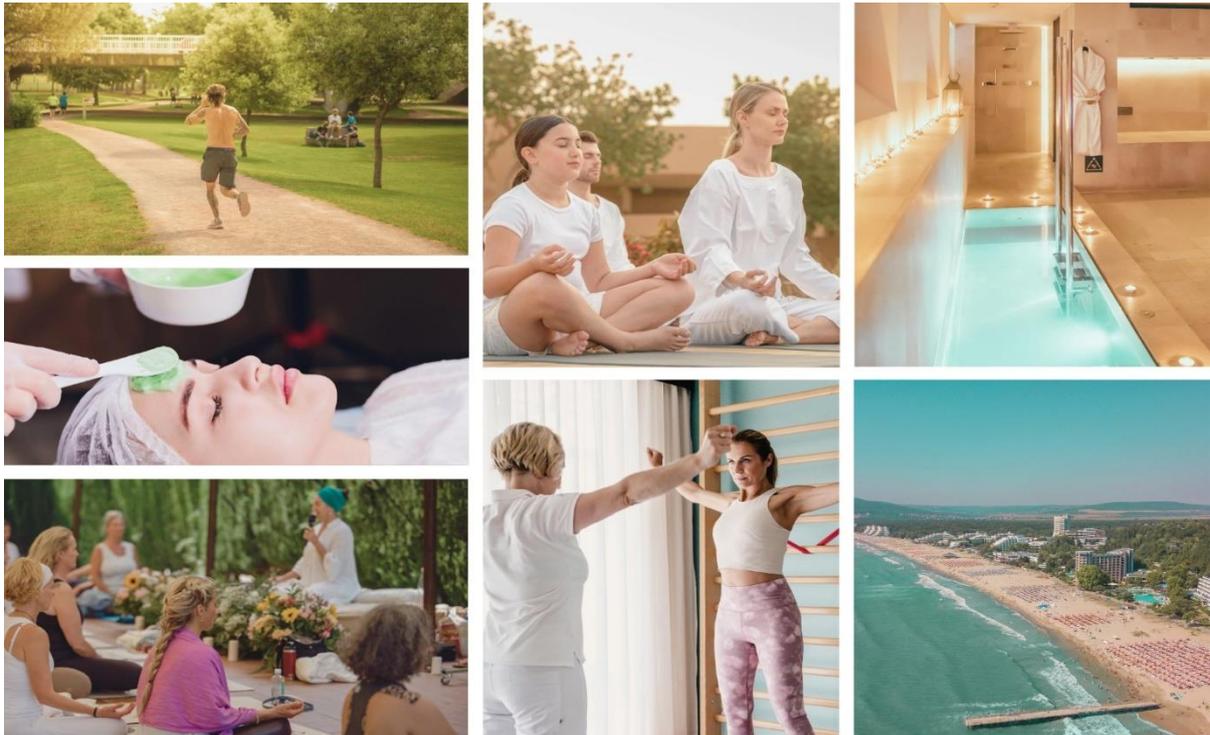


PRESSEINFORMATION

Gesundheitsurlaub für alle Altersgruppen: Ein Wachstumsmarkt

Von Stressbewältigung bis Longevity – wie Urlaub zu einer Quelle für ganzheitliches Wohlbefinden wird.



Frankfurt am Main, 23. April 2025 - Immer mehr Menschen wünschen sich im Urlaub nicht nur Entspannung, sondern auch Impulse für ein ganzheitlich gesundes Leben. So gaben bei einer Erhebung von beauty24.de und Wellness-Hotels & Resorts 85 Prozent der 50- bis 69-Jährigen an, dass sie sich besonders für „Longevity“-Angebote interessieren, die ein längeres, gesünderes Leben fördern sollen. Besonders gefragt sind Programme zur Stressreduktion, Bewegung, mentaler Ausgeglichenheit und gesunder Ernährung. Ob Spa, Yoga, Detox oder Medical Wellness – gefragt sind Reiseziele, die Erholung, Prävention und neue Lebensenergie miteinander verbinden. Passend dazu präsentieren die Reiseexperten von Global Communication Experts ausgewählte Destinationen und Hotels, die mit innovativen Konzepten im Gesundheitstourismus überzeugen.

Kuren zum Top-Preisleistungsverhältnis an der bulgarischen Schwarzmeerküste in Albena

Bulgarien nimmt mit seinen reichen Mineralwasser- und Schlammvorkommen einen der führenden Plätze im Gesundheitstourismus Europas ein. Erschlossen sind mehr als 550 Thermalstätten mit

Kontakt:

Global Communication Experts GmbH
Hanauer Landstraße 184 | 60314 Frankfurt am Main
Tel.: + 49 69 175371-00 | E-Mail: mail@gce-agency.com | Internet: www.gce-agency.com
Facebook: | Instagram: [gce_agency](https://www.instagram.com/gce_agency) | Twitter: [GCE_agency](https://twitter.com/GCE_agency)

PRESSEINFORMATION

insgesamt rund 1.600 Quellen, nur Island hat mehr. Drei der Quellen sprudeln in Albena, dem größten Seebad Europas, aus dem Boden. Ihr Mineralwasser fließt durch das gesamte Resort und wird für zahlreiche Therapien im [Medical Center](#) genutzt.

Hier können Gäste diverse Kurprogramme – vorsorglich oder bei akuten Problemen – absolvieren. Sie sind für 5, 10 oder 15 Tage buchbar und nach einem ausführlichen Arztgespräch individuell auf die eigenen Bedürfnisse abgestimmt. Auch der Preis stimmt: beispielsweise sind die Behandlungen bei einem 14-tägigen Aufenthalt mit mehreren Anwendungen täglich ab rund 350 Euro zu haben. Der Vorteil: Die Kosten dafür werden von einigen deutschen und österreichischen Krankenkassen übernommen.

Buchungen über www.flamingotours.de oder per E-Mail unter info@flamingotours.de.

Longevity zum Einchecken: Wie ein Aufenthalt in Marienbad neue Lebensjahre schenken kann

Der Gesundheitstrend *Longevity* verspricht nicht nur ein längeres, sondern vor allem ein gesünderes Leben – und das bei richtiger Umsetzung um bis zu zwei Jahrzehnte länger. Das 5-Sterne [Falkensteiner Spa Resort Marienbad](#) greift diesen Ansatz mit einem hochmodernen Longevity-Programm auf. Herzstück ist ein umfassender Gesundheitscheck, bei dem Schlaf, Stoffwechsel, Blutwerte und mehr analysiert werden. Darauf basierend wird ein maßgeschneiderter Lifestyle-Plan entwickelt – mit Fokus auf Ernährung, Bewegung, Schlafqualität und Resilienz.

Neben medizinischer Präzision bietet das Resort auch konkrete Maßnahmen: Yoga, Wanderungen, personalisierte Menüs nach dem Prinzip „Hara hachi bu“, Schlaf-Coaching und Achtsamkeitstraining fördern langfristiges Wohlbefinden. Auch digital bleibt die Motivation erhalten – per App mit individuellen Rezepten und Trainingsplänen. Eingebettet in die historische Kulisse von Marienbad, vereint das Spa Resort medizinische Kompetenz mit luxuriösem Ambiente – für alle, die alt werden wollen, ohne sich alt zu fühlen.

Kontakt:

Global Communication Experts GmbH
Hanauer Landstraße 184 | 60314 Frankfurt am Main
Tel.: + 49 69 175371-00 | E-Mail: mail@gce-agency.com | Internet: www.gce-agency.com
Facebook: | Instagram: [gce_agency](#) | Twitter: [GCE_agency](#)

PRESSEINFORMATION

Urbaner Rückzugsort mit mediterranem Flair: Palma als Hotspot für ganzheitliche Retreats

Nur wenige Städte verbinden urbanes Leben, mediterrane Leichtigkeit und direkten Zugang zur Natur auf so harmonische Weise wie Palma. Die malerische Inselhauptstadt Palma schafft mit ihrer Nähe zum Meer, der historischen Altstadt und einer Vielzahl nachhaltiger Genussangebote den perfekten Rahmen für ganzheitliche Retreats mitten im Herzen der Stadt. Ein Paradebeispiel für den urbanen Gesundheitstourismus ist das [Boutique Hotel Can Bordoy Grand House & Garden](#). Eingebettet in einen üppigen Garten im Herzen der Altstadt, lädt das Fünf-Sterne-Hotel mit seiner friedvollen Atmosphäre zur tiefen Entspannung ein.

Durch die Kooperation mit [Sadhana Works](#) wird das Haus regelmäßig zu einem Transformationsort mit maßgeschneiderten Retreats zu Kundalini-Yoga, Achtsamkeit, gesunder Ernährung und bewusstem Lebensstil. Sadhana Works verbindet durch Retreats, Events und Bildungsangebote internationale Weisheit mit der natürlichen Kraft Mallorcas und kooperiert dabei eng mit exklusiven Häusern. Neben ihrem hohen inhaltlichen Anspruch überzeugen sie auch kulinarisch: Die mediterrane Küche, geprägt von regionalen und lokalen Produkten, vereint Genuss und Gesundheit. Palma ist ein Zentrum für Slow Food, biozertifizierte Märkte und kreative Küchenkonzepte, die Körper und Geist gleichermaßen nähren.

Valencia – Gesundheit und mediterrane Lebensqualität

Valencia überzeugt als Gesundheitstourismus-Destination mit erstklassigen medizinischen Spezialisten und modernster Technologie. In hochmodernen Kliniken werden unter anderem Behandlungen in den Bereichen Fertilität, Traumatologie, Zahnmedizin, Augenheilkunde, Dermatologie wie auch Ästhetik durchgeführt. Ergänzt wird das vielfältige Angebot durch balneologische Einrichtungen wie den urbanen Balneario La Alameda und den Balneario de Cofrentes, der auch Spaniens einzige Longevity-Schule beherbergt.

Valencia wurde in einer Studie des britischen Finanzproduktvergleichsdienstes Money zur gesündesten Stadt der Welt gekürt. Die hohe Lebenserwartung, geringe Umweltverschmutzung aber auch niedrige Fettleibigkeitsrate und die gesundheitlichen Vorteile der mediterranen Ernährung tragen zu diesem Titel bei. Die Stadt besticht zudem durch ihren mediterranen Lebensstil: Das Leben im Freien, das milde

Kontakt:

Global Communication Experts GmbH
Hanauer Landstraße 184 | 60314 Frankfurt am Main
Tel.: + 49 69 175371-00 | E-Mail: mail@gce-agency.com | Internet: www.gce-agency.com
Facebook: | Instagram: [gce_agency](#) | Twitter: [GCE_agency](#)

PRESSEINFORMATION

Klima, die vielen Sonnenstunden und die exzellente Gastronomie machen Valencia zu einer besonders gesunden Stadt. Saisonale und lokal produzierte Lebensmittel sowie kurze Wege schaffen ideale Voraussetzungen für Wohlbefinden und Regeneration.

Weitere Informationen unter <https://www.visitvalencia.com/de/was-machen-in-valencia/medical-destination>.

Katar vereint traditionelle Medizin mit moderner Wellness für jedes Alter

[Katar](#) entwickelt sich zunehmend zu einem attraktiven Reiseziel für [Wellness- und Gesundheitstourismus](#) mit unzähligen [Spa-Angeboten](#) und erstklassigen [Wellness-Resorts](#) wie das preisgekrönte Zual Wellness Resort by Chiva-Som. Zual ist das erste Resort weltweit, das die Prinzipien der traditionellen arabischen und islamischen Medizin (TAIM) mit modernen Wellnessansätzen vereint. Angeboten werden unter anderem Kräuteranwendungen, Hijama (Schröpfen) und Qatari Hamiz (tiefenwirksame Massagen). Eine weitere Besonderheit ist der Fokus auf Familien: Neben dem exklusiven Bereich für Erwachsene (Zual Serenity) werden im Zual Discovery Kinder nicht nur geduldet, sondern gezielt mit Workshops und Outdoor-Aktivitäten und Spa-Erlebnissen an Entspannung, Achtsamkeit sowie ein verbessertes Körperempfinden herangeführt. 2024 wurde das Zual Wellness Resort mit dem Titel „Spa of the Year“ bei den Ohlala Spa and Wellness Awards ausgezeichnet. Außerdem erhielt das Restaurant Al Sidr den Preis „World’s Best Wellness Hotel Restaurant“ bei den World Culinary Awards 2024.

Über global communication experts

Global Communication Experts GmbH (GCE) ist eine der führenden deutschen Repräsentanz-, Marketing- und Kommunikationsagenturen im Bereich Tourismus und Hotellerie. Zu den [Kunden](#) der Agentur mit Hauptsitz in Frankfurt und einer Dependence in München gehören Tourismus-Organisationen, Kreuzfahrt-Unternehmen, Kunden aus dem Reisevertrieb und Mobilität sowie der Luxus-Hotellerie. Global Communication Experts GmbH ist Mitgründer und Gesellschafter der europäischen Agentur International Tourism Group ITG sowie Mitglied des Deutschen Reiseverbands (DRV), des Travel Industry Club und der touristischen Nachhaltigkeitsinitiative Futouris e.V.

Kontakt:

Global Communication Experts GmbH
Hanauer Landstraße 184 | 60314 Frankfurt am Main
Tel.: + 49 69 175371-00 | E-Mail: mail@gce-agency.com | Internet: www.gce-agency.com
Facebook: | Instagram: [gce_agency](#) | Twitter: [GCE_agency](#)