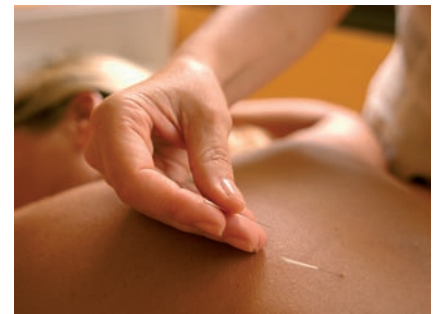
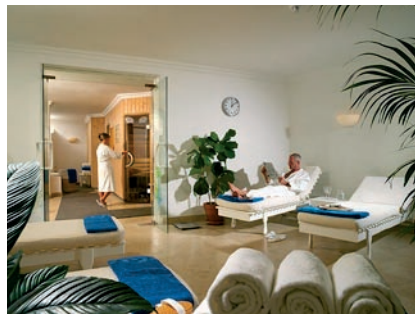
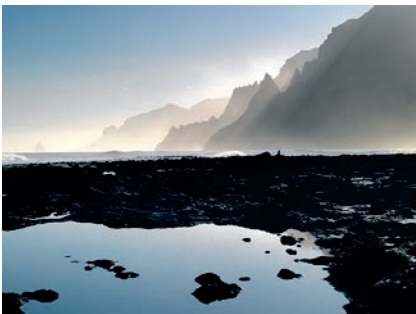


Medical Wellness im grünen Norden Teneriffas

Das OCÉANO Ferienhotel und Gesundheitszentrum
bietet seit über 30 Jahren Wohlfühl- und Gesundheitsprogramme



**Nehmen Sie sich Zeit
für Ihre Gesundheit in
entspannter und vitalisierender
Umgebung mit Therapie
nach F. X. Mayr, Osteopathie,
Thalasso-Anwendungen, Shiatsu
und gewinnen Sie neue
Lebensfreude.**

Es gibt heute zahlreiche Spas, die ihre Gäste mit Meeressäugern oder anderen Naturklängen beschallen um ihnen das Gefühl von Urlaub, Ferne und Freiheit zu vermitteln. Wer hier die Augen schließt, darf sich das gleichmäßige Heranrollen gigantischer Atlantikwellen vorstellen und mehrere Minuten damit verbringen, den im Hintergrund zankenden Möwen zuzuhören. Bei mir lösen diese Klänge neben dem beabsichtigten Wohlgefühl stets eine gewisse Sehnsucht nach »Mee(h)r« aus und ich nehme mir immer wieder vor, die unzähligen Wellness-Kataloge in der Redaktion nach einem passenden Hotel mit originalem Meeressäugern zu durchsuchen.

So betrachtet war es nur eine Frage der Zeit, bis ich auf das Océano Ferienhotel und Gesundheitszentrum aufmerksam wurde. Auslöser war eine (Werbe-)»Post aus Punto del Hidalgo«, die mir im Januar auf den Tisch flatterte und den gleichen pawlowschen Reflex auslöste, wie die Tonbandklänge in der Wellnessoase: »Stellen Sie sich vor, Sie ziehen im Pool bei 26 Grad Ihre Bahnen und atmen beste Atlantikluft, während zu Hause in Deutschland Schnee, Eis und Kälte den Daheimgebliebenen bis in das Mark dringen ...« forderte Matthias Rolle, Geschäftsführer des Océano auf der Titelseite – Draußen kämpfte gerade die Berliner Stadtreinigung mit dem ersten Blitzeis des Jahres! ...

Gesundheitsurlaub auf Teneriffa?

Die westlichen Kanareninseln – allen voran Teneriffa und La Palma – verfügen über das ausgeglichene Klima der Welt. Und sie sind oft schneller und leichter zu erreichen als manch Ostfriesische Insel, wo man von einer ähnlich frischen Meeresbrise profitiert. Allerdings ist der Atlantik mit 19 Grad im Januar so warm wie die Nordsee im Sommer.

Umso erstaunlicher ist es, dass es kaum Medical Wellness-Angebote auf Teneriffa gibt. Das Océano ist hier immer noch eine der wenigen Ausnahmen. Aber auch die Geschichte des Ferienhotels und Gesundheitszentrums und seine Lage weitab der in Spanien unvermeidlichen Tourismushochburgen machen es zu etwas ganz besonderem.

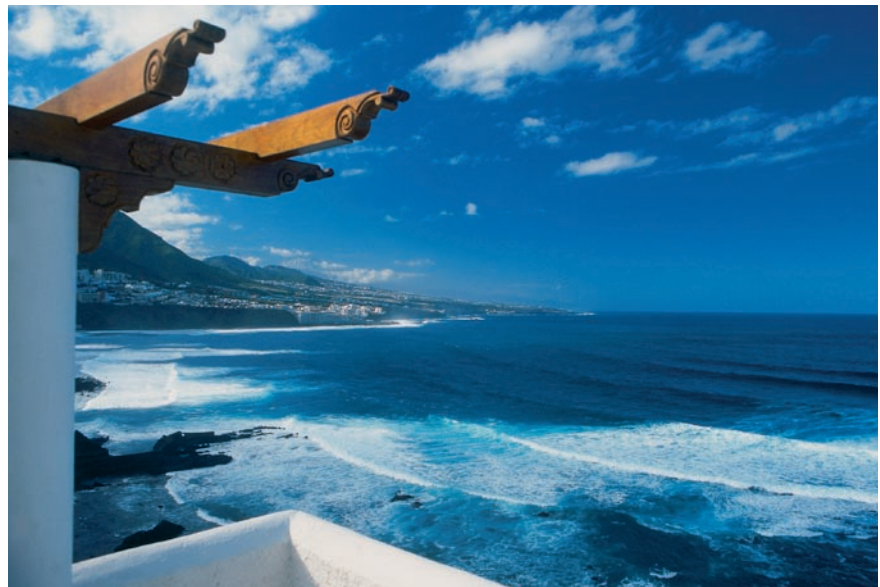
Das Océano wurde bereits 1965 von dem deutschen Unternehmer Karl Rolle gegründet und von seinem Sohn Dr. Jürgen Rolle zu einer Oase der Entspannung weiterentwickelt. Heute liegt es in der Obhut seines Enkels Matthias Rolle.

Arrangement: „Gesunder Rücken“

Ein gut abgestimmtes Programm für Beschwerden des Bewegungsapparates. Entscheidend ist die Kombination aus aktiven und passiven Maßnahmen, damit die Beweglichkeit langfristig gebessert wird. Grundlegend ist die Lösung von Blockaden durch osteopathische Behandlungen. Diese werden durch die Kombination aus Massage und Fangopackungen zur Entspannung und anschließendes Aufbautraining ergänzt.

Leistungen über 6 Tage:

- Ärztliche Wirbelsäulen- und Haltungsanalyse
 - Osteopathie (2 x) ■ Massage (2 x 45 Min.)
 - Fangopackungen (2 x) ■ Erstellung eines Trainingplanes ■ Personal Training (30 Min.)
- 380,- Euro**



Das Dorf „La Punta del Hidalgo“ liegt am nordöstlichen Ende der Küstenstraße auf einer kleinen Landzunge, die in den Atlantik vorspringt. Vom Océano blickt man nach Westen über eine Bucht entlang der Küste, über der sich majestätisch der Kegel des »Pico del Teide« erhebt – der mit 3718 Metern höchste Berg Spaniens.

Der traditionelle Charakter der Umgebung hat sich weitgehend erhalten. In den Sommermonaten fahren die Fischer wie eh und je mit ihren bunten Holzbooten vom nahe gelegenen Naturhafen aus hinaus aufs Meer. An der Uferpromenade laden kleine Geschäfte und Restaurants zum Verweilen ein.

Die 82 Apartments und vier Suiten des Hotels bieten einen angenehmen Wohnkomfort mit freiem Blick über den Atlantik und auf den »Teide«. Fast alle Zimmer sind mit Balkon ausgestattet, in elegant mediterranem Stil eingerichtet und verfügen neben überdurchschnittlich großem Bad mit Dusche oder Badewanne auch über eine kleine Teeküche.

Das allgegenwärtige Wechselspiel zwischen der archaischen Kraft des Meeres und der besinnlichen Ruhe des Hotels lässt sich besonders am Neben-

einander von subtropischem Hotelgarten und dem unmittelbar darunter liegenden Meeresschwimmbecken erleben. In dem von Lavagestein und zahllosen Blüten umgebenen Garten finden sich viele schützende Nischen, von denen aus der Blick über das weite Meer streifen kann. Durch ein kleines Tor gelangt man direkt zum Schwimmbecken an dessen Begrenzungsmauer sich die heranbrandenden Wellen in einem nie endenden Schauspiel brechen. Das Schwimmen im Ozean lässt sich hier so elementar und so sicher wie an kaum einem andern Ort genießen.

Wesentlicher Bestandteil des Urlaubs-konzeptes war von Anfang an die Verbindung von Erholung und Gesundheitsangebot. Im vergangenen Jahr wurden die Behandlungsräume des Spa völlig neu gestaltet. Ins Auge springen das gelungene Farb-Licht-Konzept und der die Umgebung des Océano reflektierende Naturstein in Verbindung mit warmen Holzönen.

Aber nicht nur räumlich sollen Entspannung, Erholung und Regeneration Hand in Hand gehen. Ein eingespieltes Team von Medizinerinnen und Therapeuten betreut jeden Gast individuell.

Das umfangreiche Therapieangebot nutzt die Kräfte des einzigartigen Ortes:





OCÉANO
FERIENHOTEL UND
GESUNDHEITZENTRUM



Der Atlantik bringt solehaltige Luft und ein gesundes Klima und schafft gemeinsam mit der unberührten Bergwelt des Anaga-Massivs eine beeindruckende Kulisse für die Auseinandersetzung mit sich und seiner Gesundheit. Bewährte Therapien aus den östlichen Medizintemperaturen wie Akupunktur, Ayurveda, Osteopathie und Shiatsu helfen, die Selbstheilungskräfte anzuregen und die Lebenskraft zu stärken. Erstklassige Wellnessbehandlungen und natürliche Kosmetik ergänzen das Angebot.

Eine Grundlage der Präventions- und Regenerationsmedizin am Océano bildet die **moderne Mayr-Medizin**. Diese »Fastentherapie« geht auf die Erkenntnisse des österreichischen Arztes Dr. F. X. Mayr zurück. Er stellt den Darm, den er wie die Traditionelle Chinesische Medizin als „Wurzel der Gesundheit“ betrachtet, in den Mittelpunkt seiner therapeutischen Bemühungen. Seine Anschauungen werden heute durch aktuelle Forschungsergebnisse gestützt: So bezweifelt niemand mehr den entscheidenden Einfluss des Darmes auf unseren Hormonhaushalt. Man geht davon aus, dass er über 70 Prozent aller immun-kompetenten Zellen unseres Organismus beherbergt.

Gegenstand der Mayr-Kur ist eine tief greifende Entschlackung und Entsäuerung des Körpers. Ausgehend von der Reinigung und Entgiftung des Darmes kommt es zu einer Regeneration aller Körperzellen und -gewebe.

Für die nach F. X. Mayr kurenden Gäste steht in unmittelbarer Nachbarschaft des Hotels ein eigenes Zentrum

zur Verfügung: Eine lichtdurchflutete Villa mit separaten Behandlungs- und Schulungsräumen und einer großzügigen Terrasse, auf der die Gäste ihre Mahlzeiten in erster Reihe am Atlantik genießen können. Hier kann man erleben, dass Entsagung und Genuss sich nicht widersprechen müssen.

Die klare Struktur der Tage, die bewusste Ernährung mit einer einfachen Kost und der intensive Kontakt mit dem Mayr-Arzt als Coach lassen die alltägliche Überreizung der Medien- und Leistungsgesellschaft in Vergessenheit geraten. Die Weite des Meeres, das Licht der kanarischen Sonne und die salzhaltige Luft werden zu einer intensiven Erfahrung. Dazu gesellen sich ergänzend Massagen, Packungen, Sauna und Meerwasserbäder.

Auch für die geistige Nahrung ist gesorgt: Das Océano organisiert regelmäßig Konzerte sowie Lesungen deutschsprachiger Künstler für seine Gäste.

Als bewährte Indikationen für eine Mayr-Kur gelten:

- Metabolisches Syndrom, Altersdiabetes, Fettstoffwechselstörung, Übergewicht
- Bluthochdruck
- Reizdarm und Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Refluxkrankheit, Gastritis, Divertikulose
- Wirbelsäulen- und Gelenksbeschwerden
- Burn-out
- Schlafstörungen
- Migräne
- Allergien

- Beschwerden der Wechseljahre
- Unerfüllter Kinderwunsch

Der Erfolgsfaktor des Océanos ist die glückliche Konstellation einer geliebten und bewussten Gesundheitsvorsorge unter südlicher Sonne mit reiner Luft im Angesicht der Brandung des Ozeans. ■

OCÉANO Urlaubsservice
Schönaauer Str. 20 · D-84307 Eggenfelden
Telefon: +49 (0)8 721 – 96 88 0
Fax: +49 (0)8 721 – 96 88 26
E-Mail: info@oceano.de
Internet: www.oceano.de

Hotelschrift:
OCÉANO Ferienhotel
Calle OCÉANO Pacifico, 1
E-38240 Punta del Hidalgo
(Tenerife - Islas Canarias)

»océano-adagio«
(F.X.Mayr Therapie-Programm mit einem langsameren Rhythmus an Behandlungen)

Wochen:	1	2	3
■ ärztliche Aufnahmeuntersuchung nach F. X. Mayr	1	1	1
■ ärztliche Bauchbehandlung	3	6	9
■ Thalasso-Anwendung	2	4	6
■ ärztliche Abschlussuntersuchung mit Ernährungsempfehlung	1	1	1
■ Colon-Hydro-Therapie	1	2	3
■ Diät nach ärztlicher Verordnung (in Tagen)	7	14	21
■ Wasser auf dem Zimmer, Kräutertee + Bittersalz	x	x	x
■ Teilnahme an Arztvorträgen	1	2	3
■ Azidose-Massage/ Reflexzonentherapie/ Lymphdrainage	2	4	6
Therapie-Preis (zuzüglich Zimmerpreis im OCÉANO-Ferienhotel)	622,- Euro	1.092,- Euro	1.562,- Euro

Ab der 4. Woche jede weitere Woche plus 470,- Euro