

---

## Urlaub 2020 mit „Active Wellness“

02.03.2020, 16:04 | Tourismus, Auto & Verkehr

Pressemitteilung von: *Thanyapura Health and Sports Resort*  
Presseagentur: *Schober PR*

---



Yoga macht stark und entspannt den Geist

Urlaubskonzepte, die gesundheitsorientierte Gäste zu einem besseren Lebensstil inspirieren, liegen im Trend. Mit „Active Wellness“ bedient Thanyapura Health & Sports Resort auf der thailändischen Insel Phuket diese Bedürfnisse. Wer mehr erwartet als nur Wellness, kann sein Urlaubserlebnis mit Sport, Lifestyle-Medizin, Mind-Training und Wellness aufwerten.

### Den Schalter umlegen mit „Active Wellness“

Das mehrfach ausgezeichnete Thanyapura Health & Sports Resort auf Phuket ist ein Ort für sportbegeisterte Urlauber. Und für Menschen, die etwas verändern und sich besser fühlen möchten. Unterstützt werden sie dabei von einem Team aus Trainern, Physiotherapeuten, Wellness- und Ernährungsberatern. Aufeinander abgestimmt entwickeln sie zusammen mit den Gästen individuelle Bewegungs-, Entspannungs- und Gesundheitsprogramme.

### Neues ausprobieren

„We optimise your life“ ist der Leitgedanke des Resorts. Die grüne, ruhige Umgebung in einem der letzten zusammenhängenden Regenwälder Phukets trägt dazu bei. Das Resort verfügt über erstklassige sportliche Einrichtungen wie 50-Meter und 25-Meter Pool, Leichtathletikanlage, Tennisanlage mit vier überdachten und zwei offen Plätzen, Fitness- und Yogaräume.

Nur wenige Schritte vom Hotel entfernt werden im Resort bis zu 100 Gruppenkurse wöchentlich kostenfrei für Hotelgäste angeboten. Hier können neue Sportarten ausprobiert, beim Mind-Training Achtsamkeit geübt oder von einem Personal Trainer Tipps für die richtige Technik eingeholt werden. [www.thanyapura.com/sports/facilities/](http://www.thanyapura.com/sports/facilities/)

### Achtsame Ernährung

Zu gesünderen Lebensstil und mehr Achtsamkeit inspiriert auch der Chefkoch Jamie Raftery aus Irland. Er verbindet Kochen mit Kunst. Sein farbenfrohes veganes Buffet im DiLite Restaurant strotzt vor Vitaminen. Es bietet die größte und beste Auswahl an veganer und Roh-Kost, die derzeit im Norden Phukets zu finden ist. Sein Wissen gibt der Chefkoch gerne in privaten oder Gruppen-Kochkursen an Gäste weiter. Das Thanyapura wurde übrigens von „VeganWelcome“ als vegan-freundliches Hotel ausgezeichnet.

Der eine macht Sport, der andere kocht

Das Resort ist auch für Paare geeignet, die unterschiedliche Interessen haben. Während der/die PartnerIn Runden im 50-Meter Olympiapool zieht, sich einer Lauf-, Bikegruppe oder einem Bootcamp anschließt, Tennis spielt oder einen der 100 Fitnesskurse belegt, kann sich der/die andere mit Massagen verwöhnen lassen, Gesundheitspakete buchen, Kochkurse belegen oder sich an den Stränden von Phuket erholen. Zweimal täglich fährt ein Shuttle kostenfrei zum Strand (circa 20 Minuten Fahrt).

Infos

Thanyapura Health & Sports Resort

120/1 Moo 7 Thepkasattri Road

Thepkasattri, Thalang

Phuket 83110, Thailand

M [reservations@thanyapura.com](mailto:reservations@thanyapura.com)

W [www.thanyapura.com](http://www.thanyapura.com)



Sport und Gesundheit - ideal kombiniert

<https://www.youtube.com/watch?v=SfOcEGKPS2I>

## Portrait

Das Thanyapura Health & Sports Resort auf Phuket ist Asiens führendes Gesundheits- und Sportresort. Es bietet ein breites Spektrum an Gesundheitsanwendungen und eine Vielzahl von Möglichkeiten für einen sportlichen Urlaub. Amateur- und Profisportler finden ganzjährig erstklassige Trainingsbedingungen. Das Thanyapura ist offizieller Trainingsort des Weltschwimmverbandes FINA und liegt 15 Minuten vom Airport entfernt, umgeben von einem der letzten Regenwälder Phukets

---

News-ID: 1078782 • Views: 443 (Stand: 30.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1078782/Urlaub-2020-mit-Active-Wellness.html>