

15. Dezember 2022

Detoxen, aber richtig!

## **Bavarian Detox - Basentag im Bodenmaiser Hof, Bayerischer Wald**



**Einfach mal Abtauchen und dabei über die Haut Schlackenstoffe ausscheiden - das verspricht das Basenbad mit Detox-Wirkung in einem Spahotel im Bayerischen Wald.**

*Foto (download): Nicht nur während des Basentags im Bodenmaiser Hof entspannen Gäste in einem der stylischen Ruhebereiche des Vier-Sterne-Superior-Hotels im Bayerischen Wald. © Bodenmaiser Hof*

Auch wenn das klassische Basenbad zu den „leichtesten“ Entgiftungsübungen zählt, kann man dabei doch einiges falsch machen, zum Beispiel bei der Dosierung des Salzes oder der Temperierung des Wassers. Hotelchefin Sandra Geiger-Pauli vom Bodenmaiser Hof im Bayerischen Wald hat sogar eine eigene Kosmetikserie entwickelt und weiß, worauf es ankommt: „Erst ab einem PH-Wert von 8,5 bis maximal 9,5 erzielt ein Basenbad die Detox-Wirkung, die es erzielen soll. Wir verwenden zum Check stets einen Teststreifen.“ Entsprechend genau nehmen es die Gesundheitsexperten des Vier-Sterne-Superior-Hotels auch beim Rest des Arrangements Basentag: Um den Körper optimal auf die Behandlung vorzubereiten, wird zuerst ein Peeling zum Öffnen der Poren aufgetragen, bevor es in die Wanne geht. Dort verhält sich das spezielle Salz wie ein Magnet. Tritt nach einer gewissen Zeit die so genannte Osmose ein, scheidet der Körper dank des Austauschs zwischen Basenwasser und Säureschutzmantel Schlackenstoffe über die Haut aus. Eine basische Fußmassage zur Entspannung beschließt das 120-minütige Treatment (99 Euro). Danach geht's zum Relaxen in eine der behaglichen Ruhezone des 3.500 Quadratmeter großen Wellnessbereichs in stylisch-bayerischem Ambiente. Eine Nacht im Doppelzimmer inkl. Verwöhpension, freier Spa-Nutzung und Gratis-Aktivprogrammen kostet ab 110 Euro pro Person. [www.bodenmaiser-hof.de](http://www.bodenmaiser-hof.de)

### **Pressekontakt**

---

#### **AHM Kommunikation**

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

[info@hermann-meier.de](mailto:info@hermann-meier.de)  
[www.hermann-meier.de](http://www.hermann-meier.de)