



## **BASENFASTEN IM POSTA ZIRM - FIT WERDEN MIT GENUSS UND OHNE VERZICHT**

**Das Posta Zirm Hotel in Corvara, Alta Badia (Südtirol, ITA) verbindet Südtiroler und Ladinische Tradition mit einem wohltuenden Hauch von Italien umgeben von einer atemberaubenden Bergwelt. Die besondere Kulinarik auch mit veganer Küche und das Angebot Basenfasten sind nur einige Highlights des vielschichtigen Angebots.**

---

Das Posta Zirm Hotel befindet sich im Herzen der Südtiroler Dolomiten, im Zentrum von Corvara auf 1558 Meter über dem Meeresspiegel. Ein einzigartiges Naturparadies reich an Tradition, umrahmt von den bizarren Felswänden der Dolomiten. Das Hotel ist der ideale Startpunkt für zahlreiche Wanderungen und Ausflüge. Die beiden Naturparks Puez und Fanes befinden sich in der direkten Umgebung und die Hochplateaus Alta Badia und der Sellastock sind in nur wenigen Minuten zu Fuß erreichbar. Auch im Winter ist die Lage perfekt und man kann vom Posta Zirm mit den Skiern direkt auf die Skipiste in den Gebieten Alta Badia und Sellaronda. Tagesausflüge zur Marmolada, Cinque Torri - Cortina, Lagazuoi oder Kronplatz sind weitere Highlights und vom Hotel aus mit den Skiern direkt erreichbar. Das Posta Zirm Hotel ist seit 1908 im Besitz der Familie Kostner und wird derzeit von der vierten Generation mit Leidenschaft und Hingabe geführt.

Auch das spezielle Basenfasten steht im Posta Zirm auf dem Programm. Dabei motiviert auch die persönliche Betreuung durch ein Familienmitglied oder einen geschulten und langjährigen Mitarbeiter zusätzlich. Seit 2012 bietet das Hotel jeden Abend ein komplett veganes Menü an. Neben der Südtiroler und der Italienischen Küche, steht den Gästen dabei ein veganes 5-Gänge Menü zur Verfügung. Genau diese Erfahrung kommt auch bei der Zubereitung von Speisen und Gerichten nach den Empfehlungen und Richtlinien der Wacker Methode zugute. Der SPA-Bereich bietet hochwertige Wellness-Anwendungen und eine aus 100% pflanzlicher Herkunft gewonnene Kosmetiklinie. In der Saunawelt mit vier verschiedenen Kabinen und Ruheräumen steht Entspannung pur auf der Agenda.

Highlights des Posta Zirm im Überblick:

- Urlaub im Herzen der Dolomiten
- Zentrale Lage in Corvara
- Kulinarik mit tägl. Südtiroler und Italienischen Spezialitäten, Vegane Küche
- Basenfasten Lunch Paket bei Tagesausflügen
- Schmerztherapie und Bewegungslehre nach Liebscher und Bracht

### **Urlaub für die Sinne im Posta Zirm Hotel in den Dolomiten:**

Alpenländische Tradition gepaart mit moderner Gastfreundschaft – so präsentiert sich das traditionelle Posta Zirm Hotel in Corvara auf 1568 Meter Höhe. Geborgenheit, familiäre Herzlichkeit sowie ein klares und elegantes Ambiente begleiten die Gäste durch ihre Urlaubszeit im Herzen der Dolomiten. Dank der gehobenen Küche, der speziellen Wellness-Philosophie, die fernöstliche und westliche Methoden verbindet, und einer atemberaubende Naturlandschaft wird der Aufenthalt im Posta Zirm Hotel zum Urlaub für die Sinne. Das Vier-Sterne-Hotel mit seiner fantastischen Lage punktet auf ganzer Linie.

**Mehr Infos finden im Internet: [www.postazirm.com](http://www.postazirm.com)**

### **Kontakt für deutschsprachige Medien:**

**MDPR  
Sebastian Meyer-Detring  
Lilienstraße 44  
81669 München  
smd@md-pr.de  
www.md-pr.de  
+49-(0)172-8226489**