



World of
European Ayurveda

**Create
good
Karma.**

WWW.SONNHOF-AYURVEDA.AT



Es
geht mir
richtig
gut.

WEIL ALLES EINEN SINN HAT.



Inhaltsverzeichnis

- 06 Create good Karma
- 07 Pioniere des European Ayurveda®
- 08 Philosophie / Trademark & Unsere Karmapunkte
- 10 Die sieben Säulen des European Ayurveda®
- 12 Benefits
- 14 Geschichte
- 15 Experten
- 16 Freizeit / Lage
- 18 Dein neues Zuhause / Hausregeln
- 20 Wissenswertes von A-Z
- 27 EA-Produkte



Werde Teil
der European
Ayurveda®
Familie!



Create good Karma.

FÜR EINE BESSERE WELT.

European Ayurveda ist eine Lebenseinstellung, die Deine Potenziale mit der Jahrtausende alten Kraft und dem Wissen von Ayurveda verbindet. Heraus kommt die beste Version Deiner Selbst!

Diese Erfahrungen durften schon zahlreiche Gäste und Mitarbeiter erleben. Die European Ayurveda®-Familie wächst und wächst.

Als Teil der European Ayurveda®-verrichtest Du nicht einfach nur einen Job, sondern Du wächst an Deinen Herausforderungen, entfaltest Deine Potenziale und unterstützt mit Deinen Fähigkeiten. Begeistere die Gäste, uns und vor allem Dich selbst mit Deinen Talenten.

Als Experten für die europäische Form des Ayurvedas sind wir die Nummer 1 und greifen weiter nach den Sternen. Unsere Aufgabe und unser Ziel sind es, den Menschen zu mehr Gesundheit, mehr Balance und mehr Kraft im Leben zu verhelfen. Und dazu brauchen wir Deine Hilfe!



Ganz nach dem Motto

**live differently - live healthy - live European Ayurveda®.
Sammle Karmapunkte: Werde unser European Ayurveda®
Botschafter und Teil der European Ayurveda®-Familie.**

Pioniere



„Es hat einen Grund, warum wir in Europa geboren wurden und deswegen sollten wir mit den Schätzen unserer heimischen Natur arbeiten“. Dieser Leitgedanke ist der Grundpfeiler für European Ayurveda®. Als Familie Mauracher 1987 den alten Gasthof Sonnhof erwarb, entstand ziemlich schnell der Wunsch, den traditionsreichen Tiroler Betrieb in eine neue Richtung weiterzuentwickeln. Brigitte Mauracher fühlte, dass Ayurveda der richtige Weg war. Sie und ihre Tochter, Elisabeth Mauracher, waren schon immer mit der Kraft der Natur und ihren Elementen verbunden. Ge-

meinsam entwickelten die beiden Frauen das Prinzip des European Ayurveda®, ein Konzept, das ganz auf die Bedürfnisse des Einzelnen und die Gegebenheiten der Region zugeschnitten war. Die Familie gründete 2006 das AyurvedaZentrum im European Ayurveda® Resort Sonnhof.

Trotz aller Gleichheit sind wir alle verschieden. Die westliche Welt wird von gesundheitlichen Problemen und Gesellschaftskrankheiten geplagt, die im Fernen Osten keine Rolle spielen:

- Migräne und Rückenschmerzen durch ständige Computerarbeit.
- Stress und Burnout durch einen straffen Alltag.
- Das Gefühl Dich selbst nicht mehr richtig zu spüren.
- Den Draht zu Deinem Innersten zu verlieren.
- Gesteuert durch gesellschaftliche Zwänge, hetzend von einem Termin zum Nächsten und dabei ganz vergessen zu leben.

Und genau hier setzen wir an: mit den Erkenntnissen weitsichtiger Schulmediziner, der Kraft der indischen Heillehre und dem regionalen Bezug zur westlichen Welt. Diese Symbiose spiegelt sich in unserem kompletten Handeln und Sein wider. In den Behandlungen, der Ernährung, der Konsultation.

Philosophie & Trademark

European Ayurveda® ist so viel mehr als eine Trendwelle oder eine Heilmethode. Es ist ein Weg des Lebens: Ein Weg zur besten Version Deiner Selbst und eine Philosophie, die den Menschen in seiner Ganzheit wahrnimmt. Unser Ziel ist es, so vielen Menschen wie möglich mit unserem holistischen Konzept zu helfen.

Als Mitglied in unserer großen European Ayurveda®-Familie hast Du die Möglichkeit, in der besten Version Deiner Selbst unsere Gäste auf ihrem Weg zu begleiten.

Create good Karma. Als Botschafter vertrittst und lebst natürlich auch Du unsere drei Grundwerte im Unternehmen: Herzenswärme, Selbst-Verantwortung und European Ayurveda® Botschafter. Deine Talente, Ideen und Visionen tragen zum Erfolg von European Ayurveda® bei.

Du gehst gern die Extrameile, bist offen, fröhlich, verliebt in Deine Arbeit, besitzt Teamgeist und kannst Dich mit European Ayurveda® identifizieren? Dann freuen wir uns, wenn auch Du Dich dazu berufen fühlst und schon bald zu einem Teil der European Ayurveda®-Familie wirst! It's Karma, Baby. Deine Mission ist es, mit uns gemeinsam den Menschen etwas Gutes zu tun. Durch die Verbindung der ayurvedischen Lehre mit westlicher Medizin und dem Bezug zu Nachhaltigkeit und Regionalität entsteht eine Symbiose, die jeden zur besten Version seiner Selbst macht.



Unsere Kernpunkte

Herzenswärme

Im European Ayurveda® Resort Sonnhof lieben wir Menschen. Wir wertschätzen jede einzelne Person mit ihren Fähigkeiten und Talenten. Wir kommunizieren auf Augenhöhe, gehen offen aufeinander zu und erfreuen uns gemeinsam am Leben. In der European Ayurveda®-Familie sind wir füreinander da. So erfährt jeder von uns Herzenswärme, kann sich öffnen und sie weitergeben. Genau das spüren auch unsere Gäste, an die wir die Herzenswärme und Güte ebenso weitertragen.

Selbst-Verantwortung

Flexibilität, Lernbereitschaft und Eigeninitiative werden im Sonnhof großgeschrieben. Wir begegnen unserem Gegenüber lösungsorientiert, verantwortungsbewusst und vorurteilsfrei. Unser Credo: Professionelle Arbeit mit einem gewissen Augenzwinkern. Denn Freude an der Arbeit und Humor bringen Leichtigkeit in das, was wir tun und lieben.

European Ayurveda® Botschafter

Selbstverständlich leben wir alle unsere Philosophie. Wir wissen, dass European Ayurveda® nachhaltig zur Gesundheit und zu einem erfüllten Leben beiträgt. Wir sind stolz darauf, Botschafter des European Ayurveda®-Lebensstils zu sein. Unser Job ist unsere Berufung, die wir mit Leidenschaft, Liebe und Freude ausführen.





Konsultation & Behandlung **Komplementärmedizin,** **fundiertes Ayurveda-** **Wissen & TCM**

Pulsdiagnose, komplementärmedizinische Diagnose- und Behandlungsmethoden sowie die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) verschmelzen zu einem persönlichen Therapieplan – ganz auf Dich abgestimmt.



Ayurvedische Ernährung **Jeder is(s)t anders**

Vegetarische Ayurveda-ernährung kombiniert mit regionalen Produkten von der eigenen Farm. Ermöglicht eine intuitive und Dosha-gerechte Ernährung im Einklang mit der Umwelt. Für Gerichte, die nicht nur sättigen, sondern auch nachhaltig nähren.



Yoga & Meditation **Yoga- & Qigong-** **Übungen, geleitete** **Meditationen**

Anleitungen zu Yoga und Meditation nach der Lehre des European Ayurvedas® lenken die Aufmerksamkeit auf Dein Inneres. Entspannung, Klarheit, Harmonie. Weg von Äußerlichkeiten: Spüre Dich und deine Bedürfnisse.



Health Med **Schulmedizinische** **Diagnosen & Behandlungen**

Als Pioniere des European Ayurveda® vertrauen wir auf die Symbiose aus der fernöstlichen Heillehre und den Erkenntnissen weitsichtiger Schulmediziner. Das Beste aus beiden Welten: Für eine ganzheitliche Heilung.



Healing Spirit **In Einklang mit sich selbst,** **Achtsamkeit, Me-Time &** **Persönlichkeitsentwicklung**

Wer bin ich, was erfüllt mich? Ob Mental- & Mind-Detox®, Glory Mind Retreats oder schamanisches Coaching – individuelle Unterstützung auf mentaler Ebene durch die Energiemedizin des European Ayurveda® hilft Dir, Deinen Lebensweg selbstbestimmt und bedacht zu gestalten. Finde heraus, was Deine Berufung ist.



Ausbildung & Coaching **Potenzial entfalten, Berufung** **finden & Herzensbusiness** **führen**

Erlerne das Wissen von European Ayurveda® und erkenne Deinen wahren Lebenssinn. Du gehst mit Leichtigkeit durch Dein Leben und erfreust Dich an Deinem Alltag und an Deinem Job. Weg vom Beruf und hin zur Berufung: Führe Dein Herzensbusiness zum Erfolg und schöpfe aus Deinem ganzen Potenzial.



Natur & Bewegung **Sanfte Bewegung in der Natur, Kraftorte, Waldbaden & Erdung**

Körper & Geist – eine untrennbare Einheit. Gerade deswegen ist Natur und Bewegung ein wichtiger Bestandteil für Dein Wohlbefinden. Denn nur in einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist. Für ein Leben in Balance.

7 Säulen DES EUROPEAN AYURVEDAS®

European Ayurveda® basiert auf 7 Säulen.
Auf ihnen basieren unsere Anwendungen und
Methoden, um jeden Menschen ganzheitlich und
individuell zu behandeln.



Benefits



Unternehmenskultur

- Ist geprägt von Herzenswärme und Verantwortung.
- Du hast die Möglichkeit, European Ayurveda®-Botschafter zu werden.
- Du möchtest Teil eines dynamischen, motivierten und gegenseitig unterstützenden Teams sein.



Image & Standort

- Wundervolle Lage an einem sonnigen Hochplateau nahe der Stadt Kufstein mit vielseitigen Freizeitangeboten in der Region.
- Eine energiereiche Arbeitsumgebung und die Chance, diesen Kraftort in den Bergen jeden Tag zu erleben.
- Gesundheitsbewusste, anspruchsvolle sowie auch wertschätzende Gäste.
- Internationales Team mit rund 56 Mitarbeitern aus mehr als 10 verschiedenen Nationen.
- Arbeiten in einer familiären Atmosphäre in einem Team, in dem Gemeinschaft und Wertschätzung großgeschrieben wird.
- Einzigartiges European Ayurveda® Konzept mit Auszeichnung zum Platz 1 in der Kategorie Top Medical Spa.
- European Ayurveda® ist eine internationale Marke, auf die Gäste aus der ganzen Welt vertrauen und die regelmäßig und immer wieder unser Resort besuchen.
- Job mit Sinn, Nachhaltigkeit und Strahlkraft: Hier kannst Du aufblühen. Ganz nach dem Motto live differently – live healthy – live European Ayurveda.



Arbeitsbedingungen

- 5-Tage-Woche (nach Absprache) mit 14 Monatsgehältern.
- We want you to feel comfortable! Deswegen haben wir eigene Mitarbeiterhäuser, direkt am Thiersee gelegen oder wenige Gehminuten vom Hotel entfernt – Zimmer auf Anfrage.
- Kostenlose Verpflegung aus der internationalen und ayurvedischen Küche mit qualitativ hochwertigen Produkten mitunter auch von unserem eigenen Bauernhof.
- Ganztätig Granderwasser zur Verfügung und hauseigene ayurvedische Tees.
- Stilvolle und bequeme Arbeitskleidung wird teilweise zur Verfügung gestellt.
- Live your full potential! Wir erwarten eine selbständige Arbeitsweise und bieten Freiraum für eigene Entscheidungen.
- Wir gehen mit der Zeit: Wo immer es möglich ist, sind unsere Arbeitsprozesse digitalisiert.



Vergütung & Benefits

- Sicherheit eines Ganzzjahresbetriebs.
- Überbezahlung nach Qualifikation und Berufserfahrung.
- Vergünstigungen in unserem Ayurveda Spa von 50 % auf alle Behandlungen und in unserem hauseigenen Shop von 20 % auf alle Produkte.
- Benützung des Fitnessraums nach Verfügbarkeit.
- Teilnahme am Yoga-Programm nach Verfügbarkeit.



Karrieremöglichkeit & Entwicklung

- Das Wachsen und Entfalten unserer Familienmitglieder ist uns wichtig.
- Fortbildungen in European Ayurveda®.
- Kennenlernen der Behandlungen des European Ayurveda® Konzepts.
- Individuelle Entwicklungsmöglichkeiten und Weiterbildungsmaßnahmen abgestimmt auf die persönlichen Stärken und Interessen.
- Teilnahme an unserer Sonnhof Akademie mit verschiedenen Workshops zu den Themen European Ayurveda®, Persönlichkeitsentwicklung, Führungskräfte, Mitarbeiter- und Teambuilding-Trainings und vieles mehr.

Geschichte

Die Geschichte und unsere Erfahrungen prägen uns. Sie sind Teil unseres Lebens und machen es so auch spannend. Denn heute sind wir das, aus was wir in der Vergangenheit geformt wurden. Und das Morgen wird zu Man geht über Stock und Stein, stolpert ab und an und kommt dann – irgendwann – auf einen Weg, der Sinn macht. Ein Weg, der einen erfüllt und glücklich macht. So war es auch bei uns.

Unsere Geschichte reicht bis ins Jahr 1987 zurück. Brigitte und Johann Mauracher kauften den Gasthof Sonnhof – einen sehr traditionellen Tiroler Betrieb. Schon nach kurzer Zeit kam der Wunsch auf, sich weiterzuentwickeln. So wurden vier Jahre später 15 Zimmer gebaut und 2006 kamen weitere 15 Zimmer dazu. Doch das war noch nicht alles! Schon im Jahr zuvor entstand in Brigittes Herzen ein Wunsch, der sich schnell zu einer Idee entwickelte: Ayurveda. Es war ein ganz neuer Weg, der aufregend aber stimmig war. Dieses Gefühl lässt sich nicht in Worte fassen und doch konnten wir sagen: Es ist richtig, was wir tun.

Aus einer Vision wurde Wirklichkeit. Und so wurde das AyurvedaZentrum mit Yoga- und Massageräumen, Arztzimmer und Saunabereich gebaut - Der Startschuss in ein neues Leben. Von Anfang an standen Experten an unserer Seite: Ayurvedaspezialist Gaurav Sharma und sein ganzes Team. Durch die Unterstützung von Dr. Sinop entstand eine starke Symbiose von ayurvedischer Heillehre und wissenschaftlichen Erkenntnissen westlicher weitsichtiger Mediziner. Die traditionelle Heilkunst aus Indien wurde in Tirol wiedergeboren.

Diesen Weg verfolgen wir konsequent weiter: Im Sinne der Nachhaltigkeit und Regionalität betreiben wir auch seit 2016 unsere eigene kleine Landwirtschaft am Lindhof – unweit unseres Ayurveda Resorts. So verbinden wir unsere heimischen Wurzeln mit den ayurvedischen und bringen Tiroler und indische Traditionen in Einklang. Denn beide verbindet ein gemeinsames Credo: Der Erhalt, die Entwicklung und die Lehre des „Wissens vom Leben“. Unsere Gäste täglich frisches Gemüse, Obst und Honig und vieles mehr vom Lindhof, verarbeitet nach den bekömmlichen Rezepten der Europäischen Ayurveda-Küche. Das ist die Einheit und gelebte Nachhaltigkeit, ganz im Sinne von European Ayurveda.

Auch heute begleiten uns Brigitte und Johann Mauracher bei jedem Schritt in unseren Herzen. Ihr willensstarker Geist, ihre unaufhaltsame Energie und spirituelle Verbundenheit mit der Natur machten sie zu Pionieren in der Entwicklung des European Ayurveda®. Danke.

Unsere Experten



GAURAV SHARMA

Pulsdiagnose und Ayurvedische Heilkunde

- Ausgebildeter Ayurveda-Mediziner, BAMS (Bakkalaureus der Fakultät für ayurvedische Medizin und Chirurgie in Indien)
- Staatlich geprüfter Ayurveda-Praktiker



RAJAT VASHISHT

Pulsdiagnose und Ayurvedische Heilkunde

- Ausgebildete Ayurveda-Medizinerin, BAMS (Bakkalaureus der Fakultät für ayurvedische Medizin und Chirurgie in Indien)
- Ayurveda-Ernährungsexpertin
- Bachblüten-Therapeutin
- Staatlich geprüfte Ayurveda-Praktikerin



DR. ALAETTIN SINOP

Facharzt für Allgemeinmedizin und Tätigkeitsschwerpunkt Naturheilverfahren

- Akupunktur/TCM
- Ayurvedische Medizin & Konsultationen
- Pulsdiagnose
- Manuelle Medizin/Chirotherapie
- Neuraltherapie/Homöosiniatrie
- Neurokybernetische Technik/HNC
- Staatlich geprüfter Ayurveda-Praktiker

Deine Freizeit

WILLKOMMEN IM KUFSTEINERLAND IN TIROL!

Ob Sommer oder Winter: Die Region hat einiges zu bieten und ist nicht umsonst ein beliebtes Urlaubsziel. Wandern, Skifahren, Mountainbiken, Kultur und Events: Dir wird viel geboten. Die Bezirksstadt Kufstein liegt in der Nähe unseres Hotels und bietet viele Einkaufs- und Freizeitmöglichkeiten. Nur unweit von der deutschen Grenze gelegen, bist Du auch schnell in Rosenheim oder München. Kein Wunder, dass das Kufsteinerland schnell zum neuen Zuhause wird, wo man gerne lebt.



Kraftplätze & Kulturhighlights



World of European Ayurveda

Lage



Dort, wo sich die Brandenberger Alpen schon langsam in Richtung des sonnigen Hochplateaus strecken, liegt auf 900 Metern Seehöhe das European Ayurveda® Resort Sonnhof. Und rund um das Resort findet sich eine einzigartige Landschaft: Das Naturdenkmal Thiersee, der an manchem Morgen noch in einen dicken weichen Nebel gepackt ist – eingerahmt von dunkelgrünen Wäldern und satten Wiesen. Das Kaisergebirge im Südosten, über dessen Gipfel täglich die Sonne aufgeht. Man spürt die Kraft dieses Orts schon beim ersten Einatmen der frischen Bergluft. Hier vereinen sich die Kraft der Berge Tirols, die intakte Natur Thiersees, die Sorgfalt und das Traditionsbewusstsein der Menschen, die hier leben. In dieser wunderschönen Naturatmosphäre befindet sich Dein Arbeitsplatz. Umgeben von Menschen, die genau wie Du ihr Bestes geben, gerne den Gästen etwas Gutes tun und ganz nach der Philosophie von European Ayurveda® leben.

ORTSCHAFTEN IN DER NÄHE

12 km - Kufstein
90 km - Stadt Innsbruck
100 km - Stadt München
110 km - Stadt Salzburg

World of European Ayurveda



World of
European Ayurveda

*Facebook
EA Community*



*Facebook
Karrieresette*



Shine on.

Ayurveda-Resort Sonnhof GmbH & Co KG
Hinterthiersee 16 · 6335 Thiersee · Tirol · Austria

WWW.SONNHOF-AYURVEDA.AT

