

13.09.2021

Print-Clipping Schweiz, Druckauflage: 50 212, easyAPQ: 98 269,20 €

Auftr.: 13633, Clip: 2601398, SB: EUPHORIA RETREAT



DS HEALTH

VON THALASSO BIS BERGWASSER

hon im alten Rom wusste man um die heilende Kraft des Wassers. Von der
ohltuenden Wirkung des kühlen Nass sind noch heute Wellnessanwender
rschiedenster Kulturkreise überzeugt: Sie setzen etwa bei Thalasso-Kuren
auf die *Kraft des Meerwassers*, auf *frisches Quellwasser*, auf innere oder
äußere Anwendungen, Kuren oder Immunboostings.

VON ELISABETH ZANGERL

Detail TRAVEL ESPRESSO SPECIAL 2021

13.09.2021

Print-Clipping Schweiz, Druckauflage: 50 212, easyAPQ: 98 269,20 €
Auftr.: 13633, Clip: 2601398, SB: EUPHORIA RETREAT



TRENDS

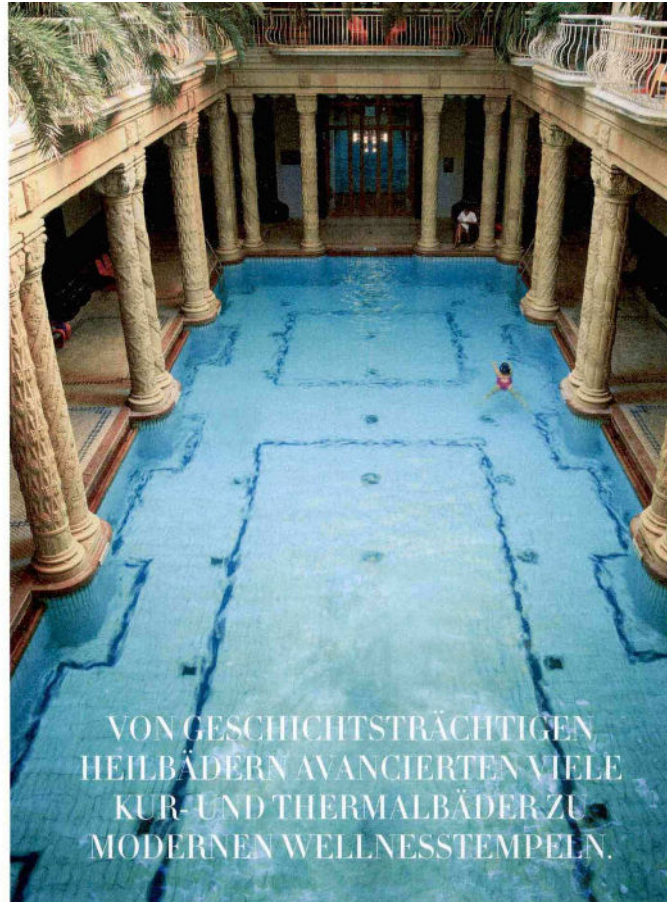
Lebenselixier

Wasser gilt als der Beauty- und Wellness-Allerklärer schlechthin. In diversen Belangen wird darauf gesetzt.

SPA SPECIAL 2021 | Falstaff TRAVEL | 85

F

ür viele Menschen ist Wasser das Wellness-element schlechthin, ob von innen durch Trinkkuren oder durch äußerliche Anwendungen. Wasser ist in jedem Fall ein grundlegender Teil unseres Wohlbefindens. Zu dieser Erkenntnis kam die Menschheit schon sehr früh: Von der Tatsache, dass Meerwasser heilt, waren die Menschen schon vor sage und schreibe 2400 Jahren felsenfest überzeugt. Bereits im antiken Griechenland wusste der berühmte Arzt Hippokrates von Kos um die Kräfte von Meer und Seeluft und nutzte diese medizinisch. Im Mittelalter geriet dieses Wissen in Vergessenheit und fand erst Mitte des 18. Jahrhunderts durch den Londoner Arzt Richard Russel wieder Anwendung. Die moderne Forschung untermauert dies und hat Meerwassersubstanzen längst als heilende Wirkstoffe anerkannt. Doch die Thalassotherapie ist eindeutig mehr als Meer: Sie ist ein integriertes Konzept zur Therapie, Prävention und Gesundheitsförderung. Das Potenzial dieser Therapie liegt in zwei Komponenten: dem heilenden Salz im Meer und den lebenswichtigen Mineralien der Algen. Das Wort „Thalasso“ leitet sich übrigens vom altgriechischen „thálassa“ ab und bedeutet „die Kraft des Meeres“. Es bezeichnet die Behandlung mit kaltem oder erwärmtem Meerwasser, Meeresluft, Sonne, Algen oder Sand. Grundsätzlich unterscheidet man bei Thalasso zwei Richtungen: die Thalassotherapie als medizinisches Heilmittel und die Thalassoanwendung, die präventiv oder zu kosmetischen Zwecken zum Einsatz kommt. Zu Letzterem zählen das Inhalieren mit Meerwasser, Meerwasserbäder, Heliotherapie mit natürlicher Sonnenstrahlung, Bewegungsangebote in Meeresnähe oder auch die kosmetische Behandlung mit Meeresprodukten, beispielsweise Algen. Eine „echte“ Thalassotherapie kann nur stattfinden, wo ein direkter Bezug zum Meer besteht und die thalassotypischen Elemente gesamtheitlich wirken können. Essenziell hierbei: Nur das ganzheitliche Zusammenspiel dieser Elemente lässt auch die Bezeichnung Thalassotherapie zu.



NATURHEILUNG DURCH BERGWASSER UND THERMALQUELLEN

Nicht nur Meerwasser, auch Berg- und Thermalwasser weist nachweislich eine heilende Wirkung auf, beginnend bei der innerlichen Anwendung. Schließlich ist Wasser des Menschen wichtigstes Lebenselixier, da es in nahezu allen Teilen unseres Körpers eine unersetzliche Rolle als Treibstoff unserer Körperfunktionen spielt. Regelmäßiger Wasseraufnahme kommt somit eine unersetzliche Rolle zu. Wenn es um sauberes und mineralstoffreiches Trinkwasser geht, ist unter vielen anderen Regionen auch der Alpenraum ein wahres Schlaraffenland: Die Gebiete in den Alpen sind mit sauberem Trinkwasser gesegnet, das überall problemlos vom Wasserhahn aus konsumiert werden kann und durch beste Qualität besticht. Kein Wunder also, dass Wassertrinkkuren hier vielerorts angeboten werden, sind sie doch Behandlungsbasis für so vieles. Wasser – sei es pur, mit Kurkuma, Zitrone oder Ingwer – ist zudem der Immunbooster schlechthin. Zahlreiche Kur- und Wellnesshotels bieten mittlerweile eigene „Immunboost-Tage“ an, sozusagen Wellnesspackages mit einem abgestimmten kulinarischen Part. Äußerlich angewendet ist die heilende und gesundheitsfördernde Wirkung des Wassers ebenfalls längst bekannt: „Im Wasser liegt Heil; es ist das einfachste, wohlfeilste und – recht angewandt – das sicherste Heilmittel“, das wusste einst schon Sebastian Kneipp, Begründer der allseits bekannten Kneipp-Behandlungsverfahren. Der nach Kneipp benannte Zugang setzt insbesondere auch auf Wasseranwendungen; diese werden präventiv oder kurativ eingesetzt.

THERMEN UND KUREN

Ein richtiger (Wellness-)Trend sind auch Besuche in Thermen. Rund um den Globus gibt es Stätten, die nachweislich über Quellen verfügen, deren Wasser heilen kann. Heilquellen können natürlich oder künstlich angelegte Austrittsorte von Heilwasser sein, das auf verschiedenste Erkrankungen eine nachweislich heilende, lindernde oder verhindernde Wirkung ausübt. Meist erfolgt die Applikation in Bädern oder in Thermenhotels. Kurorte gibt es nachweislich schon seit dem Mittelalter, aber auch die Asklepieia des antiken Griechenland sind hier zu nennen. Auch das Tote Meer war schon zu Jesu Zeiten ein beliebter Ort für Wohlhabende, welche die wohltuende Kraft des salzigen Wassers zu schätzen wussten. Schon damals vertrauten die Menschen auf die einzigartige Kombination aus medizinischer Betreuung und natürlichen Heilmitteln an erholsamen Orten. Sinn einer Kur ist es, dass Körper und Seele wieder ins Gleichgewicht kommen und neue Lebensgeister geweckt werden – die Gesundheit und das Wohlbefinden der Gäste stehen in Kur- und Thermenhotels in verschiedensten Regionen der Erde im Vordergrund. ❖

Teezeremonien

Tee wird praktisch auf der ganzen Welt getrunken, überall haben sich aber unterschiedliche Rituale und Bräuche entwickelt.



GOOD TO KNOW

TEA TIME

Tee gilt nicht nur als Heilmittel, sondern auch als Kulturgut, und das in vielen Ländern. Allerdings sind beim Teetrinken nicht die Briten Spitzenreiter, den ersten Platz im Teekonsum belegen tatsächlich die Ostfriesen pro Kopf. Die Wiege der Teekultur findet sich hingegen in China, wo es bis heute eine jahrtausendealte traditionelle Teekultur gibt; so auch in Japan. Letztere basiert ursprünglich auf der chinesischen Teekunst. Skurriler geht es bei den Nachbarn zu: Die Tibeter trinken gerne Buttertee, hergestellt aus Teeziegeln, die gepresst und getrocknet werden. Auch in der Türkei spielt das Teetrinken im Tagesablauf der Bevölkerung eine wichtige Rolle, ebenso in Großbritannien bei der eigens so benannten „Tea Time“. Auch in Südamerika werden Teerituale zelebriert: Der Mate-Tee ist für Argentinier viel mehr als ein Getränk, er ist auch längst zum nationalen Symbol aufgestiegen.

BESONDERE THERMALBÄDER

- **Grutas de Tolantongo:** Diese atemberaubende Therme in Mexiko befindet sich in einer Region mit vulkanisch aufgeheiztem Wasser. Eine fantastische Aussicht ist beim Eintrittspreis inkludiert.
- **Therme Erding:** Bei der Therme Erding nahe München handelt es sich um den größten Thermenkomplex der Welt auf einer Fläche von über 180.000 m².
- **Gellért-Bad:** In Budapest gibt es sage und schreibe 15 Heilbäder, das berühmteste ist das Gellért-Bad. Das Jugendstilbad liegt am Fuße des gleichnamigen Bergs.
- **Cascate del Mulino:** Nahe dem italienischen Städtchen Saturnia im Süden der Toskana befinden sich diese Sinterbecken. Toskanisches Flair und Ambiente gibt es hier inklusive.
- **Beppu Onsen:** Japan ist bekannt für seine Onsen – Beppu Onsen ist eines der größten und beeindruckendsten.

SPA-TRENDS BEI WASSERANWENDUNGEN

- **Floating** steht in etwa für „schwebend den Entspannungszustand erreichen“. Diese Wellnessbehandlung zur ganzheitlichen Entspannung von Körper und Geist liegt derzeit stark im Trend.
- **Hydrotherapie:** Diese methodische Anwendung von Wasser zur therapeutischen Behandlung kann bei akuten oder chronischen Beschwerden ebenso angewendet werden wie zur Rehabilitation oder zur Regeneration.
- **Balenotheapie** steht für „Heilung durch Bäder“. Diese Form der Therapie ist so etwas wie eine Untergruppe der Hydrotherapie. Auch innerhalb der Balneotheapie gibt es wiederum spezielle Unterformen.
- **Watsu:** Oder auch WasserShiatsu genannt ist eine hydrotherapeutische Anwendung, bei welcher der Therapeut im brusttiefen Wasser steht und den Klienten nach vorgegebenen Figuren bewegt.

TRENDS HEALTH



WASSER

WASSER IST NICHT GLEICH WASSER

Es gibt Weinsommeliers und Käsesommeliers – aber Sommeliers für Wasser? Auch die gibt es. Einer der ersten und erfolgreichsten dieser Zunft ist Simone Pinoli.



Warum sind Wassersommeliers gefragt und welche Kenntnisse hat ein Wassersommelier?

Wir waren das erste Restaurant mit einer eigenen Wasserkarte, und das schon vor mehr als 20 Jahren. Sie umfasst eine Auswahl von 60 verschiedenen Marken. Das Wichtigste für uns ist, dass wir unseren Gästen alles anbieten können, denn nicht jeder Gast möchte ein Glas

Wein oder einen Cocktail trinken. Teils kommen unsere Wasser preislich sogar einem guten Wein oder Champagner sehr nahe. Uns ist einfach wichtig, unseren Gästen in allen Belangen das Beste bieten zu können – dazu gehört in jedem Fall auch eine gute Auswahl an unterschiedlichen Wässern. Zu den Kenntnissen muss ich sagen: Ich sehe mich selbst eigentlich nicht nur als Experte – Wasser ist für mich mein Hobby, meine Leidenschaft. Wir legen sehr viel Wert darauf, dass unsere Mitarbeiter gut geschult werden und gute Kenntnisse rund ums Wasser aufweisen können.

Welche heilende Wirkung wird Wasser zugeschrieben?

Das kann man so allgemein nicht sagen. Hierbei ist in erster Linie die Auswahl des Wassers entscheidend. Was jedoch sehr empfehlenswert ist: Die Marke des Mineralwassers sollte regelmäßig gewechselt werden. Im Sommer, wenn es heiß ist, braucht der Körper beispielsweise mehr Mineralstoffe als im Winter. Auch sollte man immer lesen, welche Mineralstoffe das Wasser beinhaltet. Und glauben Sie mir, hierbei gibt es große Unterschiede: Der Mineraliengehalt beim Wasser variiert gravierend.

Welches Wasser ist – aus gesundheitlicher Sicht betrachtet – für wen geeignet?

Bei Gesundheitsfragen bin ich nicht der richtige Ansprechpartner, hier sollte unbedingt ein Arzt zurate gezogen werden. Für Menschen, die beispielsweise eine Nierenschwäche haben, gelten andere Regeln für die Wassertrinkmenge als für gesunde Menschen. Gesundheitsfragen sollte daher immer unbedingt ein Mediziner beantworten.

Wie beraten Sie Restaurantgäste, wenn diese eigentlich „nur ein Wasser“ bestellen wollen?



Sprudelnde Vielfalt
Ein Glas Wasser – es sieht praktisch immer gleich aus, doch es gibt gravierende Unterschiede.

Zuerst einmal informiere ich mich, woher die Gäste kommen. Sind sie von weiter weg, schlage ich zuerst unser lokales Wasser aus Rom vor – ich denke, dass es wichtig ist, dass man das Regionale in den Vordergrund stellt. Man sagt ja, die Römer hätten die Wasserversorgung erfunden – die Wasserversorgung im Römischen Reich gilt als typischer Bestandteil der römischen Kultur. Auch verfügt Rom über sehr frisches und gesundes Wasser, das Sie überall – egal, ob Leitungs- oder Brunnenwasser – trinken können.

Hat Wasser wirklich einen Geschmack? Wenn ja, wie schmeckt Wasser? Und wie definiert man die Unterschiede?

Wenn man an Wasser denkt, denkt man zuerst an die Begriffe sauber, klar und geschmacklos. Das sind die ersten Gedanken; so ist es aber nicht. Das Wasser bezieht die Mineralien aus der Umgebung, wo es herkommt, der Geschmack unterscheidet sich wirklich. Einst war ein Gast aus den USA in unserem Restaurant, der hat mir ein Wasser, das farblich gesehen Coca-Cola ähnelt, gezeigt. Dieses haben wir dann auch in unsere Liste aufgenommen.

Welches Wasser ist wofür geeignet? Welches passt zu Wein, welches zu scharfen Speisen?

Man muss sagen: Alle Arten von Wasser passen sehr gut zu Wein, am besten ein pures Wasser ohne Farbe, ohne Geschmack, einfach nur natürlich. Zu scharfem Essen würde ich ein Sparkling Water empfehlen; sehr wichtig ist, dass es nicht zu kalt ist. Zu kaltes Wasser ist allgemein nicht gut. In diesem Fall lautet mein Tipp also: ein Mineralwasser mit Kohlensäure, das nicht zu kalt ist. 🍷



SIMONE PINOLI

Simone Pinoli

ist 49 Jahre alt und seit Beginn, genau genommen seit 24 Jahren, Wassersommelier im Restaurant „La Pergola“ in Rom.

Wirkungsbereich

„La Pergola“ gilt als bestes Restaurant der Ewigen Stadt und wurde unter der Leitung des deutschen Spitzenkochs Heinz Beck mit drei Michelin-Sternen dekoriert. romecavalieri.com

13.09.2021

Print-Clipping Schweiz, Druckauflage: 50 212, easyAPQ: 98 269,20 €
Auftr.: 13633, Clip: 2601398, SB: EUPHORIA RETREAT

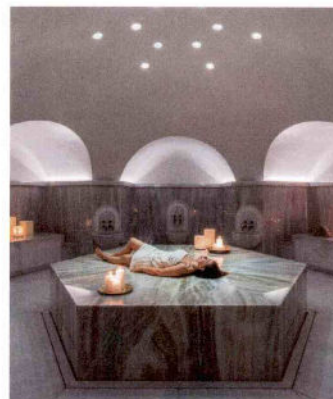
EUPHORIA RETREAT

EINE REISE, UM KÖRPER UND GEIST IN EINKLANG ZU BRINGEN

Das außergewöhnliche Fünf-Sterne-Haus **Euphoria Retreat** – A Holistic Wellbeing Destination Spa® liegt inmitten des Taygetos-Gebirges am griechischen Peloponnes, herrlich eingebettet in den umliegenden Wald. Gäste erwartet einzigartiges architektonisches Design, inspiriert von der byzantinischen Architektur. Das Hotel besticht aber auch abseits der Architektur durch eine besondere Philosophie: Das „**Euphoria Retreat**“ ist eben nicht nur ein Hotel – Gäste, die hierherkommen, werden eine Heilphilosophie entdecken, die darauf abzielt, sie zu energetisieren und auszugleichen. Sehr schnell findet sich unter einer großen Auswahl ein Wellnessprogramm, das zu einem passt. Selbst ein „Post-Covid-Recovery-Programm“ steht aktuell im Angebot, aber auch ein Abnehmprogramm – dabei liegt der Fokus auf dem Stoffwechsel, was langfristigen Erfolg mit sich bringt. Spa-Behandlungen mit einem einzigartigen Ernährungsansatz verbindet das Wellbeing-Detox-Programm des Hauses; tägliche Yogasitzungen sind nur eine von etlichen angebotenen Aktivitäten. Gründerin Marina Effaimoglou selbst sagt: „Wenn Sie ‚Euphoria‘ erkunden, geben wir Ihnen die Schlüssel, sich selbst zu erforschen. Diese Erkundung bringt mehr Freiheit und Glück, es ist ein Abenteuer ohne Vorbedingungen.“ Im Spa finden sich ein Hammam, Indoor- und Outdoorpools, darunter ein „Sphere Pool“, Saunen, Dampfbäder, ein Kneipp-Bereich, ein Trepidarium und vieles mehr. Besondere Aufmerksamkeit wird hier auch der Ernährung zuteil: Ein spezieller Test liefert Gästen wertvolle Informationen, wie der jeweilige Stoffwechsel Nahrung verarbeitet. Entspannung wird auch im Schlaf gefunden: Die 45 Zimmer und Suiten sind außergewöhnlich in ihrer Gestaltung – die luxuriöse klösterliche Einrichtung ist von der Ikonografie der byzantinischen Ära inspiriert und kombiniert auf subtile Weise Muster, Texturen und Farben mit einzigartiger Wirkung. DZ inklusive Frühstück ab € 239,- pro Person.

Euphoria Retreat****, euphoriaretreat.com, healingholidays.com
Mystras, Sparta, Griechenland
T: +30 2731 306111

„Wenn Sie ‚Euphoria‘ erkunden, geben wir Ihnen die Schlüssel, um sich selbst zu erforschen. Diese Erkundung bringt Freiheit und Glück; es ist ein Abenteuer ohne Vorbedingungen.“



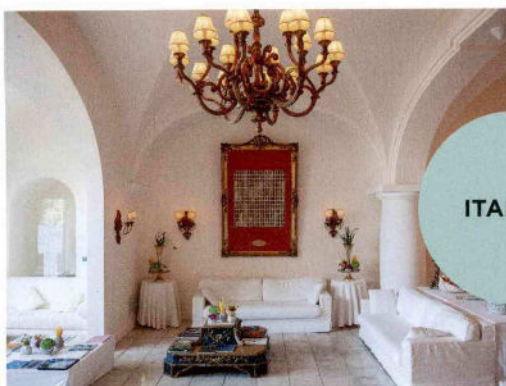
Keine Wünsche offen ...
... bleiben im Spa-Bereich. Es gibt nahezu nichts, was es nicht gibt.



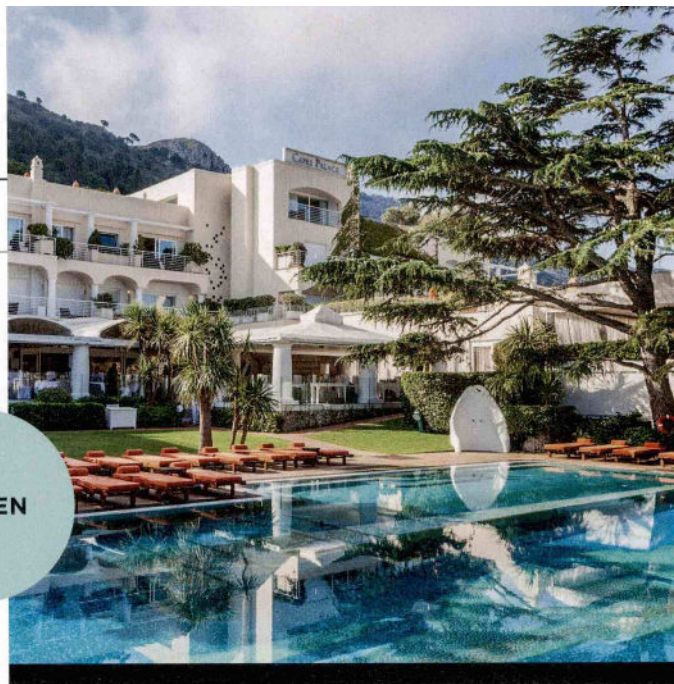
KNEIPP



BEST OF HOTELS



ITALIEN



*Wo zeitgenössische Kunst
und modernes Design auf die atemberaubende Natur der glamourösen
Insel Capri treffen ...*



Bestgehütetes Geheimnis für perfekte Beine

Die „Leg School“ ist weltweit bekannt für ihre außergewöhnlichen Ergebnisse.

CAPRI PALACE JUMEIRAH HOTEL & SPA DIE FÜHRENDE HOTELIKONE DER ITALIENISCHEN PROMI-INSEL

Hoch am Berg gelegen ist das „Capri Palace Jumeirah“ ein Luxushotel, in dem die Gäste in die atemberaubende Naturschönheit Capris eintauchen können. Seit den 1960er-Jahren gilt das „Capri Palace“ als die führende Hotelikone auf der Jetset-Insel – daran hat sich auch nach der Übernahme durch die Jumeirah-Gruppe nichts geändert. Hier treffen ein erstklassiger Spa-Bereich, Dolce-Vita-Ambiente samt Panoramablick auf den Golf von Neapel und eine erstklassige Cucina (unter anderem durch das Restaurant „L’olivio“, das als einziges Restaurant auf der Insel mit zwei Michelin-Sternen dekoriert ist) aufeinander. Das Capri Medical Spa ist die hauseigene medizinische Heilanstalt, die Gästen mit dem bahnbrechenden Medical-Spa-Konzept lebensverbessernde Behandlungen bietet. Die Gäste genießen Wellnessanwendungen, die auf die Ziele jedes Einzelnen zugeschnitten sind, egal, ob in einzelnen Sitzungen oder durch mehrtägige Spa-Pakete – von Gewichtsabnahme und Entgiftung bis hin zu Anti-Aging und Stressmanagement. Diese einzigartige Wellnessphilosophie zielt darauf ab, ein ganzheitliches Spa-Erlebnis zu bieten, und kombiniert das Beste aus westlichen und östlichen Traditionen mit einem Schwerpunkt auf medizinischen und wissenschaftlichen Prinzipien und Methoden. Das preisgekrönte Spa in Capri steht unter der Leitung von Professor Francesco Canonaco – der medizinische Direktor des Capri Medical Spa hat zudem nach jahrelanger Forschung eine einzigartige Methode zur Behandlung von Gefäßproblemen entwickelt und patentiert, die auf den Namen „The Leg School“ getauft wurde. Selbst Hollywoodstars schwören auf die Wassertherapie im luxuriösen Hotel in Anacapri auf Capri. Apropos Hollywoodstars: Eine Suite ist eine Hommage an Stammgast Gwyneth Paltrow – dieses Herzstück besticht durch ein schickes und modernes Interieur in monochromen Tönen. DZ inklusive Frühstück ab € 362,- pro Person.

Capri Palace Jumeirah Hotel & Spa****, capripalace.com
Via Capodimonte 14, 80071 Isola di Capri, NA, Italien
T: +39 081 9780111



THALASSO

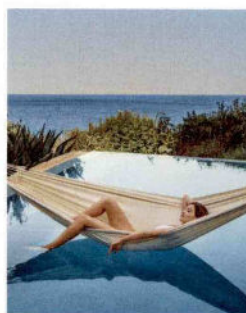
 **BEST OF HOTELS**

SOFITEL QUIBERON

DER IDEALE ORT FÜR THALASSOTHERAPIE

Die Lage könnte für eine Thalassotherapie nicht idealer sein: Das „Sofitel Quiberon Thalassa Sea & Spa“ liegt eingebettet in die pittoreske Landschaft der Südbretagne und bietet in diesem idealen Thalasso-Ambiente eine Vielzahl an Spa-Behandlungen mit Meerwasser, kombiniert mit exzellenter Kulinarik. Im Herzen des Fünf-Sterne-Luxusresorts befindet sich das hochmoderne Thalassotherapie-Institut, das eine große Auswahl innovativer und wirksamer Meerwasserbehandlungen anbietet. Entspannung finden Gäste in den insgesamt 125 luxuriösen Zimmern und Suiten, besonders dank des exklusiven Bettenkonzepts „My Bed by Sofitel“. Kulinarisch gesehen dürften keine Wünsche offenbleiben – die raffinierte authentisch bretonische Küche von Chefkoch Patrick Barbin ist köstlich, gesund und basiert auf der Grundlage lokaler und saisonaler Produkte. DZ inklusive Frühstück ab € 174,- pro Person.

Sofitel Quiberon Thalassa Sea & Spa****, sofitel-quiberon-thalassa.com
Bd Louison Bobet, 56170 Quiberon, Frankreich
T: +33 297 502000



ANASSA HOTEL

DER ULTIMATIVE MEDITERRANE RÜCKZUGSORT

Das zypriotische Luxushotel „Anassa“, das Teil der Luxushotelgruppe Thanos Hotels & Resorts ist, ist zu Recht als der ultimative mediterrane Rückzugsort geadelt. Basierend auf dem Konzept einer Wellnessoase im römischen Stil bietet das Thalassa-Spa im „Anassa“ ein umfangreiches Angebot an Therapien, von ganzheitlichen Ritualen bis hin zur Thalassotherapie. Unter hoch aufragenden römischen Säulen inmitten sonnen-durchfluteter Innenhöfe und heilender Thalassotherapie-Pools kann unendliche Ruhe genossen werden. Kulinarisch wird unter der Leitung von Chefkoch David Goodridge besonders auf Regionalität gesetzt. Zurückziehen kann man sich in Räume funkelnder Eleganz: Das „Anassa“ verfügt über 166 Zimmer, Suiten und Residenzen. Blumenübersäte Gärten führen direkt vom Luxushotel hinunter zu einem wunderschönen Sandstrand. DZ inklusive Frühstück ab € 277,- pro Person.

Hotel Anassa****, anassa.com
40, Alekou Michailidi Road, 8852 Neo Chorio, Zypern
T: +357 26 888000



»OBSERVER«

13.09.2021

Print-Clipping Schweiz, Druckauflage: 50 212, easyAPQ: 98 269,20 €

Auftr.: 13633, Clip: 2601398, SB: EUPHORIA RETREAT



WASSERFALL



BEST OF HOTELS



ÖSTERREICH



Durchatmen lässt es sich besonders gut nahe der weltberühmten Krimmler Wasserfälle im wunderschönen Salzburger Land.



Beeindruckend, mystisch und einzigartig
Die Krimmler Wasserfälle sind die größten Wasserfälle Europas.

HOTEL POST KRIMML

EINE KRAFTQUELLE IN DEN ALPEN

Das „Hotel Post Krimml“ ist ein Haus mit einzigartigem Alpenflair, das moderne Komponenten und Tradition auf besonders stimmige Weise vereint. Nahe den bekannten Krimmler Wasserfällen findet sich dieses Vier-Sterne-Hotel und lässt inmitten des Naturparks Hohe Tauern neue Kraft tanken – von der hauseigenen Panoramasauna aus zum Beispiel, Blick auf die Krimmler Wasserfälle inklusive. Das herrliche Bergpanorama lässt sich auch vom Entspannungs- und Yogaraum aus genießen; für Yogaeinheiten ist Gastgeberin Isabella höchstpersönlich zuständig. Der Part von Gastgeber und Hausherr Ernst Steger ist es, Gästen Tipps zu Wanderungen und Aktivitäten in der Region zu geben – der gute Ruf des Restaurants ist wiederum Hausherrin Maria Steger zuzuschreiben. Kulinarisch gesehen wird hier viel Wert auf Regionalität gelegt: So werden Marmeladen, Liköre oder Brot vom Küchenteam selbst hergestellt (und sind auch an der Rezeption erhältlich). Zur Auswahl stehen unter anderem das Panoramastüberl, Sonnenterrassen sowie eine Hotelbar. Die Zimmer und Suiten des Hauses sind allesamt allergikergerecht ausgestattet. Das Hotel ist ein zertifiziertes sogenanntes „Hohe Tauern Health Hotel“ – „Hohe Tauern Health“ ist eine Gesundheitsinitiative für Allergiker und Asthmatiker in Verbindung mit der Heilkraft der Krimmler Wasserfälle. Laut verschiedenen Studien kann der Sprühnebel der Krimmler Wasserfälle nachweislich als ein außergewöhnliches natürliches Heilmittel bei Asthma und Allergien angesehen werden und eignet sich speziell für Erwachsene und Kinder mit allergischen Atemwegserkrankungen. Die Zimmer und Suiten des Hotels punkten zudem mit sehr großzügigen möblierten Balkonen. Ein besonderer Tipp ist die 44 Quadratmeter große Suite „Bergliebe“, die – wie der Rest des Vier-Sterne-Hauses – im alpin-modernen Stil eingerichtet ist. Natürliche Materialien geben hier den Ton an. DZ inklusive Frühstück ab € 102,- pro Person.

Hotel Post Krimml****, hotelpost-krimml.at
Oberkrimml 18, 5743 Krimml, Österreich
T: +43 6564 73580



THERME



BEST OF HOTELS



TSSCHECHIEN



FALKENSTEINER MARIENBAD QUELLE DER RUHE UND KRAFT IM HERZEN EUROPAS

Marienbad gilt, gleichauf mit anderen europäischen Kurorten, als Geburtsstätte des modernen, wissenschaftlich fundierten Gesundheitstourismus. In dem westböhmisches Kurort liegt das Luxusresort „Falkensteiner Marienbad“. Das traditionsreiche und im Jugendstil erbaute Haus bietet ein exzellentes Wellnessprogramm im renovierten Acquapura Spa mit fünf Themenpools und dem einzigen beheizten Außenpool der Stadt. Hinzu gesellt sich das Medical Center mit eigenem Kurarzt und mehrsprachigem Therapeutenteam, ebenso die hauseigene Alexandra-Quelle für Bäder- und Trinkkuren. Im Angebot stehen u. a. ein Covid-Rehabilitationsprogramm und die beliebte Präventivkur „Alexandra Basic“. Die Lage des Hotels am Naturschutzgebiet Kaiserwald ist auch top: Die Region in und um Marienbad bietet eine Vielzahl an Freizeitaktivitäten, Sehenswürdigkeiten und Naturschönheiten. DZ inklusive Frühstück ab € 92,- pro Person.

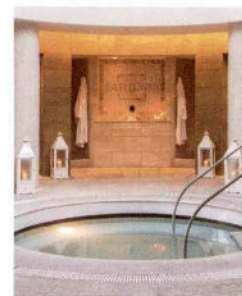
Falkensteiner Spa Resort Mariánské Lázně*****, falkensteiner.com
Ruská 123, 353 01 Mariánské Lázně, Tschechien
T: +420 354 929399

TRENDS



Reiche Historie
Die „Terme di Saturnia“ fand schon im Mittelalter durch den Dichter Dante Erwähnung.

ITALIEN



TERME DI SATURNIA NATURAL SPA EINE DER BERÜHMTESTEN THERMALQUELLEN ITALIENS

Seit 3000 Jahren sprudelt hier das Thermalwasser mit einer Temperatur von 37,5 Grad Celsius aus der Erde heraus. Bereits zu Beginn des 18. Jahrhunderts wurde die Terme von Saturnia als Wundermittel für die Heilung von Hautkrankheiten angesehen, und noch heute ist man von diesem Gedanken überzeugt: Das Quellwasser dieser Terme ist schwefelhaltig, reich an Mineralsalzen, Gasen etc. Beim Eintauchen in die Quelle kann der wertvolle Wirkstoff Plankton festgestellt werden, der feuchtigkeitsspendende Eigenschaften aufweist. Auch wirkt das Thermalwasser blutdrucksenkend und es kann eine Erhöhung des Atemvolumens erzielen; hinzu kommen eine Anti-Aging-Wirkung für die Leber, eine Peelingfunktion und eine tiefgehende antiseptische Wirkung. Zudem wird nachweislich die Spannung des Herz-Kreislauf- und Atmungssystems reduziert. DZ inklusive Frühstück ab € 297,- pro Person.

Terme di Saturnia Natural Spa*****, de.lhw.com
Via Follonata, 58014 Saturnia, Italien
T: +39 0564 600111

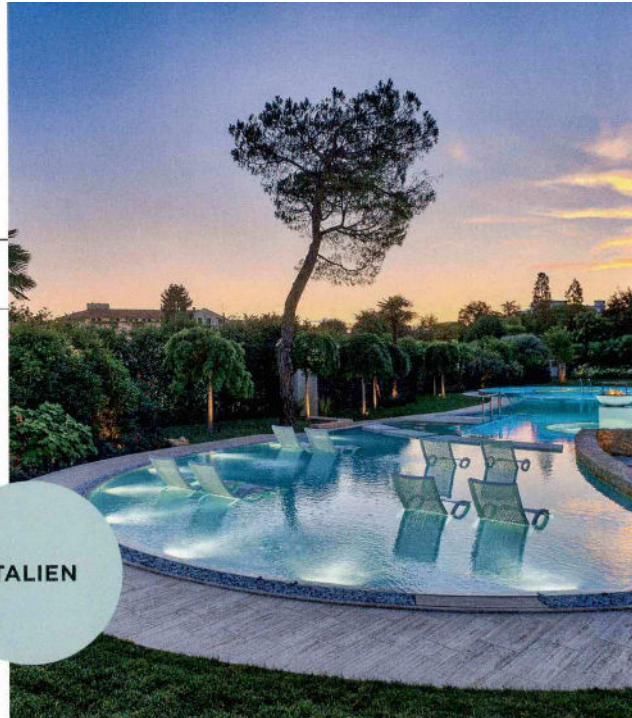
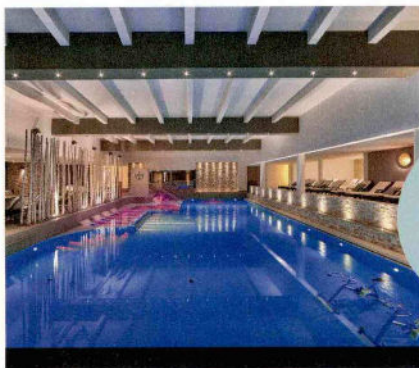
TRENDS HEALTH



THERME



BEST OF HOTELS



ITALIEN

ESPLANADE TERGESTEO - LUXURY RETREAT

EINE EXKLUSIVE OASE DER RUHE

Im Herzen der norditalienischen Region Veneto und nicht weit von Padua und Venedig entfernt liegt das Hotel „Esplanade Tergesteo“ in Montegrotto Terme. Es ist eine stilvolle Oase der Ruhe und ein Ort, an dem altbekannte Heilkräfte des Thermalwassers auf ein überaus modernes und ansprechendes Ambiente treffen. Wahrlich ist der außergewöhnliche Stil des Hotels hervorzuheben: Es besticht durch eine stilvolle Kombination von einzigartigen Designobjekten, Holz, Marmor und anderen stimmigen Materialien. Die Region kann auf eine 1000-jährige Badetradition zurückblicken: Sehr bekannt in dieser Region ist die Thermalfangothérapie mit ihrer außergewöhnlichen therapeutischen Wirkung. Im Hotel werden diese Ressourcen der Natur nicht nur für die traditionelle Fangothérapie sondern auch für die innovativen Beauty Behandlungen verwendet. Die exklusiven Fango Uniko Bio Treatments eignen sich dank der hochwertigen, biologischen Bestandteile für jeden Hauttyp. Die Haut wird entgiftet und die Zellerneuerung angeregt. Zudem wird Cellulite gemildert und die Haut erstrahlt in neuem Glanz - innovativ und zu 100 Prozent natürlich. Das Herzstück des Fünf-Sterne-Hotels sind jedoch die Thermalbäder: Der Innenpool, der direkt in den einzigartigen White Pool im Außenbereich übergeht, und der H₂O₃-Pool mit Mikrobläschen aus Ozon stehen für eine perfekte Kombination aus Natur, Harmonie und Entspannung. Auch eine Adults-only-Area gibt es: Das Rooftop54 ist ein absolut einzigartiger Ort mit Salzwasserpool, textilfreier Sauna und verschiedenen Ruheräumen. Im Wellnessbereich „Well 54“ erwarten die Gäste zudem verschiedene regenerierende Rituale und eine Vielzahl an exklusiven Retreats. Nicht zu kurz kommt auch der kulinarische Part: Das „Pepita Restaurant“ ist eine ideale Symbiose aus Geschmackserlebnis und Wohlfühlmomenten. Moderne Raffinesse und traditionelle italienische Kochkünste treffen hier gekonnt aufeinander. DZ ab € 324,- pro Nacht.

Esplanade Tergesteo - Luxury Retreat*****, esplanadetergesteo.it
Via Roma, 54, 35036 Montegrotto Terme PD, Italien
T: +39 049 8911777

*Ein Rückzugsort,
der zu einem Ensemble aus
Natur, Harmonie und
Gelassenheit verschmilzt.*



Perfekte Kombination

Das Hotel verbindet harmonisch Design und Wellness.

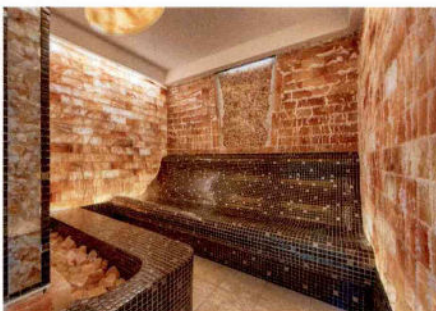
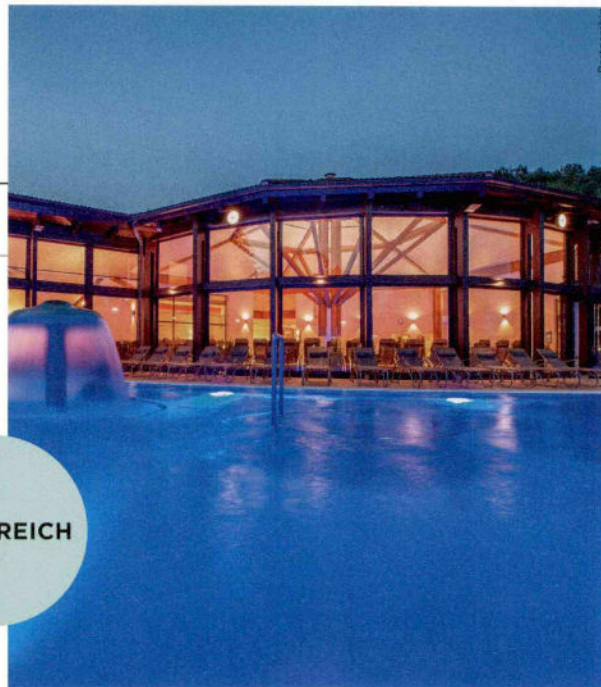
13.09.2021

Print-Clipping Schweiz, Druckauflage: 50 212, easyAPQ: 98 269,20 €
Auftr.: 13633, Clip: 2601398, SB: EUPHORIA RETREAT

Geschenk der Natur
Zufällig stieß man auf heilende
Quellen – seitdem ist dies eine
Gesundheits- und Genussregion.



ÖSTERREICH



THERMENWELT HOTEL PULVERER

GURGELNDE QUELLEN, HEILENDES WASSER, BEEINDRUCKENDE BERGLANDSCHAFTEN

Am Fuße der Nockberge erhebt sich dieses Kärntner Wellnesshotel mit hauseigener Therme, haubengekrönter Küche (mit der „Loystubn“) und eigenem Gesundheitszentrum. Das Fünf-Sterne-Haus „Thermenwelt Hotel Pulverer“ in Bad Kleinkirchheim verfügt über eine Thermenlandschaft auf großzügigen 2100 m². Zur Auswahl stehen mehr als 30 verschiedene Massagen. Im „Thermenwelt Hotel Pulverer“ wird zudem auf die Kraft der Alpen mitsamt ihren Kräutern gesetzt. Besondere Angebote gibt es im Sommer – das Credo hierbei: „Genießen, eintauchen in eine neue (Wellness-)Welt und sich verwöhnen lassen.“ Als Zuckerl gibt es einen Verwöhnutschein für die hauseigene Vitaloase, und das für vier Nächte bereits ab 584 Euro pro Person. Ansonsten liegt der Preis im DZ inklusive Frühstück ab € 118,- pro Person.

Thermenwelt Hotel Pulverer**, pulverer.at**
Thermenstraße 4, 9546 Bad Kleinkirchheim, Österreich
T: +43 4240 744



HEILTHERME BAD WALTERSDORF

DIE QUELLE DER RUHE

1975 wurde in Bad Waltersdorf nach Öl gebohrt – statt auf schwarzes Gold stieß man auf heiße, heilende Quellen. In der Heiltherme Bad Waltersdorf treffen natürliche Materialien und der Blick auf das saftige Grün der Oststeiermark aufeinander und machen die 2015 komplett neu gestaltete Heiltherme zum idealen Ort der Entspannung. Direkt an die Heiltherme angeschlossen, befindet sich das 4-Stern-Quellenhotel. Quellenhotel-Gästen steht zusätzlich die Hoteltherme Quellenoase zur Verfügung. Zentral ist natürlich die Energie des Thermalwassers, die in den Becken ebenso spürbar wird wie in der Kneippanlage oder entlang der Massagetracke. Offiziell als Heilwasser anerkannt wirkt das wohlige warme Wasser nachweislich entspannend auf Körper und Seele, tut der Haut gut, strafft das Bindegewebe und aktiviert die Selbstheilungs- und Abwehrkräfte. DZ ab € 141,- pro Person.

Heiltherme Quellenhotel Bad Waltersdorf**, heiltherme.at**
Thermenstraße 111, 8271 Bad Waltersdorf, Österreich
T: +43 3333 3150-0



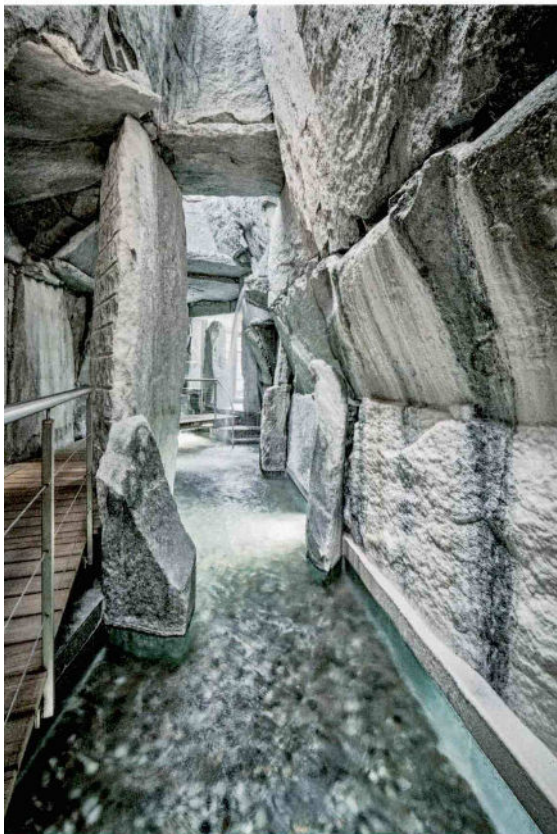
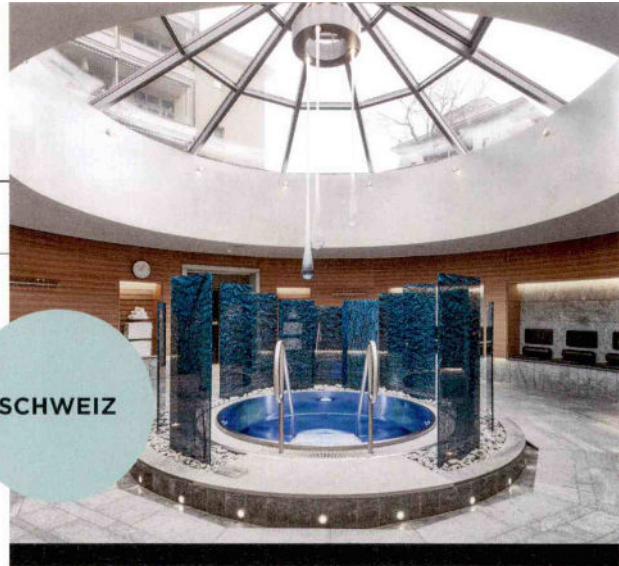
THERME



BEST OF HOTELS

Ein Ort, der gleichzeitig tiefes Wohlbefinden und eine sanfte Linderung körperlicher Beschwerden erfahren lässt.

SCHWEIZ



Wanderbar

Einer der wohl schönsten Kneippwege Europas ist in diesem Spa angelegt.

GRAND RESORT BAD RAGAZ

EIN GANZ BESONDERES WÄSSERCHEN UND EIN GANZ BESONDERES HAUS

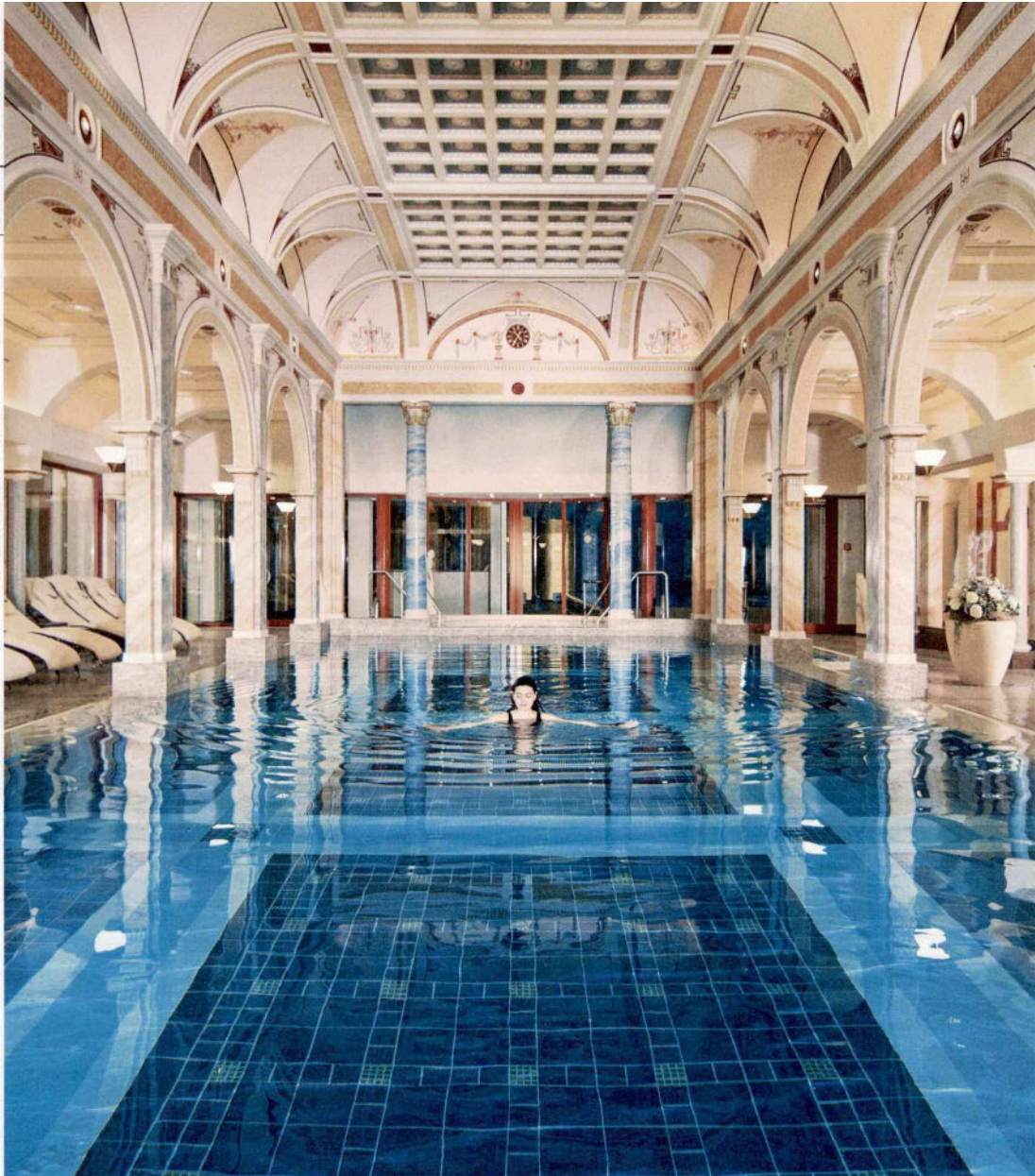
Die bekannte Tamina-Quelle, inmitten der Voralpen der Ostschweiz gelegen, gilt als die wasserreichste Akrotherme Europas. Das Wasser weist vielfältige gesundheitliche Wirkungen auf – vom Bewegungsapparat bis zu Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems sind viele Krankheitsfelder eingeschlossen. Hervorzuheben ist auch der Auftrieb mit seiner gelenkentlastenden und dadurch schmerzlindernden Wirkung. Ideal ist der Wasserdruck auch für Menschen mit Venenerkrankungen: Das Wasser komprimiert die Venen und Arterien von außen. Das Heilwasser aus der Taminaschlucht ist auch für gesunde Menschen etwas Besonderes: Nach einem Bad fühlt sich die Haut samtweich an, zudem wird die Entspannung gefördert, die Muskulatur gelockert, die Abwehrkräfte werden gestärkt. Zur Thermalwasserwelt des hoteleigenen Thermal Spa zählen das historische Helenabad, das Sportbad, der Family Spa und der Garden Pool mit Blick auf die Berge. Gäste schöpfen neue Kraft und Vitalität – das macht einen Aufenthalt im „Grand Resort Bad Ragaz“ so besonders. Die Erfahrung des Luxushotels beruht auf einer jahrhundertelangen Bade- und Heiltradition. Daraus hat sich eine einzigartige Kombination aus eigener Thermalquelle, ganzheitlicher medizinischer Expertise und der Vielfalt eines Fünf-Sterne-Luxusresorts entwickelt. Hotelgästen steht übrigens die Bäderlandschaft des öffentlichen Thermalbads „Tamina Therme“ kostenfrei zur Verfügung.

Auch Kulinarik auf höchstem Niveau hat im „Grand Resort Bad Ragaz“ Tradition. Die Restaurants stehen für Authentizität, gastronomische Vielfalt und Exklusivität. Ausgewählt werden kann aus sieben Restaurants, drei Bars, einem Bistro, einem Sushi-Take-away sowie einem Café. Das „Grand Resort Bad Ragaz“ funkelt seit heuer im Licht von sagenhaften fünf Michelin-Sternen. Hinzu gesellt sich ein breites kulinarisches Spektrum, das von asiatischen Spezialitäten bis hin zu innovativer Schweizer Alpinküche reicht. Auch eine Wassersommelière zählt zum Team im „Grand Resort Bad Ragaz“. In den zur Auswahl stehenden Zimmern und Suiten der beiden Grandhotels erwarten Gäste drei Stilrichtungen: zeitlose Eleganz, puristisches Design oder stilvolle Behaglichkeit. DZ ab € 465,- pro Nacht.

Grand Resort Bad Ragaz****, resortragaz.ch

Bernhard-Simonstraße, 7310 Bad Ragaz, Schweiz

T: +41 81 3033030



Entspannung und Exklusivität
Zum großzügigen Wellnessangebot gehört u. a. das Helena-Bad aus dem 19. Jahrhundert.

*Das Heilwasser aus der
Taminaschlucht ist auch für
gesunde Menschen etwas ganz
Besonderes: Nach einem Bad fühlt
sich die Haut samtweich an.*