



WELLNESS & TRAVEL

Hotel-Tipp

NACHHALTIG RELAXEN

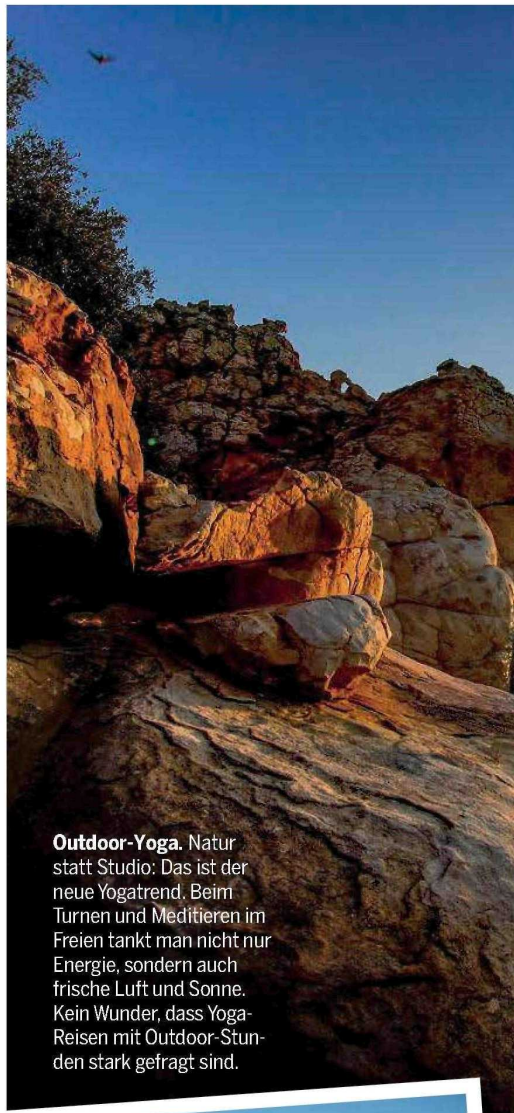
Top-Hotel wird heuer zum zweiten Mal in Folge „Europe’s Leading Green Resort“.



Ökologisch. Das Gradonna****s Mountain Resort Châlets & Hotel.

Modern gestaltete Hotelzimmer, Suiten und Châlets, ein atemberaubender Blick auf den Großglockner und den Nationalpark Hohe Tauern – und das in Kombination mit Materialien wie Zirbe und Fichte, Leinen und Loden sowie Kaiser Marmor: Im Gradonna****s Mountain Resort Châlets & Hotel wird Nachhaltigkeit großgeschrieben. Alle Gebäude des Resorts werden von einer Trinkwasserquelle aus den Hohen Tauern versorgt. Die nötige Energie für Warmwasser und Biowärme liefert ein eigenes Hackschnitzelwerk. Nicht ohne Grund wird die Anlage nun zum zweiten Mal in Folge mit dem Travel-Award „Europe’s Leading Green Resort“ ausgezeichnet. Sie gilt als ein „Best Practice“-Beispiel, dass sich Luxus und Nachhaltigkeit gut vereinbaren lassen.

Infos: www.gradonna.at/osttirol



Outdoor-Yoga. Natur statt Studio: Das ist der neue Yogatrend. Beim Turnen und Meditieren im Freien tankt man nicht nur Energie, sondern auch frische Luft und Sonne. Kein Wunder, dass Yoga-Reisen mit Outdoor-Stunden stark gefragt sind.



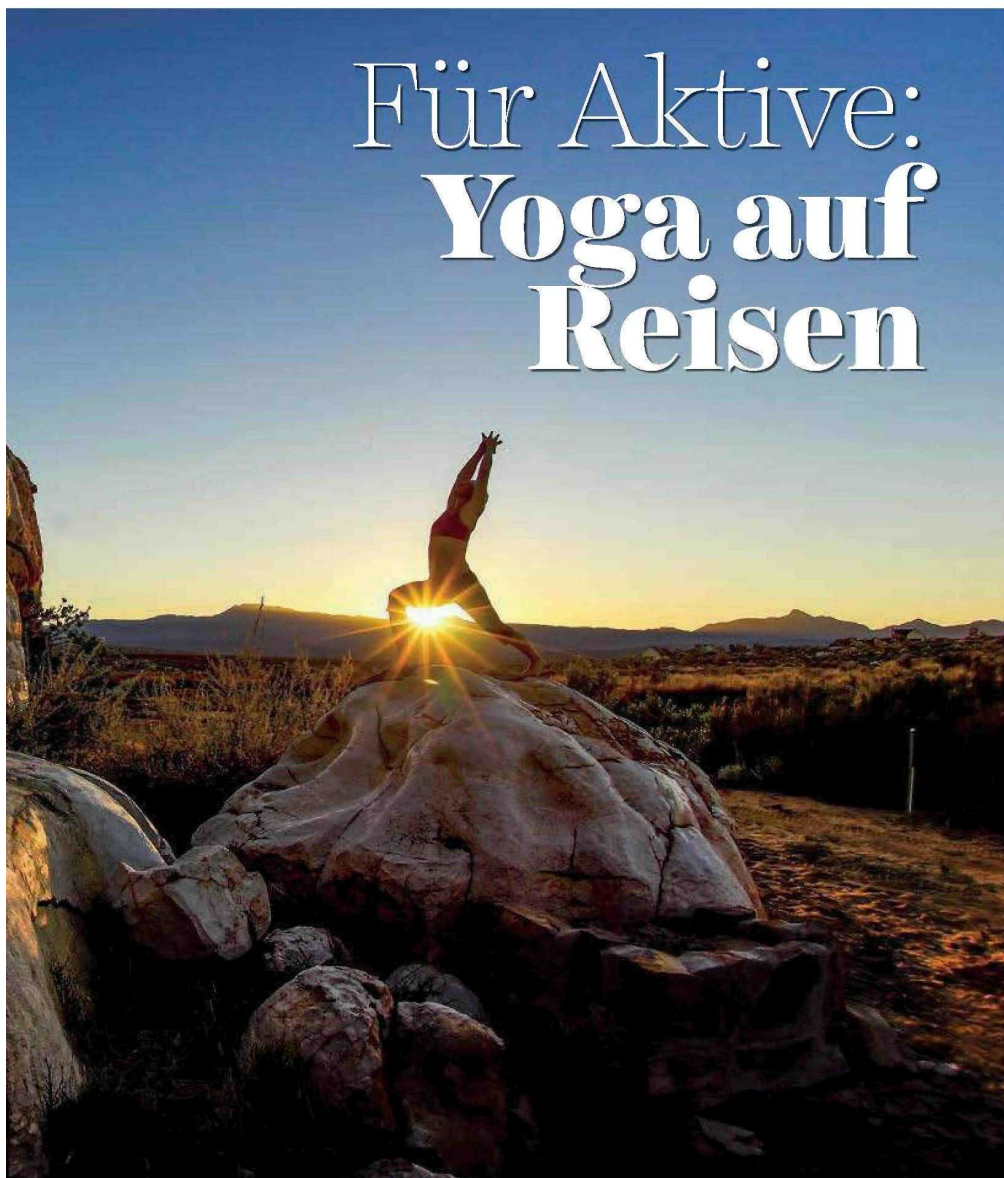
Am Schiff. Auch auf vielen Kreuzfahrten gibt es Yogastunden.

Duschen 2.0

HALLO, DU!

Mit den hübsch designten Duschgels von Tetesept (Limette-Ingwer, Blutorange-Minze, Granatapfel-Magnolie sowie Kirschblüte-Reismilch) fängt jeder Tag gut an. Top: ohne Paraffine und Silikone, alkaliseifenfrei. 200 ml um € 3,99.





Für Aktive: Yoga auf Reisen



Am Berg. Yoga im Hotel Höflehner (Strmk).



Am Meer. Portugal lockt mit Angeboten.

Fotos: Getty Images (4), AIDA Cruises, www.schultz-ski.at, Privat, Beigestellt (3)

Aktiv statt passiv – so das Motto von Yogareisen. Entspannt wird trotzdem!
AM BERG. Drei Nächte mit Vollverpflegung im Hotel Höflehner mit einer Yogaeinheit mit Johannes Gebeshuber ab € 380,- p. P. im DZ. Infos: www.hoeflehner.com
AM MEER. Eine Woche an der wildromantischen Algarve mit täglich vier Stunden Yoga verspricht Entspannung pur. Unterkunft und HP im Suites Alba Resort & Spa gibt es ab € 890,- (Termine 30. 10.–6. 11. sowie 13. 11.–20. 11.), der Flug muss separat gebucht werden. Infos: www.yogareisen.com/Europa-Reisen/Portugal
AM SCHIFF. Viele Kreuzfahrtschiffe bieten ein umfassendes Fitnessprogramm. So kann man sich auch bei der Rundreise Kanaren & Madeira (4. 12.–11.12) auf der „Aida“ ausgiebig auspowern. Mit VP, p. P. im DZ ab € 499,-, Flug an und ab Las Palmas (Gran Canaria) muss separat gebucht werden. Infos: www.aida-cruises.at