



# Wellness-Oasen

Von Buddhas an der Ostküste, einem Labyrinth aus Steinen und heißen Quellen in der Wüste

Wenn die warmen Tage sich dem Ende zuneigen und die Tage kälter werden, ist es umso wichtiger, sich regelmäßig aufzuwärmen und gelegentlich eine Auszeit zu gönnen. Was eignet sich da besser als ein erholsames Bad in einer Thermalquelle, eine Massage mit entspannenden ätherischen Ölen oder ruhige Stunden in idyllisch-gärtigen? Wir stellen neun besondere Orte vor, an denen man jetzt perfekt die Seele baumeln lassen kann und dem Körper dabei noch etwas Gutes tut.

### Wellness am schönsten Strand der Karibik

Der Eagle Beach von Aruba wurde von TripAdvisor zu einem der schönsten Strände weltweit gekürt und eignet sich hervorragend, um die Sorgen des Alltags hinter sich zu lassen und so richtig zu entspannen. Im Bucuti & Tara Beach Resort geht dies besonders gut: Das Boutique Hotel verfügt über einen gemütlichen Spa-Bereich, in dem sich die Gäste mit einer der zahlreichen angebotenen Behandlungen nach Lust

und Laune verwöhnen lassen können. Ein besonderes Highlight sind die privaten Cabanas am Strand, in denen Gäste eine Beach-Massage mit Blick auf das Karibische Meer genießen können. Auch die etwas ungewöhnlichen Wellness-Aktivitäten des Resorts sind bei den Gästen sehr beliebt: Sie können beispielsweise am Vollmond-Yoga am Strand teilnehmen oder ihr eigenes Peeling aus auf Aruba wachsender Aloe vera herstellen.



### Spa at the Boulder Resort: 4.000 Quadratmeter pure Entspannung

Schon gewusst? In Scottsdale in Arizona gibt es mehr Spas pro Kopf als in jeder anderen Stadt der USA. Viele von ihnen nutzen die heimischen Inhaltsstoffe und die Ruhe ihrer Wüstenumgebung, um Körper, Herz und Geist der Reisenden zu erfrischen. Auch im Spa at the Boulder Resort wird sich die Umgebung zunutze gemacht: Geleitet zwischen beeindruckenden zwölf Millionen Jahre alten Felsbrocken und dem Black Mountain ist dieses Spa eine knapp 4.000 Quadratmeter große Anlage, in der man sich verwöhnen lassen und neue Energie tanken kann. Die Behandlungsräume werden durch charakteristische Elemente wie einen Pfad der Ruhe in Form eines Labyrinth und einen 520 Quadratmeter großen Garten ergänzt.

eine individuelle und einzigartige Behandlung, bei der spielsweise durch die Kombination verschiedener Massage-Techniken auf die speziellen Bedürfnisse und Vorlieben der Gäste eingegangen wird.

### Elizén Spa: Tradition trifft Luxus

Das ELA Excellence Resort Balak bietet seinen Gästen mit dem Elizén Spa eine weltkräftigste Entspannungsoase für alle jene, die sich eine Auszeit wünschen. Ein Hammam zur Entspannung und zum Aufwärmen des Gemüts darf an der türkischen Riviera natürlich nicht fehlen. Die traditionelle türkische Sauna hat ihre Ursprünge im Orient und ist inzwischen auf der ganzen Welt bei Entspannungssuchenden beliebt. Bei hoher Luftfeuchtigkeit und einer Raumtemperatur von 50 °C bis 60 °C erleben Gäste hier Rituale, bestehend aus Massage, Peelings und Saunaeinreibungen. Ein Besuch im Hammam hat einen positiven Effekt auf den Kreislauf, die Muskeln und die Haut, sodass man sich nach einem Besuch wie neu geboren



### Energie aus den Elementen der Natur schöpfen

Die Malediven bieten ihren Gästen nicht nur eine absolut idyllische Natur und Umgebung, sondern auch ein vielfältiges Spa- und Wellness-Angebot. Auf den beiden Inseln der The Ozen Collection bietet das ELE | NA eine wunderbare Verknüpfung beider Dinge. Bereits der Name ist ein Akronym der Elemente der Natur und zeigt, dass das Spa Inspiration in den elementaren Energien findet, die in und um uns herum fließen. Um zur Ruhe zu kommen und das eigene Wohlbefinden zu verbessern, bietet das ELE | NA seinen Gästen ganzheit-

lucht. Echte Hammam-Fans sollten während ihres Aufenthaltes im ELA Excellence Resort unbedingt auch das Hammam-Keyf ausprobieren – hier wird den Gästen ein ganz besonderes und privates Hammam-Erlebnis geboten.

### Massagen mit Meerblüch: The Don CeSar in St. Pete/Clearwater

Dass es auch in Florida sehr schöne Wellnessoasen gibt, zeigt das Hotel Don CeSar in St. Pete/Clearwater: Hier können sich Urlauber auf entspannende Massagen mit einem einzigartigen Ausblick auf den Golf von Mexiko freuen. Ein Highlight ist die große Spa-Terrasse, auf der die Gäste nach oder zwischen den Behandlungen die warme Sonne Floridas und das Meeresrauschen genießen können. Es ist übrigens nicht zwingend notwendig, Höhegast zu sein, um das Oceana Spa erleben zu können: Das Don CeSar ermöglicht es allen Spa-Liebhabern, Tagespässe zu erwerben und Energie zu tanken.



liche Therapien, alternative medizinische Behandlungen oder auch spezielle Wellness-Dining-Optionen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den Elementen der Natur sowie nachhaltigen Praktiken – viele davon sind inspiriert von altbewährten mediterranen Ritualen und Überlieferungen.



### Shou Sugi Ban House: Japanischer Flair auf Long Island

Die herbstliche Brise am rauen Meer trifft auf asiatisch-modernes Ambiente, das Ruhe ausstrahlt: Willkommen im Shou Sugi Ban House auf Long Island. Die wunderschöne Wellness-Oase des Hauses ist das einzige Spa auf Long Island, das globale Wellness- und Heilpraktiken miteinander vereint. Namensgebend ist der Sugi, in dem die einzelnen Häuser auf dem Gelände des Retreats gebaut sind. Beim Shou Sugi Ban-Stil handelt es sich um eine alte japanische Technik zur Holzkonzervierung, die nicht nur nachhaltig, sondern auch extrem wetterbeständig ist – also auch ideal auf die kühleren Herbsttage Long Islands abgestimmt. Das frei stehende Spa punktiert neben den wunderschön gestalteten Behandlungsräumen auch mit einer Themasuite inklusive einer Feminfarnt-Sauna, um somit auch an kalten Tagen ein wenig Wärme genießen zu können.

### Hilton Geneva Hotel & Conference Center: Von der Saunabank aus auf verschneite Gipfel schauen

Wellness am Fuße der Alpen? Im wunderschönen Genf in der französischen Schweiz können Reisende in der kalten Jahreszeit nicht nur schneebedeckte Gipfel bestaunen und bewan-



dern, sondern auch exklusiv im größten beheizten Innenpool Genfs entspannen. Im LivingWell Genf, das Teil des Hilton Geneva Hotel & Conference Center ist, können Erholungs-suchende zuerst einige Bahnen durch den 20 Meter langen Pool unter einem beeindruckenden Glasdach ziehen, einen der angebotenen Aqua-Bike-Kurse besuchen oder sich im fast 1.500 Quadratmeter großen Fitnessbereich auspowern, bevor sie sich anschließend voll und ganz der Entspannung widmen: Bei einem Saunagang, im Jacuzzi oder bei Spa und einem Besuch im hoteleigenen Hammam kann man ausreichend Wärme für die nächste Wanderung durch den Schnee tanken.

### Entspannen am Fuße der Vulkane: Die Sky Lagoon in Island

Im Land des Feuers und Eises beginnt nun wieder die dunkle und kalte Jahreshälfte. Bei Durchschnittstemperaturen um den Gefrierpunkt herum ist es kein Wunder, dass sowohl Einheimische als auch Gäste der Insel im hohen Norden zur Entspannung gerne die Wärme suchen. Im Geo-Thermebad Sky Lagoon kann man mit Blick auf den rauen Nordatlantik die Seele baumeln lassen, während man gleichzeitig im 38 Grad Celsius warmen Wasser entspannt. Außerdem wird ein einzigartiges Ritual angeboten, bestehend aus sieben Schritten, die Wärme und Kälte miteinander verbinden. Unter anderem steht eine Sauna mit einem großen Panoramafenster, das einen einzigartigen Blick auf den Atlantik bietet, auf dem Programm – Wellness with a View!

