

eco.nova

DAS WIRTSCHAFTSMAGAZIN

DIE UNNAHBARE

*Wie Ingeborg Hochmair
Med-El still und heimlich an
die Weltspitze brachte.*

WER WILL MICH?

Ein Leitfaden zur Betriebsübergabe.

GESUNDHEITSVORSORGE

Warum zum Arzt gehen, wenn man gesund ist?



GESUNDHEIT TRIFFT STYLE

TIROL / ÖSTERREICH



Q! RESORT HEALTH & SPA, KITZBÜHEL

Die Marke „Q!“ steht für Individualität, Lifestyle und Ungezwungenheit. Seit Mai gibt es auch ein Hotel in Kitzbühel samt 700 Quadratmeter großem Spa (inkl. privater Spa-Suite für Paare), in dem sich alles um Wohlbefinden, Fitness und Gesundheit dreht. Tipp: In speziellen Basenfasten-Wochen entsäuern Sie Ihren Körper nach der Wacker-Methode und einem individuell abgestimmten Programm. Diese werden ab 695 Euro pro Person für 7 Nächte im Doppelzimmer, drei basischen Mahlzeiten täglich, Anwendungen und Teilnahme am Vitalprogramm angeboten.

*Ab 99 Euro pro Person im
Doppelzimmer inkl. Halbpension
www.loock-hotels.com*

RITZLERHOF SELFNESS & GENUSS HOTEL, SAUTENS

Nach einer achtmonatigen Umbau- und Erweiterungsphase verfügt das Vier-Sterne-Superior-Hotel mit Blick auf das vordere Ötztal nun über 48 Zimmer, einen Spa- und Wellnessbereich, Innen- und Außenpool, zwei Restaurants („Gameza“ und „Furmenta“) und viele Möglichkeiten zur nachhaltigen Entspannung, die Wellness- mit Selfnessangeboten (Mentaltraining, Bewusstseinschulung, Lebensfeuer-Messung ...) kombinieren. In den Behandlungsräumen kommen zudem Produkte der Naturlinie alpienne mit Rohstoffen aus dem benachbarten Pitztal zum Einsatz.

*Ab 87 Euro pro Person im
Doppelzimmer inkl. Dreiviertelpension
www.ritzlerhof.at*

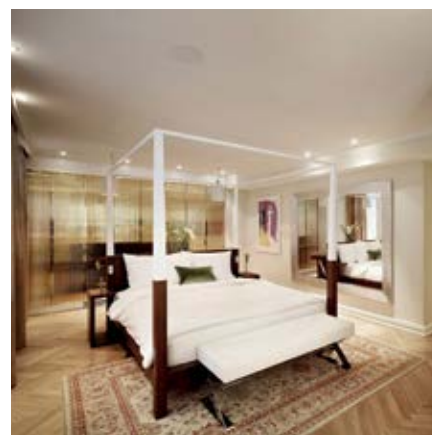
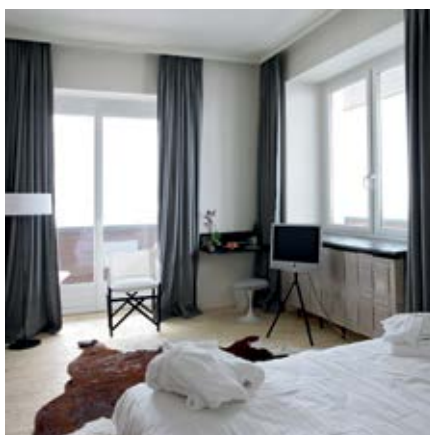
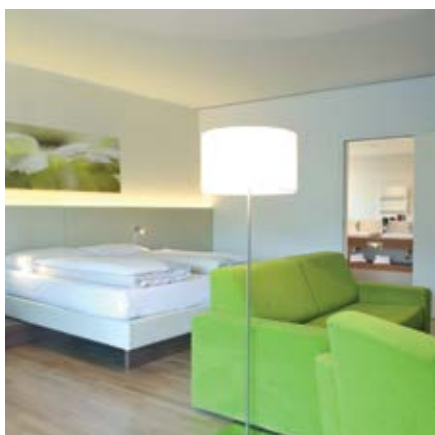
BURG VITAL RESORT, LECH AM ARLBERG

Aus dem Ortszentrum von Lech schweben Sie mit einer Gondel hinauf in die Idylle, wo vier Chalets stehen, arrangiert wie ein kleines Hoteldorf. Hochwertige und natürliche Materialien verbinden sich hier oben mit alpiner Behaglichkeit, dazu gibt es jede Menge Programme für Ihr Wohlbefinden – von Ayurveda, Thalasso und Myoflextherapien zur Behandlung verschiedener Schmerzzustände über Body Detox (Entschlackung und Entgiftung) bis hin zur Private-Spa-Suite. Erfahrene Therapeuten stellen dabei Ihr individuelles, heilsames Therapiepackage zusammen.

*Ab 245 Euro für das Doppelzimmer
inkl. Gourmet-Halbpension
www.burgvitalhotel.at*

Ob Kurort, Küste, See, Meer oder Gebirge; familiär, designorientiert, bodenständig oder luxuriös; traditionsreiches Kurhotel oder modernes Wellnessresort: So individuell wie Sie und Ihre Bedürfnisse sind auch die Wohlfühlangebote. Wellnessurlaub heißt Entspannung pur, sofern man das für sich passende Angebot findet und die Qualität stimmt. Auf den folgenden Seiten haben wir ein paar Tipps zusammengestellt, bei denen Sie sich zumindest auf Zweites verlassen können.

TIROL / ÖSTERREICH



THERMENHOTEL KARAWANKENHOF, WARBAD-VILLACH

Nur einen Bademantelgang von der Kärntner-Therme (www.kaerntnertherme.com) entfernt liegt der Karawankenhof mit seinen insgesamt 89 Zimmern und toller Kulinarik, die den perfekten Genuss zwischen Alpen und Adria gefunden hat. Als Gast des Hotels haben Sie freien Eintritt in die Therme und können das gesamte Angebot dort nutzen: 1.140 Quadratmeter Wasserfläche samt heilendem Thermalwasser, Spa und Wellness auf 2.000 Quadratmetern mit ganzheitlicher Pflege auf Naturbasis und ein 700 Quadratmeter großer, top ausgestatteter Fitnessbereich warten auf Sie.

*Ab 110 Euro pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension
www.karawankenhof.com*

MIRAMONTE, BAD GASTEIN

Das Miramonte ist ein Platz für Individualisten abseits des Mainstreams und mit allem ausgestattet, was Herz, Sinne, Magen und Körper begehren. Halle, Bar und Restaurant präsentieren sich wie ein lässiges Wohnzimmer, Erholung finden Sie im Aveda Spa mit sprudelndem Thermalwasser und fachkundigen Therapeuten: Body-Wraps, Massagen, Yoga, Ayurveda, Shiatsu und Fango treffen auf Panoramasauna, Dampfbad und Kosmetik. Mindestens genauso empfehlenswert ist das stylische Schwesterhotel Haus Hirt in Bad Gastein. www.haus-hirt.com

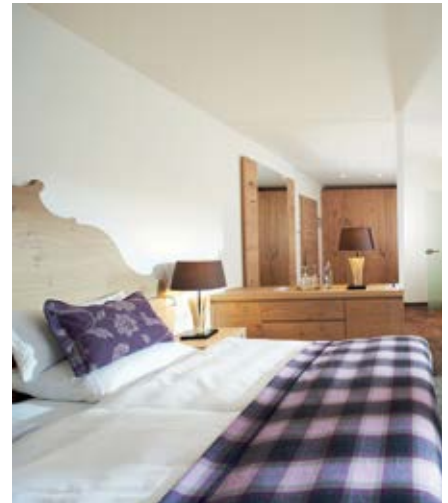
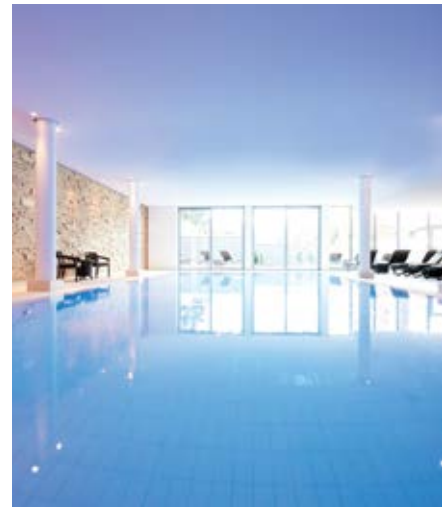
*Ab 61 Euro pro Person im Doppelzimmer inkl. Halbpension
www.hotelmiramonte.com*

SANS SOUCI, WIEN

Stadt trifft Wellness. Ende 2012 öffneten sich die Türen eines außergewöhnlichen wie glamourösen Hotelprojektes. Entstanden ist eine Mischung aus Kunst, Design, lässigem Savoir-vivre und zurückhaltendem Luxus, die auch viele Promis anlockt. Neben kreativem Essen, serviert im „La Véranda“, gibt's auch einen 450 Quadratmeter großen Spa-Club samt 20-Meter-Pool und traditionellen sowie exotischen Treatments, die man auch nutzen kann, wenn man nicht im Hotel wohnt. So lässt sich beim nächsten Wien-Aufenthalt auch gleich was für die Gesundheit tun.

*Ab 239 Euro pro Zimmer inkl. Frühstück
<http://www.sanssouci-wien.com>*

DEUTSCHLAND



MATTLIHÜS, OBERJOCH/ALLGÄU

Durch den Anbau mit je sechs Suiten und Doppelzimmern, einladendem Foyer und einem 300 Quadratmeter großen Wellnessbereich hat sich das Mattlihus hin zum ersten Holz100-Hotel in Deutschland gewandelt und ist nun gänzlich aus Holz und nach Regeln des Feng-Shui und der Bau-biologie errichtet. Schon das Zirbenholz wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus, dazu gibt's medizinische Angebote für viele Bedürfnisse – von Workshops zur Burn-out-Prophylaxe über individuelle Beratungen zur medizinischen Vorsorge bis zur meditativen Klangreise.

*Ab 78 Euro pro Person
inkl. Verwöhn-pension
www.mattlihus.de*

LINDENWIRT, DRACHSELSRIED/ BAYRISCHER WALD

Die Verbundenheit zur Natur des Bayrischen Waldes zieht sich durch das gesamte Gebäude. Durch den Umbau im Jahr 2008 entstand eine Verbindung zwischen Haupt- und Nebenhaus, die durch ihr Design einer Wanderung im Wald ähnelt. Das TILIA Spa, das über zwei Etagen reicht, bietet neben einem schönen Wellnessangebot auch Gesundheitsbehandlungen von Entschlackungskuren bis zur Schmerztherapie. Eine Besonderheit des Spa-Angebotes ist dabei das russische Baderitual „Banja“, das hautbelebend, muskelregenerierend und immunsystemstärkend wirkt.

*Ab 77 Euro pro Person im Doppelzimmer
inkl. Dreiviertel-Verwöhn-pension
www.hotel-lindenwirt.de*

HOTEL EXQUISIT, OBERSTDORF/BAYERN

Das Vier-Sterne-Superior-Hotel gilt als Ruhepol in den Bergen und interpretiert den alpinen Stil mit edlen Materialien aus Holz, Glas und Naturstein auf ganz neue Weise. Der Spa-Bereich lädt zur Entspannung für Körper und Seele ein: Auf 1.000 Quadratmetern finden sich ein Panoramahallenbad, Saunen und Dampfbäder, ein Schönheits- und Fitnessbereich sowie ein Golf Simulator. Ein Team aus Ärzten und Heilpraktikern berät dazu in gesundheitlichen Fragen. Hauseigene Physiologen laden zur Entspannungsmassage ein. Gekostet wird auf Sternenniveau.

*Ab 125 Euro pro Person
inkl. Dreiviertelpension
www.hotel-exquisit.de*

SPANIEN



OCEANO VITALITY HOTEL & MEDICAL SPA/TENERIFFA

QoolTOURS-Tipp: Der elegante Hotelkomplex liegt direkt am Atlantik, im ruhigen, grünen Nordwesten Teneriffas mit Blick auf das Meer und den Pico del Teide. Das Oceano Vitality Hotel bietet einen Außenpool, ein Fitnesscenter und ein medizinisches Spa, wo Sie ein professionelles Team von Ärzten und Therapeuten erwartet, das Sie bei der Erholung, Gewichtsabnahme und Regeneration unterstützt. Hierbei werden bei einigen Behandlungen auch die natürlichen Heilkräfte des Meerwassers genutzt.

1 Woche im Studio mit Meerblick und Halbpension ab München gibt's ab 1.044 Euro pro Person. Infos und Buchungen über Reisestudio QoolTOUR, Fürstenweg 55, Innsbruck, www.qooltour.at

PRINCESA YAIZA SUITE HOTEL RESORT, PLAYA BLANCA/LANZAROTE

Die „Prinzessin von Lanzarote“ liegt an der Südküste der Insel und hat direkten Zugang zum weißen Sandstrand der Playa Dorada. Im Zentrum für Thalassotherapie kommt den Gästen die therapeutische Kraft des Atlantik-Meerwassers zugute, ärztliche Beratung inklusive. Im Mittelpunkt steht das „Mil y una noches“, ein überdachtes Meerwasserbecken – wohl temperiert und mit Sternenhimmeldekoration bietet es unter anderem Unterwassermusik und Farbtherapie zur Entspannung. Die insgesamt acht Restaurants laden zudem zur kulinarischen Weltreise ein.

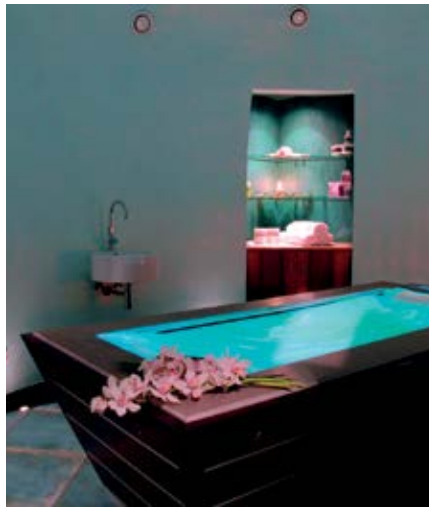
Ab 170 Euro fürs Doppelzimmer inkl. Frühstück www.princesayaiza.com

SHA WELLNESS CLINIC, EL ABIR/VALENCIA

Die SHA Wellness Clinic übernimmt weltweit eine Vorreiterrolle bei der Verbesserung der Gesundheit und der Steigerung des Wohlbefindens durch die Vereinigung tausendjähriger fernöstlicher Techniken mit den modernen Errungenschaften der westlichen Medizin. So ist das Wellnesscenter spezialisiert auf natürliche Therapien nach der speziellen SHA-Methode samt makrobiotischer Ernährung und schonender Schönheitsmedizin sowie ästhetischer Zahnmedizin – kurzum: Detox, Anti-Stress, Abnehmen und Anti-Aging in maximal stylishem Ambiente.

Superior Suite um 550 Euro für zwei Personen www.shawellnessclinic.com

ITALIEN



LEFAY RESORT & SPA, GARGNANO/GARDASEE

Das Lefay erstreckt sich über einen elf Hektar großen Park im Herzen der „Riviera di Limoni“, wobei sich eben diese Natur auch ins Innere zieht. Die Zimmer sind nach einem innovativen Wohlfühlkonzept mit Materialien wie Marmor, Oliven- und Nussbaumholz umgesetzt worden, dazu gibt's sechs Restaurants und Bars sowie Wellnesseinrichtungen für Wohlbefinden und Gesundheit. Die Lefay-Spa-Method bringt dabei die alten Prinzipien von TCM mit der wissenschaftlichen Forschung des Westens zusammen, das große Spa sorgt für Regeneration.

Ab 115 Euro pro Person mit Frühstück
www.lefayresorts.com

ADLER BALANCE SPA & HEALTH RESIDENZ, ST. ULRICH/GRÖDEN

Das Adler Balance verfügt über 29 Juniorsuiten in puristischem Design, ein Restaurant mit Schauküche und Kaminlounge sowie ein modernes Gesundheitszentrum mit Ärztezimmern, Naturheilpraxis und Check-up-Bereich für eine umfassende Diagnose und Therapie. Verschiedene Gesundheitsprogramme aufbauend auf einem bioelektrischen Check und einer Bio-Impedanzanalyse sorgen für maximales körperliches Wohlbefinden. Durch einen unterirdischen Gang erreichen Sie zudem den schönen Wellnessbereich des Schwesterhotels Adler Dolomiti.

Wochenend-Kurzprogramm ab 489
Euro pro Person inkl. Halbpension
www.adler-resorts.com

TIRLER DOLOMITES LIVING HOTEL, SEISER ALM/SÜDTIROL

Das gesamte Hotel steht unter dem Motto „Natur pur“, befindet sich das Hotel doch auf 1.752 Metern Seehöhe und auch im Inneren dominiert der natürliche Werkstoff Holz. Green Living ist hier in allen Bereichen spürbar – vom strahlenfreien Zimmer bis hinein ins Energie-Spa Curasoa, wo eine exklusiv entwickelte Pflegelinie unter Nutzung der regionalen Natur zum Einsatz kommt. Entspannung finden Sie in der Saunalandschaft z. B. in der Almheu- oder Biokräutersauna, Regeneration bieten verschiedene Körperbehandlungen und Massagen.

Ab 106 Euro pro Person mit
Hotel-Kulinarium (Halbpension)
www.hotel-tirler.com