

LIFESTYLE * TRAVEL * BEAUTY * WELLNESS * HEALTH

WOW!

4/16

LIFESTYLE

SAUNAREGELN
WELLNESS & HOME
PERFEKTE GADGES

TRAVEL

FERIENZIELE
SALZBURG IM ADVENT
ZERMATT WINTER 16/17

BEAUTY

WINTERDÜFTE
FROSTSCHUTZ FÜR DIE HAUT

HEALTH

STRESS
CLEAN EATING
WOHNEN MIT LEHM



DAS KRANZBACH

In Waldluft baden, zwischen Baumwipfeln wohnen, durch Buckelwiesen wandern – im «DAS KRANZBACH» heilt die Natur die Seele. Die Erbauerin Mary Isabel Portman spürte bereits vor über 100 Jahren die Magie dieses Platzes am Fuss der Zugspitze. Ihr ist es zu verdanken, dass sich heute an diesem besonderen Ort ein Wellness-Refugium für ruhe- und erholungsuchende Gäste befindet.

Die Ruhelage inmitten der atemberaubenden Naturkulisse ist das Besondere am Hotel «DAS KRANZBACH». Das 4-Sterne-Superior-Hotel & Wellness-Refugium ist von Zürich aus in etwa 3,5 Autostunden erreichbar und ein Geheimtipp für erholsame Wellnessferien. Bereits die Anfahrt über die private Mautstrasse ist wie das Eintauchen in eine andere Welt. Das hoteleigene Grundstück umfasst 130 000 Quadratmeter, umgeben von Wiesen, Wäldern und Bergen. Kein Verkehrslärm, keine Nachbarn, kein Ortskern stören die Kulisse und Ruhe.

Aromadusche im Wald

Überall im Haus ist die Natur zum Greifen nah: Grosse Fenster und viele Terrassen gewähren überwältigende Ausblicke, locken immer wieder hinaus und gestalten den Übergang ins Freie fliessend. «In Harmonie mit der Natur» lautet die Zauberformel, wenn es um bestmögliche Erholung geht. Nachhaltig wirksame Wellnessferien und einen Zugewinn für die persönliche Gesundheit erfordern ein Wechselspiel von Anspannung (Anstrengung) und Entspannung (Ausruhen). Die «Kranzbach»-

Wellness-Philosophie rät daher jedem Gast, zuerst einmal hinaus an die frische Luft – am besten in den Wald – zu gehen. Dabei müssen keine sportlichen Höchstleistungen vollbracht werden – es geht darum, die Natur auf sich wirken zu lassen. Mittlerweile ist wissenschaftlich erwiesen, dass bereits ein kleiner Spaziergang von ein bis zwei Stunden im Wald positive Auswirkungen auf das Immunsystem hat. Bäume, Sträucher, Pilze und andere Pflanzen tauschen über gasförmige Substanzen – Terpene genannt – Botschaften untereinander aus. Beim Betreten des

WELLNESS DER ANDEREN ART

Waldes interagiert der menschliche Körper mit diesen Terpenen auf höchst wirksame Weise – Herzfrequenz, Adrenalinausschüttung und Blutdruck werden gesenkt, die Lungenkapazität und Elastizität der Arterien verbessern sich. Die hoteleigene Ärztin geht mit den Hotelgästen in den «Kranzbach»-Wald und erklärt die positiven Auswirkungen der Waldtherapie. Neben geführten Naturwanderungen werden im «Kranzbach» auch die Yogastunden – mit effektiver Waldatmung – auf der Yoga-Plattform mitten im Wald durchgeführt. Ein Waldaufenthalt im «Kranzbach» wirkt wie eine Aromadusche, die nachweislich fit hält.

Ein Badehaus mit Ruhegarantie

Nach der Bewegung in der Natur stellt sich ein Glücksgefühl ein. Die anschliessende Entspannung im «Kranzbach»-Badehaus ist besonders erholsam. Genüssliche Saunagänge, relaxen in Whirl- und Solepools oder einfach auf weich gepolsterten Liegen auf der weitläufigen Bergwiese dösen.



In den lichtdurchfluteten Behandlungsräumen sind Massagen, Lymphdrainage- oder Ayurvedabehandlungen bei leicht geöffnetem Fenster und natürlichem Vogelgezwitscher besonders entspannend. Mit dem eigenen «Ladies Spa» wurde für Damen eine Rückzugsoase geschaffen, in der sie sich unbefangen und entspannt wohlfühlen können. Alle Angebote im Hotel & Wellness-Refugium DAS KRANZBACH stehen ausschliesslich den Hotelgästen zur Verfügung. Keine Restaurantgäste von aussen, keine Day-Spa-Besucher, keine Tagungsteilnehmer oder Familien mit Kleinkindern sind anzutreffen. «DAS KRANZBACH» ist auf den Erholung und Ruhe suchenden Privatgast spezialisiert. «Natur und Ruhe» sind garantiert.

Hideaway in luftiger Höhe

Wer von diesem einmaligen Naturerlebnis noch nicht genug hat, dem bietet «DAS KRANZBACH» einen besonderen Schlafplatz: Das «Kranzbach»-Baumhaus. Aus Vollholz gebaut, in vier Metern Höhe in den

Fichtenwald eingebettet. Ein «Hideaway für zwei» mit jeglichem Komfort einer Hotelsuite: 50 Quadratmeter Wohn- und Schlafraum, 30 Quadratmeter Südterrasse und Badezimmer mit Badewanne und Komfortdusche. Herrliche Ruhe rundherum. Auf der weich gepolsterten Doppel-liege in Decken gekuschelt ein Nickerchen in freier Natur machen. Niemand stört die Idylle. Und ein sensationeller Ausblick breitet sich auf majestätische Bergzüge, das historische Haupthaus, das Badehaus und die Poollandschaft aus.

WEITERE INFORMATIONEN

DAS KRANZBACH
Hotel & Wellness-Refugium
D-82493 Kranzbach
Tel.: +49 (0) 8823 928000

www.daskranzbach.de

