



Baden im Natursee, Massage mit Alpenkräutern – um zu entspannen, muss keiner um die halbe Welt reisen. Weder man selbst noch die Zutaten

Allgäu

Hotel Tanneck
www.hotel-tanneck.de
 Der Traum vom Kleopatra-Bad scheitert bei den meisten Frauen an der Frage, wie sie ihre Wanne mit Milch voll bekommen sollen. Einfacher geht es, wenn man nach Fischen im Allgäu fährt und im Hotel „Tanneck“ das Kleopatrabad bucht. Auch die anderen Treatments haben mit Milch zu tun und tragen Namen, die wie Desserts klingen: „Sahnehäubchen royal“, „Milchwölkchen“. Von jeder Behandlung gehen fünf Euro an Milchbauern aus der Region. Gute Idee!

Osttirol

Hotel Zedern Klang
www.zedern-klang.com
 Der Menüplan des Hotelspas (Foto 1) bietet zwar „Massagen aus aller Welt“, aber die Produkte der Treatments kommen aus der Region. Genauer gesagt von der Firma Alpenne, deren Naturkosmetik Feines aus den Alpen beinhaltet (z. B.

Johanniskraut, Arnika oder Zirbe). Auch sonst achtet man im Hotel „Zedern Klang“ in Hopfgarten auf *eco correctness*: Eine Wasser-Salzlösung ersetzt das Chlor im Swimmingpool.

Kärnten

Biohotel Daberer
www.biohotel-daberer.at
 Wer Körperkontakt sucht, ist in überfüllten Saunen von Großstadt-Thermen richtig. Entspannender ist eine kleine Blockhütte mitten im Wald, an der ein Gebirgsbach vorbeiplätschert (Foto 2). Diese Saunaidylle gibt's im österreichischen Ort St. Daniel im „Biohotel Daberer“. Perfekt für alle, die zwar gern schwitzen, aber dabei eher für sich sein wollen. Statt sich nach dem Saunieren für die Eisdusche anzustellen, springt man hier in einen einsamen Waldteich (Foto 3). FKK-Fans können die Waldsauna sogar als Privat-Wellnessbereich für zwei buchen – Kerzenschein inklusive.

Oberbayern

Moor & Mehr Biokurhotel
www.bio-kurhotel.de
 Im Biokurhotel in Bad Kohlgrub steigt man nicht in Badewannen von King-sizebett-Ausmaßen, sondern in kleine Holzzuber mit Torfbrei. Aber aus gutem Grund: Das Bergkiefernmoor gilt als eines der wissenschaftlich bestuntersuchten Moore. Es enthält besonders viel von den torftypischen Substanzen, die für eine gute Durchblutung sorgen und das Schlaganfall- und Herzinfarkttrisiko senken. Man sagt ihm sogar hormonelle Auswirkungen nach, die bei unerfülltem Kinderwunsch helfen können.

Rheinland-Pfalz

Bollants im Park
www.bollants.de
 Zuerst gab es den Wein zum Trinken, dann in Form von Kosmetik mit Traubenkern-Extrakt zum Cremem und nun die passenden Wellnesspakete, eine Kombi aus Trank und Treatment. Im Spa

des Hotels in Bad Sobernheim verwendet man für Tresterpackungen (aus ausgepressten Trauben), Wein-Body-Wraps und Co. ausschließlich Produkte, die die hauseigene Vinotherapeutin selbst entwickelt hat: biologisch und aus den Trauben, die vor der Tür wachsen.

Bayerischer Wald

Gut Riedelsbach
www.gut-riedelsbach.de
 Konservativen Bier-Fans, wie sie in Bayern des Öfteren zu finden sind, wird diese Erholungsvariante Tränen in die Augen treiben. Bei allen anderen kommt der Trend „Bier-Wellness“ super an. Das „Gut Riedelsbach“ in Neureichenau an der tschechischen Grenze hat sich komplett darauf eingestellt und nennt sich sogar „Bier- und Wohlfühlhotel“. Wer nach Bier-Handpeeling, Hopfen- und Bierbottichbad noch nicht von Limo träumt, kann zum Abschluss einen Biercocktail trinken.