



Naturnahe Auszeit

Wellnessauszeiten sind per se erst einmal nicht supernachhaltig, das ist klar. Pools, Saunen und künstliche Eisgrotten kosten jede Menge Energie. Einigen Hoteliers ist es aber gelungen, die Klimawirkung deutlich zu reduzieren. Wir stellen sechs dieser Wellnesshotels vor – für wohlige warme Stunden mit zumindest etwas besserem Gewissen.

TEXT: HANNAH GLASER

ITALIEN: ADLER LODGE RITTEN IN SÜDTIROL

Bozen ist ganz nah, und doch liegt die Lodge abseits von jeder Zivilisation auf einem Plateau in 1.200 Metern Höhe mit Blick auf die Dolomiten. Von Bozen führt eine Seilbahn hinauf, mit dem Auto ist man in 20 serpentinreichen Minuten vor Ort, wo der Pkw in der Tiefgarage verschwindet. In den 20 in Holzbauweise designten Suiten und Chalets mit 42 Zimmern verschwimmen drinnen und draußen dank großer Glasfronten. Man selbst schwimmt am schönsten im Infinity-Panoramapool mit Blick auf die markante Silhouette des Schlern, dem Wahrzeichen Südtirols. Zum Saunieren geht es in den Wald-Spa zwischen Kiefern und Lärchen. Küchenchef Hannes Pignater ist täglich im großen Bauerngarten unterwegs, schaut, was reif ist, und entwickelt daraus Ideen fürs Abendessen,

dem kulinarischen Höhepunkt des Tages. Der „Garten Eden“ ist ein Erfolgsprojekt, eine Zusammenarbeit mit den benachbarten Jungbauern: keine Chemie im Boden, kein Kunstdünger, keine Pestizide, alles was wächst, kommt mit Wasser, Erde und Sonne aus. Jeden Donnerstag führt der Küchenchef interessierte Gäste durch den Bio-Garten, erläutert die Mischkulturen und lässt sie probieren: „Viele kennen Rote Bete nur gekocht und eingeschweißt aus dem Supermarkt. Hier staunen sie, wie knackig und aromatisch die Rübe roh schmeckt.“ Ab 281 Euro pro Person für eine Nacht in einer Juniorsuite, alles inklusive, auch Getränke; 323 Euro pro Person in einem Chalet, alles inklusive. Adler Lodge Ritten, Oberbozen, Italien, Tel. +39 0471 1551 700. adler-resorts.com



Nur für ganz Harte:
eiskalte Abkühlung



ÖSTERREICH: GOLDENER BERG IN OBERLECH

Daniela Pfefferkorn hat ein großes Herz für ihre Mitmenschen und für die Natur. Die Chefin vom Goldenen Berg, die gerade in Wien das *Eco Label* und das *Österreichische Umweltsiegel* verliehen bekommen hat, stemmt neben ihrem eigentlichen Job noch viele Goodwillaktionen, unterstützt die Kinderhilfsorganisation Stunde des Herzens mit Gratisurlaub und bringt Geflüchtete aus Somalia, der Ukraine und Afghanistan als Lehrlinge unter.

Ein Nachhaltigkeitsfan ist Daniela Pfefferkorn schon lange. Sie möbelte das Hotel ökologisch auf, tauschte die Fenster gegen eine Dreifachverglasung und packte das ganze Gebäude in eine thermische Abdichtung. Für warmes Wasser sorgt seit Jahren ein Bio-Fernwärmeheizwerk; die Fußmatten stammen aus betreuten Werkstätten. Für die Gäste hat sie einen Pfad der Sinne anlegen lassen, eine Meditationsplattform und die Yogaterrasse. Am liebsten wandert sie mit den Urlaubern bei Vollmond, damit diese die Natur ganz neu wahrnehmen.

Holistic Selfcare ist ihr eine Herzensangelegenheit – mit Yoga, Detox und basischer Ernährung „den eigenen Wurzeln und dem wahren Sein ein Stück näherkommen“. Dabei hilft auch der Spa mit Whirlpool im Freien, mit Pool, Bio-, Dampf- und Finnischer Sauna, mit Schwebeliegen und Kristallwannen. Vier Restaurants locken mit Fine Dining – besonders beliebt ist das kernige Fondue am prasselnden Feuer in der 600 Jahre alten Stube.

Im Winter liegt das Hotel autofrei direkt an der Skipiste und ist per Gondel und durch einen unterirdischen Tunnel erreichbar. Die Urlauber parken in der Tiefgarage und reisen bequem mit der Gondel nach Oberlech auf 1.650 Höhenmetern.

DZ ab 130 Euro pro Person mit Frühstück, Yoga, Meditation, Alpenbaden. Hotel Goldenen Berg, Lech am Arlberg, Tel. +43 558 322 050, goldenerberg.at/de →



Fotos: Thaddeus Salcher; © Jona Salcher; www.fasching.photo



*Entspannte
Massage*

ITALIEN: DAS GERSTL IN SÜDTIROL

Drei Autostunden südlich von München, und schon ist man im Wellness & Aktiv-Hotel Gerstl, einem wahren Kraftort im Vinschgau mit sagenhaftem Fernblick. Im ganzen Haus wird regional und saisonal gewirtschaftet, und damit die Gäste das auch goutieren, gibt es die „Dahoam Garantie“, die besagt, dass Produkte wie Käse und Brot, Gemüse, Eier, Fleisch (Wagyu-Rinder aus Längtaufers), Spargel, Erdbeeren und Honig, Apfelsäfte, Wein und Gin aus einem Umkreis von maximal 30 Kilometern stammen. Holunder, Minze und alle anderen Kräuter wachsen ohnehin im eigenen Gerstl-Garten. Die Dahoam-Garantie zieht sich auch durch die Wellnessbehandlungen mit der hauseigenen Kosmetiklinie aus heimischen Bergkräutern, Mineralien und Quellwasser.

Photovoltaik deckt den größten Teil des Energiebedarfs, zusätzlich liefert das Wasserkraftwerk Obervinschgau Energie. Gäste finden neun Elektroladestationen, können elf E-Bikes nutzen und den Fiat 500 Cabrio in der Elektroversion mieten.

Stolz ist das Haus auf die vielfältige Saunawelt mit Lehm-Gersten-Sauna, Bergkräutersauna, der neuen Bio-Sauna aus Zirbenkiefernholz plus Dampfbad und Nacktwhirlpool. Die Wasserwelt mit Outdoor- und Infinitypool bietet einen einmaligen Logenblick über das Tal und in die Südtiroler Bergwelt.

DZ ab 160 Euro pro Person mit Frühstück, Kuchenjause, Wahlmenü am Abend, Wellnessbereich, geführter Wanderung im Sommer und Schneeschuhwanderung im Winter. Das Gerstl, Mals, Südtirol, Tel. +39 0 473 831 416, dasgerstl.com

DEUTSCHLAND: SCHINDELBRUCH IM HARZ

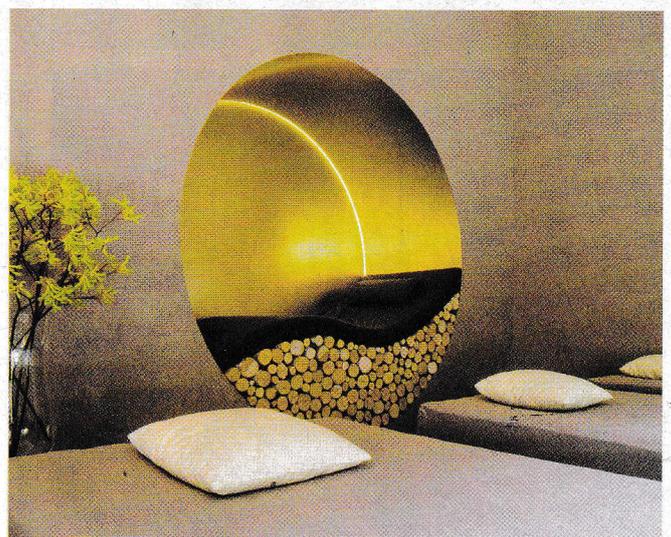
Das Naturresort Schindelbruch nahe dem Luftkurort Südharz-Stolberg zählt zu den besten Wellnesshotels im Land. Schon früh hat man hier alles drangesetzt, möglichst wenig CO₂ zu produzieren und nachhaltig zu wirtschaften. Geothermie wärmt die 96 Zimmer, Suiten und Appartements, das Schwimmbad im Spa wird durch Wärmerückgewinnung geheizt, das Trinkwasser kommt aus eigenen Brunnen im Wald, das Abwasser wird biologisch gereinigt.

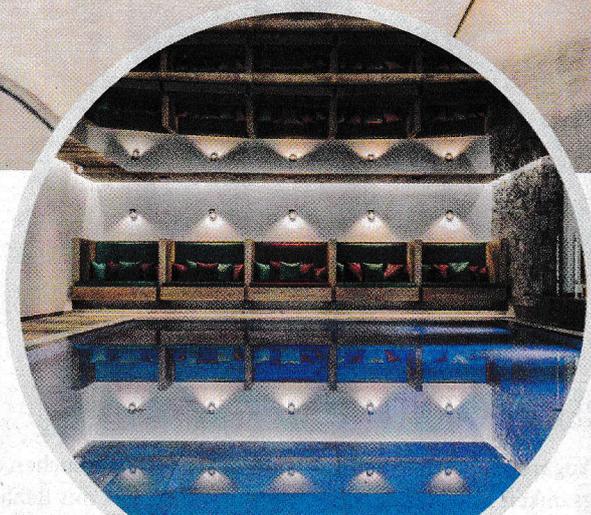
Photovoltaikanlagen sorgen für den Strom, von 2024 an sollen damit auch Ladesäulen für E-Autos betrieben werden. Energiefresser wie Minibars findet man nur in den Suiten, eine Klimaanlage sucht man im gesamten Resort vergebens. Das Hotel spart auch bewusst an Papier: Sowohl die Gästemappe als auch die Tageszeitung gibt es digital auf dem Tablet.

In der weitläufigen, eleganten Wellnessanlage mit Pools und Saunen – beides jeweils auch für Familien – kommt zertifizierte Naturkosmetik zum Einsatz. Ohnehin ist hier alles mit Liebe und Niveau arrangiert: von Kuschnischen und moosweichen Wasserbetten über sanft schaukelnde Hängeliegen mit Blick in den Wald bis zum urigen Saunadorf, in dem abends die Feuer- schale lodert.

Gäste haben die Wahl zwischen Zimmern und Suiten in der neuen Landresidenz oder im alten, 1928 erbauten fürstlichen Jagdhaus. Drei Restaurants bieten lokale und saisonale Küche, in der Vinothek kann man 130 Weine in Augenschein nehmen und in der Bar Federgeist bis Mitternacht gepflegt abhängen.

DZ mit Frühstück und Wellnessnutzung: 180 Euro pro Person. Naturresort Schindelbruch im Südharz, Telefon: 034654 808-0, schindelbruch.de





DEUTSCHLAND: GUT STEINBACH IM CHIEMGAU

Echt bayerisch, naturnah und nachhaltig – so lässt sich die Philosophie von Gut Steinbach in Reit im Winkl am Fuße der Chiemgauer Alpen beschreiben. Das erleben die Gäste auch im neuen Wellnessbereich Heimat & Natur Spa, den die Fachjury des „Spa Star Awards“ zum Newcomer des Jahres 2022 gewählt hat. Der 2.000 Quadratmeter große Wellnessstempel auf zwei Etagen mit 18-Meter-Pool, drei Saunen, Dampfbad und Ruhezone samt Wellnessbibliothek wurde mit Holz aus dem eigenen Wald gebaut. Beheizt wird das gesamte Gut mit regenerativen Energien aus dem

Bio-Heizwerk in Reit im Winkl. Das spart jedes Jahr rund drei Millionen Liter Heizöl ein.

Weil beim Bau des neuen Spa jede Menge Holz übrig blieb, beauftragte Eigentümer Klaus Graf von Moltke lokale Schreiner, daraus Schränke und Wandverkleidungen für die 50 Zimmer im Stammhaus des Relais & Châteaux Gut Steinbach zu fertigen. Überhaupt wird Nachhaltigkeit auch dort praktiziert, wo es keiner sieht. Beispiel: der Naturweiher, um den sich sieben Landhaus-Chalets gruppieren. Der künstlich angelegte Teich ist nicht wie üblich mit Folie abgedichtet und auch nicht mit Beton, sondern mit Naturmaterialien wie Kies, Lehm und Ton. Gespeist wird der Weiher von einer eigenen Quelle.

Das Hotel unterhält eine eigene biozertifizierte Landwirtschaft. Chefkoch Achim Hack bezieht 80 Prozent seiner Produkte aus maximal 80 Kilometern Entfernung und kreiert daraus eine regional inspirierte Heimat- und Gourmetküche. Dafür wurde er jetzt zum dritten Mal mit einem „Grünen Michelin-Stern“ ausgezeichnet. Die Gäste haben die Wahl zwischen 50 Zimmern und Suiten im Haupthaus und sieben noblen Chalets mit privatem Spa am Weiher.

DZ mit Frühstück und Spa-Benutzung inklusive ab 80 Euro pro Person. Gut Steinbach, Reit im Winkl, Telefon: 08640 8070, gutsteinbach.de →



*Zur Sauna
schlendern*

ÖSTERREICH: DER DABERER IN KÄRNTEN

Aus Überzeugung ist Der Daberer ein Bio-Hotel, nämlich exakt seit 1978, und mittlerweile ist es die vierte Generation, die mit Passion im Vier-Sterne-Superior-Haus im Kärntner Gailtal ihren eigenen, nachhaltigen Weg verfolgt. Ein paar Stichworte genügen: ökologische Bauweise mit Lehmputz, Holzböden und begrünten Dächern; Slow-Food-Travel-Gründungsmitglied mit biozertifizierter Küche; Strom durch Photovoltaik und Solarthermieanlage, *Eco-Label*.

Das Bio-Hotel steht am Waldrand mit freiem Blick über Tal und Berggipfel und ist so gebaut, dass es durch die großen Glasflächen Sonnenenergie nutzt. Für die Bio-Küche liefert der Gemüsegarten frische Zutaten, Spezialität des Hauses sind Forellen aus den eigenen Fischteichen. Selbstgemacht sind auch das Eis und das tägliche Brot. Besonders stolz ist Marianne Daberer auf die spezielle Basenküche, die als Basenfasten kombiniert mit einem einwöchi-

gen Yogaretreat auch Alleinreisende lockt, die Stille suchen und Langsamkeit schätzen, und sich, gerne kombiniert mit Behandlungen im Natur-Spa, auf der Reise zu sich selbst gut aufgehoben fühlen.

Das Spa mit eigenem Quellwasserpool ist auf vier Ebenen aufgeteilt, idyllische Stunden in der Natur bieten die Waldsauna und der Waldteich, auf dem ein Floß zum Meditieren einlädt.

Die Geschwister Marianne und Christian Daberer führen das Hotel mit 44 Zimmern heute gemeinsam mit ihren Eltern Inge und Willi Daberer, die aus dem einstigen Heilbad die Bio-Pension Daberer machten, Vorläufer des heutigen ökologischen Vorreiters für eine ganze Region.

DZ pro Person ab 140 Euro mit Halbpension und Lunch, Wellness und Aktivprogramm. Familie Daberer, St. Daniel im Gailtal, Tel. +43 4718-590, biohotel-daberer.at