



Auf dem Weg zurück zur Achtsamkeit

Das Hotel «Goldener Berg» in Lech begibt sich auf neue Pfade. Achtsam die Natur erleben und ganzheitliche Gesundheit erfahren.

Mit Guides, die die Kräuterkunde lehren, barfuss über den Sinnespfad gehen. Morgens und abends Yoga-Einheiten mit dem Yogi in Residence. Dem Coach wichtige Lebensfragen stellen und sich den heilenden Künsten von Energie-Therapeuten für das Auflösen von Blockaden hingeben. Das ist Urlaub im Goldenen Berg – und me treat vom Feinsten.

**1. Preis
Fotowettbewerb
KLICK DEN
KNEIPP**
siehe Seite 31



Hotel Goldener Berg

Oberlech 117
A-6764 Lech am Arlberg
+43 (0) 5583/22050
happy@goldenerberg.at
www.goldenerberg.at

Kraftplatz am goldenen Energieberg

«Holistic selfcare für den feinsinnigen Kosmopoliten» – darum dreht sich der Sommer 2021 im Hotel Goldener Berg. «Wir möchten die Menschen berühren. Seelisch, geistig, körperlich. Damit sie leichter und reicher heimfahren, als sie gekommen sind», so die Hotelchefin Daniela Pfefferkorn. Eine Philosophie, für die mit dem neuen SEINS Pfad ein erster Grundstein gelegt wurde.

Österreichs erster Seins-Pfad

Bei der Morgen-Meditation auf der Sonnterrasse werden wir

von der Sonne wachgeküsst. Ein herrlicher Start in den Tag! Die Gedanken kreisen unentwegt. Pläne für morgen, schöne Erinnerungen an gestern, Grübeleien. Eine sanfte Stimme unterbricht das Gedankenkarussell, erinnert daran, im Hier und Jetzt zu sein, sich mit dem Atem zu verbinden. Das ist eine grosse Herausforderung, gleichzeitig aber auch das Tor zu tiefer Zufriedenheit und Gesundheit. Ruhe und Gelassenheit machen sich breit, nun kann der Urlaubstag im Hotel Goldenen Berg so richtig beginnen. Mit dem ganzheitlichen Well-being im stilvollen und lässigen Ambiente des Hotels,

das nach ökologischem Konzept neu umgebaut und energetisch entstört wurde.

Alpenbaden, Klangtherapie und ein «me-Buch»

Barfuss über Almwiesen oder eine lehrreiche Kräuterwanderung, sich Zeit für die schönen Dinge des Lebens nehmen – die täglich stattfindenden Achtsamkeitswanderungen trainieren und vertiefen genau diese Fähigkeit. «Fürs Herz etwas Gutes tun, das geht besonders gut bei einer entspannenden Klangtherapie», so Daniela Pfefferkorn. Viel Wertvolles, viel Einzigartiges, das hier inmitten der traumhaften Bergwelt

möglich ist. Damit ein Stück Urlaub mit nach Hause genommen werden kann, erhalten die Gäste ihr persönliches «me-Büchlein», wo alle Gedanken ihren Platz finden und das eine nachhaltige Erinnerung an diese traumhaften Tage ist.

Authentizität gepaart mit herzlicher Gastfreundschaft, Stil und liebevollem Service ist das erfolgreiche Rezept der Betreiberfamilie Pfefferkorn, das viele unserer Stammgäste seit Jahren schätzen - lassen auch Sie sich verzaubern! Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

© Barbara Rothmann



1821 - 2021

KNEIPP

JAHRE

Fotowettbewerb

KLICK DEN KNEIPP



Vor 200 Jahren wurde Sebastian Kneipp geboren. Sein Name hat ihn weltweit überlebt.

**200 JAHRE KNEIPP –
ES WIRD GEFEIERT!**

Der Schweizer Kneippverband
und seine Vereine laden 2021
zu einem Jahr der Aktivitäten.
Es wird gefeiert und gekneippt.

Mehr dazu: kneipp.ch

kneipp
natürlich leben

WAS IST FÜR DICH KNEIPPEN? ZEIG ES UNS!

Pack deine Kamera aus und geh auf die Pirsch. Doch Vorsicht: Kneippen ist nicht nur Sebastian. Kneippen ist kaltes Wasser, Bewegung, Liebe, Sehnsucht, Kräuter, Wickel, Energie, Gesundheit, Wellness sowie gesund und gut essen.

Egal ob Profi oder Amateur, dein Bild hat die Chance – das «Kneippbild 2021» zu werden – das Werbebild im «Jahr von Kneipp».

Viel Klick!
Schweizer Kneippverband

ZU GEWINNEN

- 1. Preis: Gutschein im Wert von 700 Euro** für 2 Nächte / 2 Personen inkl. Halbpension im Hotel Goldener Berg, Lech am Arlberg (A)
- 2. / 3. Preis: Wellness-Duschkopf «Elegance»** von AquaArt Zürich im Wert von je 175 Franken
- 4. Preis: Wickel Hausapotheke** im Wert von 80 Franken, gesponsert von Marcella Rischatsch Domat/Ems



Trostpreise: «Aquaclie»-Wasseradapter im Wert von 30 Franken, gesponsert durch Aquaart Zürich

Einsenden an Schweizer Kneippverband,
info@kneipp.ch



Einsendeschluss: 30. Juni 2021. 5 Bilder pro Teilnehmer sind zulässig, Grösse mind. 2 Megabyte. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es wird keine Korrespondenz geführt. Mitglieder des Vorstandes und des OKs sind vom Wettbewerb ausgeschlossen. Jurierung Herbst 2021. Weitere Informationen: kneipp.ch / Tel. +41 (0)31 372 45 43



gampflüt.ch

Inserat