

PRESSEINFORMATION

Hin und „veg“ zum Weltvegantag:

Diese Wellnesshotels lassen Veggie-Herzen höherschlagen

Frankfurt, 22. Oktober 2019. Ob Vollblut-Veganer oder flexitarisch mit „Meat Free Mondays“: Pflanzliche Ernährung ist in aller Munde. In Deutschland sollen bereits über eine Million Menschen auf den Verzehr tierischer Produkte verzichten – Tendenz steigend. Auch wenn diese zukunftsweisende Food-Bewegung immer größere Wellen schlägt, ist es vor allem auf Reisen nicht immer einfach, der pflanzlichen Ernährung treu zu bleiben. Anlässlich des **Weltvegantags am 01. November** haben die Reiseexperten von Fit Reisen, Europas führender Veranstalter für Gesundheits- und Wellnessreisen, die schönsten Hotels für Veganer und solche, die es werden möchten, zusammengestellt:

Tiroler Wellnessauszeit in vegan



Veganer, die ein passendes Domizil unweit von Deutschland suchen, finden mit dem **Q! Resort Health & Spa** in Kitzbühel ihr Dorado. Das hauseigene Restaurant „Happy Kuh“ des Bio-Resorts ist das erste vegetarische und vegane Gourmet-Restaurant Kitzbühels. Der Küchenchef und sein Team verstehen es, vegane Gerichte interessant und geschmackvoll zuzubereiten. Weiter verpflichtet sich das Hotel mit dem „Vegan Welcome Siegel“, zu jeder Mahlzeit eine vegane Option zur Verfügung zu stellen. So können Gäste von morgens bis abends leckere Gerichte vollkommen pflanzlich genießen. Das Programm „**Vitalurlaub**“ von Fit Reisen mit veganer Halbpension ist ab 162 Euro pro Person für zwei Nächte im Doppelzimmer buchbar.

Hotel-Impressionen auf Instagram: bit.ly/qresort

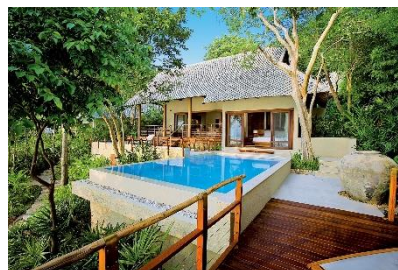
Vegan-Pioniere in Südtirol



Das **Biotique Hotel La Vimea****** im südtiroler Naturns ist das erste rein vegane Hotel Italiens. Vom Waschmittel über die Bettdecken bis zum Biowein ist hier alles Tierproduktfrei. Im eigenen Restaurant setzt das nachhaltige Hotel nicht nur auf vegan, die Zutaten für die saisonale Kreativküche sind auch biologisch und nach Möglichkeit aus der Umgebung. Neben dem Slow-Food-Frühstücksbuffet und mehrgängigen Abendmenü stehen Specials wie Pizzaabende, Torten und typisch südtiroler „Törggelen“ auf dem Programm – alles rein pflanzlich. In den Geschmack der hauseigenen Veggie-Cuisine kommen Gäste mit dem Arrangement **„pure & easy“** von Fit Reisen mit veganer Halbpension und veganen Pflegeprodukten. Das Angebot ist ab 131 Euro pro Person pro Nacht im Doppelzimmer buchbar.

Hotel-Impressionen auf Instagram: bit.ly/lavimea

Mit pflanzlicher Ernährung zu holistischem Wohlbefinden



Der Fokus des **Kamalaya Wellness Sanctuary & Holistic Spas****** auf der thailändischen Insel Koh Samui liegt auf ganzheitlichem Wellbeing mit Hilfe der heilenden Kräfte der Natur. Ein zentraler Pfeiler ist hierbei eine pflanzenbasierte Ernährung mit nährstoffreichen Lebensmitteln. So sind die Detox-Programme des Kamalayas vollkommen vegan. Karina Stewart, Wellness-Verantwortliche des Resorts, begründet dies mit der Effizienz für ein schnelleres erfolgreiches Ergebnis des Entgiftungsprogramms, die die pflanzliche Ernährung bringt. Einen Einblick in die vegane Detox-Welt des Kamalaya bekommen Gäste mit dem Programm **„Detox – Entgiftung und Regeneration – fünf Tage“** von Fit Reisen. Fünf Übernachtungen im Doppelzimmer mit veganer Fastenverpflegung sind ab 2.335 Euro pro Person buchbar.

Hotel-Impressionen auf Instagram: bit.ly/kamalaya

Veggie-freundlicher Genuss an der Algarve



Das **Vivenda Miranda Boutique Hotel****** nahe Lagos mit Blick auf den atlantischen Ozean verfolgt ein naturnahes Konzept. Im Spa- und Wellnessbereich wird fast ausschließlich vegane Naturkosmetik verwendet. Die Zutaten für die mediterranen Speisen im hoteleigenen Restaurant „Mirandus“ stammen größtenteils vom lokalen Biobauernhof Quintas Seis Marias, der bei einer Farmführung besichtigt werden kann. Auf der Speisekarte stehen zwar Fleischgerichte, aber auch eine Vielzahl an vegetarischen, veganen und sogar roh-veganen Optionen in Fine-Dining-Qualität. Das Programm „**Wohlfühltag**“ von Fit Reisen bringt Gäste in das veggie-freundliche Hotel an der Algarve. Buchbar ist das Programm ab 155 Euro pro Person pro Nacht im Doppelzimmer inklusive veganer Halbpension.

Hotel-Impressionen auf Instagram: bit.ly/vivendamiranda

Vegan mit der ayurvedischen Heillehre



Die indische Heillehre Ayurveda ist sehr kompatibel mit einer veganen Lebensweise. So setzt die ayurvedische Ernährung kaum den Verzehr von tierischen Produkten voraus. Lediglich Milch, Joghurt, Ghee und Honig sind wichtiger Bestandteil der Gesundheitslehre, können aber durch nährstoffreiche vegane Lebensmittel ersetzt werden. Hülsenfrüchte, Nüsse, Getreide, wertige Öle, frisches Obst und Gemüse sowie Gewürze dominieren den vegan-ayurvedischen Speiseplan. Auch eines der spirituellen Grundprinzipien des Ayurveda, „Ahimsa“, die Gewaltlosigkeit, lässt sich sehr gut mit ethisch-motiviertem Veganismus vereinbaren. Authentischer Ayurveda wird beispielsweise im **Atmantan Wellness Centre** im indischen Mulshi angeboten. Mit dem Programm „**Ayurveda Panchakarma**“ von Fit Reisen erhalten Gäste eine individuelle vegane Wellness-Ayurveda-Vollpension sowie ayurvedische Anwendungen. Sieben Nächte im Doppelzimmer sind ab

1.954 Euro pro Person buchbar.

Hotel-Impressionen auf Instagram: bit.ly/atmantan

Mehr Informationen zu veggie-freundlichen Hotels finden Interessierte unter www.fitreisen.de/vegetarisches-hotel.

Über Fit Reisen Group

Die Fit Reisen Group mit Sitz in Frankfurt am Main, Hamburg, Leipzig, München und Starnberg ist die Nr. 1 für Gesundheits- und Wellnessreisen. Seit über 40 Jahren steht das Unternehmen für die Kombination aus gesundem Urlaub und attraktiven Schönheits-, Entspannungs- und Freizeitangeboten. Neben Fit Reisen gehören auch die internationale Marke SpaDreams, das Online-Portal kurz-mal-weg.de, Yoga Escapes, Aytour, Lotus Travel und das Reisegutschein-Portal Tripz zur Unternehmensgruppe. Heute bietet der Spezialist über 10.000 unterschiedliche Kur-, Gesundheits-, Beauty-, Ayurveda-, Yoga-, Detox- und Wellness-Arrangements an. Das Portfolio umfasst 1.500 Hotels und 400 Destinationen in 50 Ländern. Bereits mehrfach wurden das vielfältige Angebot, die langjährige Expertise und der individuelle Service ausgezeichnet: In 2014 als „Innovativster Veranstalter im Gesundheitstourismus“, in 2016 mit dem „Typo3 Website of the Year Award“ sowie „Typo3 Tourism Award“, zuletzt von n-tv in 2017, 2018 und 2019 als „Deutschlands bestes Online-Portal Wellnessreisen“.

Bilder und Grafiken zum neuen Katalog, den neuen Hotels und diversen Themen sowie Firmenlogo und Fotos der Geschäftsführung finden Sie unter: www.fitreisen.de/group/de/presse

Bitte beachten Sie: Das Ihnen überlassene Bildmaterial darf nur in Verbindung mit Reisen von FIT Gesellschaft für gesundes Reisen mbH sowie unter Angabe des abgebildeten Hotels genutzt werden. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt. Die vollständigen Nutzungsbedingungen lesen Sie [hier](#).