

## PRESSEINFORMATION

### Neue Währung Gesundheit: Aktuelle Buchungstrends bei Wellness- und Health-Reisen



Yoga und Mindfulness in der Natur sind im Wellness-Reisejahr 2020 in. ©fitreisen.de

**Frankfurt, 05. August 2020.** Yoga in der heimischen Natur anstatt Ayurveda im fernen Indien. Das besondere Reisejahr 2020 hat auch die Nachfrage nach Wellness- und Health-Urlaubsangeboten verändert – neben internationalen Reisewarnungen spielt auch das neue Bewusstsein für die Gesundheit eine große Rolle bei der Wahl von geeigneten Entspannungsurlauben. Welche Wellness- und

Gesundheitsreisen in Österreich und der Schweiz derzeit besonders gefragt sind und wie sich die Nachfrage nach dem harten Lockdown verändert hat, zeigt eine aktuelle Buchungsauswertung von **Fit Reisen ([www.fitreisen.de](http://www.fitreisen.de))**, Europas führender Veranstalter für Gesundheits- und Wellnessreisen.

#### Mindfulness und Achtsamkeit unweit der eigenen Haustür

Urlaub von Zukunftsangst und Stress – Mindfulness-Angebote mit Yoga-, Meditations-, und Coaching-Fokus zählen zu den diesjährigen Gewinnern bei Wellness- und Gesundheitsreisen. Bei Fit Reisen hat sich der Buchungseingang nach der harten Lockdown-Phase Anfang Juni positiv entwickelt. Im Vergleich zum Vormonat Mai verzeichnet dieser ein Plus von 35 Prozent. Beim Blick auf die Buchungsauswahl ist für Claudia Wagner, Geschäftsführerin von Fit Reisen, besonders ersichtlich: „Yoga- und Meditationsangebote in der heimischen Natur liegen mehr denn je im Trend. So haben Retreats im Allgäu in Deutschland sowie in Österreichs oder der Schweizer Bergwelt den größten Zulauf.“

Als Beispiel für Österreich bietet das **Traumhotel Alpina\*\*\*\*s** in Tirol mit dem Fit Reisen-Angebot „**Yogaauszeit**“. Yoga-Einheiten von zertifizierten Yogalehrern mit Morgenmeditation, Shavasanas (Tiefenentspannung) und Pranayamas (Atemübungen) bedienen das Bedürfnis nach einer Auszeit mit Selbstfindungsfokus abseits der Touristenmassen. Buchbar ab 560 Euro pro Person.

In der Schweiz bietet das **Giardino Ascona\*\*\*\*\*** in Kooperation mit Fit Reisen Ayurvedakuren mit unterschiedlichen Schwerpunkten sowie Yoga-Einheiten, die zur Tiefenentspannung einladen. Zum Beispiel „**Ayurveda Kompakt**“ mit ayurvedischer Vollpension, Eingangs- und Abschlusskonsultation, ayurvedische Anwendung sowie Yoga, Pranayama und Meditation ab 1.358 Euro pro Person.

### **Fasten- und Ernährungsangebote gegen den Corona-Speck**

Viel Zeit zu Hause heißt auch viel Zeit zum Faulenzen und Schlemmen. Wenn nach ein paar Wochen heimische Gemütlichkeit, aber zu wenig Bewegung eine Kleidergröße mehr angesagt ist, dann ist auch die Nachfrage nach Angeboten rund um Slimming und Detox groß. So geht rund jede achte Buchung bei Fit Reisen an Fasten-Hotels oder Unterkünfte, die mit speziellen Ernährungs- und Fitnessangeboten den Weg zum Wunschgewicht erleichtern. Auch der Altersdurchschnitt dieser Angebotskategorie zeigt eine neue Entwicklung: Laut Claudia Wagner verzeichnet Fit Reisen immer mehr Buchungen einer jüngeren Klientel (35 plus), die die Hilfestellung zu einer gesünderen und ausgewogeneren Lebensweise schätzen.

Als sanfter Einstieg in Österreich eignen sich zum Beispiel die „**Schnuppertage - Basenfasten - die Wacker-Methode®**“ im **Johannesbad Hotel St. Georg\*\*\*\*** in Bad Hofgastein. Nach der Methode von Sabine Wacker kommen hier an fünf Tagen Feinschmecker-Kreationen mit Obst und Gemüse auf den Tisch, kreiert von Chefkoch Wolfgang Hartl. Das Schnupper-Angebot ermöglicht es Gästen, diese Detox- und Diät-Methode einmal auszuprobieren und die Weichen für eine dauerhaft gesunde Ernährungsweise zu stellen. Buchbar ab 431 Euro pro Person.

In der Schweiz lockt **Oberwaid Das Hotel. Die Klinik.\*\*\*\*\*** in St. Gallen mit der „**Oberwaid Kur: leichter leben**“. Das Fit Reisen-Programm bietet eine effiziente und nachhaltige Gewichtsreduktion ohne hungern, ohne Verzicht und ohne Jojo-Effekt. Mit einer neuen Selbstwahrnehmung sowie einem anderen Umgang mit Stress in Kombination mit einem individuellen Ernährungs- und Bewegungsplan soll eine nachhaltige Ernährungsumstellung und Gewichtsreduktion erreicht werden. Buchbar ab 1.882 Euro pro Person.

### **Wellness mit Gesundheitsfokus – der Klassiker bleibt mit Nachfrage nach Extras**

Ob ungewöhnliche Zeiten oder nicht – die klassische Wellnessauszeit ist auch im Sommer 2020 bei Fit Reisen gefragt. So sehnen sich derzeit rund 20 Prozent der Fit Reisen-Kunden nach einer Erholungspause mit Massagen, Thermalbädern und Ruhepausen – eine Entwicklung die sich im Buchungsvergleich zum Vorjahr am schnellsten normalisiert. Dazu steigt die Nachfrage nach Wellnessangeboten mit tieferem Gesundheitsaspekt: Die Kategorie

„Gesundheit und Wellness“ und auch klassische Kurangebote verzeichnen im Juni eine deutlich höhere Nachfrage. Zusätzliche Präventionsangebote zur Immunsystemstärkung sind besonders begehrt.

So bietet das Paket „**Thermalwoche**“ von Fit Reisen im Hotel **Klammer's Kärnten\*\*\*\*** in Bad Hofgastein neben der Nutzung des Thermal Spas sowie Massagen auch eine Thermalwassermeditation, Dunstbad und Schnuppereinfahrt in den Gasteiner Heilstollen. Buchbar ab 793 Euro pro Person.

Bei der Frage, ob Corona bedingte Einschränkungen im Hotel- oder Spa-Bereich die Lust nach Tiefenerholung trüben, sind sich Wellness-Interessierte nicht ganz einig. Laut einer aktuellen Online-Befragung von Fit Reisen gehen 69 Prozent der Umfrageteilnehmer mit erhöhten Hygienemaßnahmen während ihres Aufenthalts entspannt um und fühlen sich nicht gestört, während 31 Prozent lieber dann reisen würden, wenn alle Bereiche wieder frei zugänglich wären.

Claudia Wagner erklärt: „Das stärkere Bewusstsein für eine langanhaltende Gesundheit nehmen aktuell viele zum Anlass, sich im Urlaub genau diesem Thema zu widmen, sie möchten aber auch wissen, wie ein solcher Urlaub derzeit möglich ist. Wir stehen mit unseren Hotelpartnern im regelmäßigen Austausch, geben Empfehlungen für stark nachgefragte Gesundheitshemen und informieren unsere Kunden über die aktuelle Lage in den Regionen und Unterkünften.“



Claudia Wagner, Geschäftsführerin von Fit Reisen. ©fitreisen.de

So könne gewährleistet werden, dass Anwendungen unter Einhaltung der Hygienebestimmungen bei den angebotenen Hotels in Deutschland sowie naheliegende Gesundheitsdestinationen wie Tschechien, Slowakei oder Litauen stattfinden. Auch Bereiche wie Fitness, Wellness und Pools sind geöffnet.

Claudia Wagner weiter: „Wir legen sehr viel Wert darauf, dass all unsere Hotelpartner sich an die vorgeschriebenen Hygienestandards halten. Ich denke, dass wir gerade jetzt mit unserer gebündelten Expertise als Veranstalter für Gesundheits- und Wellnessreisen punkten, da wir jedem Interessierten genau das Angebot vorschlagen können, welches für die eigene Gesundheit jetzt das Richtige ist.“

#### Über Fit Reisen

Die Fit Reisen Group mit Sitz in Frankfurt am Main, Hamburg, Leipzig und München 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](http://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** zu dieser Pressemitteilung, neuen Katalogen, besonderen Hotels und diversen Themen sowie Firmenlogo und Fotos der Geschäftsführung finden Sie unter: [www.fitreisen.de/group/de/presse](http://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 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](#).