

## PRESSEINFORMATION

### Urlaub vom Lockdown: Die besten Hoteltipps zum Entspannen und Kraft tanken



Relaxurlaub nach dem Lockdown  
mit Fit Reisen. @fitreisen.de

Frankfurt, 07. Juni 2021. Willkommen zurück Urlaubsfeeling! Dank hohem Impftempo und sinkenden Neuinfektionen ist eine Auszeit abseits der eigenen vier Wände nun immer mehr möglich. Budenkoller und psychischer Stress lagen für viele in den letzten Monaten an der Tagesordnung, nun ist es an der Zeit Abstand zu gewinnen, die Seele baumeln zu lassen und einfach mal raus zu kommen. Der führende

**Gesundheits- und Wellnessveranstalter Fit Reisen** ([www.fitreisen.de](http://www.fitreisen.de)) gibt die besten Hoteltipps in Deutschland für eine tiefenwirksame Entspannungsauszeit.

#### Kraft tanken mit Yoga und Ayurveda

Regeneration und neue Energie tanken geht im **Johannesbad Vitalhotel Jagdhof** in Kirchham, nur wenige Kilometer von Bad Füssing. Inmitten einer Wald- und Wiesenlandschaft und großzügiger parkähnlichen Anlage entdecken Gäste durch Yoga ihren Körper neu und begeben sich auf eine Reise zu sich selbst. Das Ziel ist tiefe Entspannung und Gelassenheit mitten im Grünen.

**Fit Reisen-Paket „Yoga Light - Schnupperyoga zum Kennenlernen“** ab zwei Nächten im Doppelzimmer mit Halbpension sowie unter anderem Yoga-Einheiten, Bewegungsprogramm und Eintritt in die Johannesbad Therme mit Saunazugang ab 170 Euro pro Person.

Das **Hotel Freizeit In\*\*\*\*** befindet sich zwischen Harz und Weser, am Rande der Universitätsstadt Göttingen. Das Wellnesshotel bietet wöchentlich rund 70 verschiedene Fitness- und Body and Mind-Gruppenkurseangebote. Ein Schwerpunkt ist die Gewinnung von mehr Gelenkigkeit, Kraft, Ausdauer und Entspannung mit Yoga, Qi Gong und Pilates.

**Fit Reisen-Paket „Fit Tipp: Yoga-Wochenende“** ab zwei Nächten im Doppelzimmer Comfort mit Halbpension sowie unter anderem Teilnahme an diversen Yogakursen zum

Beispiel Power Yoga, Hatha Yoga und Pilates, Benutzung des Vital Spas mit Sauna, Innenpool und Fitnessbereich sowie Teilnahme am umfangreichen Fitness- und Body and Mind-Kursprogramm nach Angebot ab 209 Euro pro Person.

Inmitten der Lausitzer Seenplatte, unweit des Senftenberger Sees liegt das familiengeführte **Wellnesshotel Seeschlösschen\*\*\*\*s**. Auf insgesamt rund 4.500 Quadratmetern erstreckt sich der Wellnessgarten mit Feuchtbiotop und Teichlandschaft, Quellen und Brücken sowie einem Außenpool. Wer ausgelaugt und urlaubsreif ist, findet hier die Möglichkeiten, sich völlig fallen zu lassen und Körper und Seele mit ayurvedischen Anwendungen verwöhnen zu lassen. Nach eigener Angabe gibt es hier eine der besten Ayurvedakuren Deutschlands. Neben der klassischen Panchakarma-Kur bietet das Hotel in Kooperation mit Fit Reisen für Ayurveda-Einsteiger auch ein Kennenlernpaket an.

**Fit Reisen-Paket „Ayurveda zum Kennenlernen“** ab zwei Nächten im Doppelzimmer mit ayurvedischer Vollpension sowie unter anderem ein ayurvedisches Beratungsgespräch, Abhyanga Ganzkörpermassage, Shiroabhyanga mit Shirodhara Kopfmassage und täglich Yoga in kleiner Gruppe ab 635 Euro pro Person.

Fernab vom Alltagsstress, idyllisch und inmitten des Salinen-Gartens gelegen bringt das **Ayurveda Garden** im bayerischen Bad Rappenau südindisches Ayurveda nach Deutschland. Die familiäre Atmosphäre und die individuelle Betreuung in diesem Haus sind nicht zuletzt ein wichtiger Baustein für den Erfolg der individuell zugeschnittenen Ayurvedakur.

**Fit Reisen-Paket „Ayurveda Kleine Entspannung“** ab vier Nächten im Doppelzimmer mit ayurvedischer Vollpension sowie unter anderem Beratungs- und Abschlussgespräch, Shirodhara Öl-Stirnguss, Abhyanga Synchron-Ganzkörperölmassage intensiv, Shirolepam Kräuterkopfpackung, Yoga und Fahrradverleih ab 1.300 Euro pro Person.

Das **Living Hotel Kanzler\*\*\*\*** in Bonn beherbergt das Sathya Ayurveda. Es ist ein von einem deutsch-singhalesischem Geschwisterpaar geführtes Ayurveda-Zentrum mit professionellem Therapeuten-Team. Nur wenige Gehminuten vom Rheinufer und der Bonner Museumsmeile entfernt, tauchen Gäste hier in die uralte vedische Heilmethode ein, erleben eine kleine Auszeit von ihrem Alltag und tanken neue Lebensenergie.

**Fit Reisen-Paket „Ayurveda Auszeit“** ab drei Nächten im Doppelzimmer mit ayurvedischer Vollpension sowie unter anderem Konsultation beim Ayurveda-Spezialist mit

Bestimmung des Doshastyps und Festlegung eines individuellen Behandlungsplans, vier Kurtage mit täglich ayurvedischen Anwendungen, Yoga und Meditation sowie Nutzung des Wellnessbereichs ab 975 Euro pro Person.

Einfach mal abschalten und sich in Binz – dem größten Seebad auf Rügen – verwöhnen lassen. Das **Grand Hotel Binz\*\*\*\*\*** zeichnet sich durch ein umfangreiches Wohlfühlangebot mit Ayurveda und Heilfastenprogrammen aus. Im hauseigenen Ayurveda-Zentrum beraten zwei erfahrene, Deutsch sprechende Ayurveda-Spezialisten aus Indien zu ayurvedischen Therapien mit individuellem Behandlungsplan und authentischen Anwendungen mit Ölen und Kräuterheilmitteln.

**Fit Reisen-Paket „Ayurveda Stress Weg“** ab fünf Nächten im Doppelzimmer mit ayurvedischer Vollpension sowie unter anderem mit Eingangskonsultation durch den Ayurveda-Spezialisten mit Bestimmung des Konstitutionstyps, Kräutermedizin, Ganzkörpermassagen, Stirnguss und Kräuterbad, Nutzung des Well Being and Beauty SPA mit Bade- und Saunalandschaft und Fitnesscenter sowie Sportprogramm mit Yoga und Meditation ab 670 Euro pro Person.

### **Fastenkur und Detox – Restart für Körper und Geist**

Ein eleganter Rückzugsort im Allgäu ist das **Lindner Parkhotel & Spa\*\*\*\*\*** in Oberstaufen. Das Hotel liegt direkt im Ortszentrum und bietet einen Panoramablick auf die umliegende Berglandschaft. Neben Wellness kommt hier die „Original Oberstaufener Schrothkur“ zum Einsatz. Bei dem ganzheitlichen Naturheilverfahren wird der Körper in wenigen Wochen gründlich entlastet und entgiftet. Ziel ist es, die körpereigenen Heil- und Regenerationskräfte wieder in Gang zu setzen.

**Fit Reisen-Paket „Original Schrothkur“** ab sieben Nächten im Doppelzimmer mit diätischer Schrothkur-Vollpension sowie unter anderem mit wöchentlichen Vorträgen über Schrothkur und Ernährung, Fitness-, Sport- und Aktivprogramm mit Wandern, progressive Muskelentspannung oder Faszientraining, Benutzung des Fit and Well-Bereichs mit Bade- und Saunalandschaft sowie Fitnesscenter ab 844 Euro pro Person.

Ebenfalls in Oberstaufen bietet das **Concordia Wellnesshotel & Spa\*\*\*\*\*** ein Place To Be für Schönheit und Wohlbefinden. Wer einmal richtig detoxen möchte, findet in dem gemütlich-elegantem Gästehaus im bayerischen Stil neben der klassischen Schrothkur auch Ayurveda- oder Entschlackungsprogramme.

**Fit Reisen-Paket „Detox – entschlacken und Gewicht reduzieren“** ab vier Nächten im Doppelzimmer mit stoffwechsellanregender Diät-Vollpension sowie unter anderem lymphanregende Detox-Packung, Minceur-Packung zur Stoffwechsellanregung, Tri-Activ-Packung mit entwässernder, entschlackender und straffender Wirkung, Benutzung von Badelandschaft mit Innenpool, Saunen und Fitnesspark sowie Teilnahme am Sport- und Animationsprogramm ab 651 Euro pro Person.

*Tipp: Dieses Arrangement kann auch bei Genehmigung einer Ambulanten Vorsorgekur/Offenen Badekur mit Krankenkassenzuschuss gebucht werden.*

Inmitten des Schwarzwaldes mit weitem Ausblick liegt namentlich passend das **Schwarzwald Panorama\*\*\*\*s** im heilklimatischen Kurort Bad Herrenalb. Das Haus bietet Möglichkeiten zum Yoga und Wandern sowie Relaxen im Mineral-Thermal-Innenpool. Wer seinen Körper reinigen und das Immunsystem aktivieren möchte, nimmt an einem Fastenprogramm teil, zum Beispiel Basenfasten nach Wacker® oder Heilfasten. Auch ideal geeignet bei rheumatischen, allergischen und Stoffwechselbeschwerden.

**Fit Reisen-Paket „Heilfasten nach Buchinger“** ab sechs Nächten im Doppelzimmer mit Fastensonderversorgung in Form von frisch gepressten Bio-Säften, Gemüsebrühe, Bio-Kräutertees und ionisiertes Bad Herrenalber Quellwasser sowie unter anderem Fastenbetreuung, Gesundheitsvorträge, Fastengespräche, geführte leichte Wanderungen, Yoga und Benutzung von Spa- und Saunalandschaft und Fitness-Suite ab 825 Euro pro Person.

Richtig stylish wird es im **bora HotSpaResort\*\*\*\*s** in Radolfzell am Bodensee. Das moderne Hotelkonzept ist konzentriert auf Wohlgefühl und Entspannung. Im Jahr 2013 erhielt das Hotel die Auszeichnung „Tophotel Opening Awards 2013“ für das Einrichtungskonzept und wurde im Februar 2016 von Reisemagazinexperten zu einem der „Top 100 Hotels in Europa“ gewählt. Verschiedene Fastenprogramme, wie Basenfasten oder Buchingerfasten, werden hier unter Anleitung erfahrener Gesundheitsexperten angeboten.

**Fit Reisen-Paket „Schnupper-Basenfasten“** ab sieben Nächten im Doppelzimmer mit diätischer Schrothkur-Vollpension sowie unter anderem mit wöchentlichen Vorträgen über Schrothkur und Ernährung, Fitness-, Sport- und Aktivprogramm mit Wandern, progressive

Muskelentspannung oder Faszientraining sowie Benutzung des Fit and Well-Bereichs mit Badelandschaft, Saunalandschaft und Fitnesscenter ab 550 Euro pro Person.

### **Büro-Comeback strahlend schön mit Beauty und Wellness**

Seit über 230 Jahren präsentiert sich das **Gräflicher Park Health & Balance Resort\*\*\*\*\*** in Bad Driburg als idealer Rückzugsort für Wellness, traditionelle Heilkunde und moderne Medizin sowie exzellente Kulinarik. Inmitten eines der schönsten englischen Landschaftsparks Deutschlands gelegen, kommen hier luxusliebende Relaxfans auf ihre Kosten. Das Anwesen ist aufgeteilt in sechs individuelle Logierhäuser, die den gräflichen Stil in jedem der 135 Zimmer und Suiten widerspiegeln. Die Betreiber sind besonders stolz auf die ausgezeichnete Küche sowie den preisgekrönten Spa.

**Fit Reisen-Paket „Kleine Auszeit im Gräflichen Park“** ab zwei Nächten im Doppelzimmer mit Halbpension sowie unter anderem mit Benutzung des Garten Spa mit Pools, Saunen, Ruheräumen und Spa-Garten, Fitnessraum, Innenpool, täglich wechselndem Aktivprogramm und Parkführung ab 276 Euro pro Person.

Beauty-Auszeit in einem der beeindruckendsten Barockschlösser Europas? Auf ins **Althoff Grandhotel Schloss Bensberg\*\*\*\*\*** in Bergisch Gladbach. Das frühere Jagdschloss gilt heute als eines der führenden Fünf-Sterne-Hotels weltweit. Die eindrucksvolle Architektur sowie die Ruhe und Weite des Bergischen Landes machen dieses besondere Relax-Domizil aus. Nicht weit entfernt liegen die Rhein-Metropolen Köln und Düsseldorf. Gäste erwartet hier eine exzellente Sterneküche, modern und stilvoll ausgestattete Räumlichkeiten sowie das „4 elements spa by Althoff“.

**Fit Reisen-Paket „Beauty-Auszeit“** ab zwei Nächten im Doppelzimmer mit Frühstück sowie unter anderem mit Hautdiagnose, speziell abgestimmter Gesichtsbehandlung mit Clarins Produkten sowie Benutzung des „4 elements spa by Althoff“ mit Sauna, Pool und Fitness-Studio ab 347 Euro pro Person.

Wie ein überproportioniertes modernes Stahl-Ei zeigt sich das **Hotel Oversum Winterberg\*\*\*\*\*** im sauerländischen Winterberg. Wer hier eine Auszeit sucht, findet stilsichere Architektur gepaart mit modernen Relax- und Beautyprogrammen sowie eine weite Landschaft, die zu allerhand Outdoor-Aktivitäten einlädt.

**Fit Reisen-Paket „Relax - Zeit für mich“** ab zwei Nächten im Doppelzimmer mit Frühstück sowie unter anderem mit Bad nach Wahl im Hydroxeur Bad, Packung im Soft Pack, Ganzkörpermassage sowie Benutzung von Wellnessbereich mit Bade- und Saunalandschaft und Fitnessraum ab 268 Euro pro Person.

Mehr Informationen zu den Reiseangeboten von Fit Reisen in Deutschland gibt es unter **[www.fitreisen.de/wellness/deutschland](http://www.fitreisen.de/wellness/deutschland)**.

#### **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, Yoga Escapes, aytour, Lotus Travel und das Reisegutschein-Portal tripz.de 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“ sowie 2020 und 2021 vom Technikmagazin CHIP als einer der „besten Onlinereiseshops“. Fit Reisen ist Mitglied des Tourismusverbands Pacific Asia Travel Association (PATA) sowie der Arbeitsgemeinschaft Europäischer Reiseunternehmen (AER).

**Bilder und Grafiken** zu dieser Pressemitteilung, zu 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 sowie unter Angabe des abgebildeten Hotels genutzt werden. Copyright: ©fitreisen.de. Weitere Bildquellen entnehmen Sie bitte aus der jeweiligen Bildunterschrift. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt. Die vollständigen Nutzungsbedingungen lesen Sie [hier](#).