



PRIVAT, PR

IN DEUTSCHLAND, ÖSTERREICH UND SÜDTIROL

Die schönsten Wellness-Hotels in den Bergen, in denen man garantiert zur Ruhe kommt

Sehnsucht nach einer Auszeit? Wir stellen die schönsten Wellness-Hotels in den Bergen vor, die deinem Körper und Geist dabei helfen, zur Ruhe zu kommen

VON LUCY BINDER, MELANIE PAUKNER, SELINA WAGNER UND
ANNA BADER


26. SEPTEMBER 2022

Die schönsten Wellness-Hotels In den Bergen, In denen du garantiert abschalten kannst


Hand aufs Herz: Wie oft gönnst du dir eine Auszeit? Wahrscheinlich viel zu selten. Gerade nach der Pandemie ist es wichtig, dass wir uns zwischendurch bewusst ein paar Tage freinehmen, um den Kopf zu lüften, auf andere Gedanken zu kommen und unserem Körper etwas Gutes zu tun. Für manche sind ein paar Tage am Meer genau das Richtige, für andere eine Auszeit in den Bergen. Die Mischung aus frischer Bergluft, körperlicher Aktivität (z.B. beim Wandern, Skifahren oder Mountainbiken) und [Entspannung](#) lädt die Batterien sofort wieder auf, weshalb wir dir ein paar tolle Wellness-Hotels in den Bergen vorstellen, die all das möglich machen.

Hotel Silena in Vals, Südtirol




Eine Auszeit im „[Silena, your soulful hotel](#)“ fühlt sich, zumindest was das Wohnen angeht, eher nach einem Wellness-Urlaub in Japan an. Denn alles im Hotel erinnert an das Land in Asien und macht es zu einem ganz besonderen Ort, den man in den Südtiroler Bergen nicht wirklich erwarten würde. Dunkle Holzböden, kleine Meditationsecken sowie Teestationen und der ganz neue Onsen-Pool sind nur ein Teil davon. Letzterer ist vor allem im Winter ein Highlight, wenn man in das 40 Grad warme Wasser steigt und dabei auf die verschneiten Berge blickt. Neben dem Onsen-Becken, das sich neben der großen Sauna übrigens auf dem Dach des Hotels befindet, gibt es auch noch einen Indoor-, einen Outdoor- und sogar einen Whirlpool. Im Übernachtungspreis (ab 167 Euro pro Person/Nacht) sind nicht nur Frühstück und ein 5-gängiges Dinner enthalten, sondern auch die Teilnahme an Aktivitäten wie Yoga, Qi Gong und geführten Meditationen. Ein besonderes Highlight des Hotels, in dem sich übrigens alle duzen: Die große Bibliothek mit Kamin, in die man sich mit einem guten Buch zurück ziehen kann oder die kleine Kreativ-Ecke, in der man alle Utensilien zum Malen und Basteln hat. Unser Tipp: Handy weg und all die tollen Angebote im Hotel nutzen und genießen. Wer ganz besonders viel Privatsphäre möchte, bucht die „Soulful Deep Recreation Panorama“-Suite (ab 315 Euro pro Person/Nacht) mit eigener Sauna und freistehender Badewanne. Auf dem großen Balkon gibt es sogar noch eine zweite Outdoor-Badewanne und einen kleinen Zen-Garten. Tipp zwei: Einen Ausflug auf die Fane Alm machen, dem wohl berühmtesten Almdorf Südtirols, das direkt oberhalb des Hotels liegt und entweder mit dem Auto oder einer kleinen Wanderung erreicht werden kann.

 soulfulsilena
Silena, your soulful hotel

[Profil ansehen](#)





[Mehr auf Instagram ansehen](#)

Gefällt 203 Mal

[Kommentieren ...](#)





<https://www.glamour.de/artikel/wellness-hotels-berge>

26.09.2022