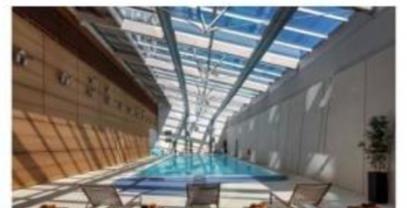


DIE STORYFACTORY

Hö's Blog für Geschichten, Reiseabenteuer und Karikaturen

REISEEMPFEHLUNG

Von Buddhas an der Ostküste, einem Labyrinth aus Steinen und heißen Quellen in der Wüste – Neun Wellness-Oasen rund um den Globus.



Datum: 29. September 2022

Autor: ullrichhoe

0 Kommentare

Wenn der Sommer sich dem Ende neigt und die Tage kälter werden, ist es umso wichtiger, sich regelmäßig aufzuwärmen und sich gelegentlich eine Auszeit zu gönnen. Was eignet sich da besser als ein erholsames Bad in einer Thermalquelle, eine Massage mit entspannenden ätherischen Ölen oder ruhige Stunden in idyllischen Gärten? Wir stellen neun besondere Orte vor, an denen man jetzt perfekt die Seele baumeln lassen kann und dem Körper dabei noch etwas Gutes tut.

Shou Sugi Ban House: Japanischer Flair in Long Island

Die herbstliche Brise am rauen Meer trifft auf asiatisch-modernes Ambiente, das Ruhe ausstrahlt: Willkommen im [Shou Sugi Ban House](#) auf Long Island. Die wunderschöne Wellness-Oase des Hauses ist das einzige Spa auf Long Island, das globale Wellness- und Heilkunstpraktiken miteinander vereint. Namensgebend ist der Stil, in dem die einzelnen Häuser auf dem Gelände des Retreats gebaut sind.



ssbh-03-spa-entrance-buddha_(c) Fredrika Sjarne for Shou Sugi Ban House

Beim Shou Sugi Ban Stil handelt es sich um eine alte japanische Technik zur Holzkonservierung, die nicht nur nachhaltig, sondern auch extrem wetterbeständig ist – also auch ideal auf die kühleren Herbsttage Long Islands abgestimmt. Das freistehende Spa punktet neben den wunderschön gestalteten Behandlungsräumen auch mit einer Thermalsuite inklusive einer Ferninfrarot-Sauna, um somit auch an kalten Tagen ein wenig Wärme genießen zu können.

Energie aus den Elementen der Natur schöpfen

Die Malediven bieten ihren Gästen nicht nur eine absolut idyllische Natur und Umgebung, sondern auch ein vielfältiges Spa- und Wellness-Angebot. Auf den beiden Inseln der [The Ozen Collection](#) bietet das [ELE | NA](#) eine wunderbare Verknüpfung beider Dinge. Bereits der Name ist ein Akronym der Elemente der Natur und zeigt, dass das Spa Inspiration in den elementaren Energien findet, die in und um uns herum fließen.



OZEN LIFE MAADHOO – ELENA Spa 17 (c)The Ozen Collection

Um zur Ruhe zu kommen und das eigene Wohlbefinden zu verbessern bietet das ELE | NA seinen Gästen ganzheitliche Therapien, alternative medizinische Behandlungen oder auch spezielle Wellness-Dining-Optionen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den Elementen der Natur sowie nachhaltigen Praktiken – viele davon sind inspiriert von altbewährten maledivischen Ritualen und Überlieferungen.

Wellness am schönsten Strand der Karibik

Der Eagle Beach von Aruba wurde von TripAdvisor zu einem der schönsten Strände weltweit gekürt und eignet sich hervorragend, um die Sorgen des Alltags hinter sich zu lassen und so richtig zu entspannen. Im [Bucuti & Tara Beach Resort](#) geht dies besonders gut: Das Boutique Hotel verfügt über einen gemütlichen Spa-Bereich, in dem sich die Gäste mit einer der zahlreichen angebotenen Behandlungen nach Lust und Laune verwöhnen lassen können.



24-JET00220 (c)bucutitara

Ein besonderes Highlight sind die privaten Cabanas am Strand, in denen Gäste eine Massage am Strand mit Blick auf das karibische Meer genießen können. Auch die etwas ungewöhnlichen Wellness-Aktivitäten des Resorts sind bei den Gästen sehr beliebt: Sie können beispielsweise am Vollmond-Yoga am Strand teilnehmen oder ihr eigenes Peeling aus auf Aruba wachsender Aloe Vera herstellen.

Massagen mit Meerblick: The Don CeSar in St. Pete/Clearwater

Dass es auch in Florida sehr schöne Wellnessoasen gibt, zeigt das Hotel [Don CeSar in St. Pete/Clearwater](#). Hier können sich Urlauber auf entspannende Massagen mit einem einzigartigen Ausblick auf den Golf von Mexiko freuen.

Ein Highlight ist die große Spa-Terrasse, auf der die Gäste nach oder zwischen den Behandlungen die warme Sonne Floridas und das Meeresrauschen genießen können. Es ist übrigens nicht zwingend notwendig Hotelgast zu sein, um das Oceana Spa erleben zu können: Das Don CeSar ermöglicht es allen Spa-Liebhabern, Tagespässe zu erwerben und Energie zu tanken.

ElaZen Spa: Tradition trifft Luxus

Das ELA Excellence Resort Belek bietet seinen Gästen mit dem [ElaZen Spa](#) eine wohldurchdachte Entspannungsoase für alle jene, die sich eine Auszeit wünschen. Ein Hamam zur Entspannung und zum Aufwärmen des Gemüts darf an der türkischen Riviera natürlich nicht fehlen. Die traditionelle türkische Sauna hat seine Ursprünge im Orient und ist inzwischen auf der ganzen Welt bei Entspannungssuchenden beliebt. Bei hoher Luftfeuchtigkeit und einer Raumtemperatur von 50°C bis 60°C erleben Gäste hier Rituale bestehend aus Massagen, Peelings und Saunaerlebnissen.



ElaBelek_OutdoorMassage (c) Ela Excellence Resort Belek

Ein Besuch im Hamam hat einen positiven Effekt auf den Kreislauf, die Muskeln und die Haut, sodass man sich nach einem Besuch wie neu geboren fühlt. Echte Hamam-Fans sollten während ihres Aufenthaltes im ELA Excellence Resort unbedingt auch das Hamam-ı Keyf ausprobieren – hier wird den Gästen ein ganz besonderes und privates Hamam-Erlebnis geboten.

Castle Hot Springs in Arizona – Entspannung in heißen Quellen

Etwa eine Stunde von Phoenix entfernt, mitten in den Bradshaw Mountains, befindet sich das [Castle Hot Springs](#). Die namensgebenden natürlichen heißen Quellen umgeben von der Sonora-Wüste sind bei Weitem nicht die einzige Möglichkeit, auf dem Gelände zu entspannen, sondern nur der Einstieg in ein einmaliges Wellness-Erlebnis.



Hotsprings (c)Castle Hot SpringsSLH

Von schwerelosen Watsu-Massagen im Wasser über Mineralerde-Peelings bis hin zu Energie-Therapien, die Kristallschalen und Stimmgabeln mit einbeziehen – im Castle Hot Springs findet jeder sein Verwöhnprogramm. Gerne entwickeln die geschulten Mitarbeiter auch eine individuelle und einzigartige Behandlung, bei der beispielsweise durch die Kombination verschiedener Massagetechniken auf die speziellen Bedürfnisse und Vorlieben der Gäste eingegangen wird.

Hilton Geneva Hotel & Conference Center: Von der Saunabank aus auf verschneite Gipfel schauen

Wellness am Fuße der Alpen? Im wunderschönen Genf in der französischen Schweiz können Reisende in der kalten Jahreszeit nicht nur schneebedeckte Gipfel bestaunen und bewandern, sondern auch exklusiv im größten beheizten Innenpool Genfs entspannen.



Hilton Geneva Hotel & Conference Centre

Im [LivingWell Genf](#), der Teil des [Hilton Geneva Hotel & Conference Center](#) ist, können Erholungssuchende zuerst einige Bahnen durch den 20 Meter langen Pool unter einem beeindruckenden Glasdach ziehen, einen der angebotenen Aqua-Bike-Kurse besuchen oder sich im fast 1.500 Quadratmeter großen Fitnessbereich auspowern, bevor Sie sich anschließend voll und ganz der Entspannung widmen: Bei einem Saunagang, im Jacuzzi oder bei Spa und einem Besuch im hoteleigenen Hamam kann man ausreichend Wärme für die nächste Wanderung durch den Schnee tanken.

Spa at the Boulder Resort: 4.000 Quadratmeter pure Entspannung

Schon gewusst? In Scottsdale in Arizona gibt es mehr Spas pro Kopf als in jeder anderen Stadt der USA. Viele von ihnen nutzen die heimischen Inhaltsstoffe und die Ruhe ihrer Wüstenumgebung, um Körper, Herz und Geist der Reisenden zu erfrischen.



RS112_Balloon (c)Boulders

Auch im [Spa at the Boulder Resort](#) wird sich die Umgebung zu Nutze gemacht: Gelegen zwischen beeindruckenden zwölf Millionen Jahre alten Felsbrocken und dem Black Mountain ist dieses Spa eine knapp 4.000 Quadratmeter große Anlage, in der man sich verwöhnen lassen und neue Energie tanken kann. Die Behandlungsräume werden durch charakteristische Elemente wie einen Pfad der Ruhe in Form eines Labyrinths und einen 520 Quadratmeter großen Garten ergänzt.

Entspannen am Fuße der Vulkane: Die SkyLagoon in Island

Im Land des Feuers und Eises beginnt nun wieder die dunkle und kalte Jahreshälfte. Bei Durchschnittstemperaturen um den Gefrierpunkt herum ist es kein Wunder, dass sowohl Einheimische als auch Gäste der Insel im hohen Norden zur Entspannung gerne die Wärme suchen. Im Geo-Thermalbad [Sky Lagoon](#) kann man mit Blick auf den rauen Nordatlantik die Seele baumeln lassen während man gleichzeitig im 38° Celsius warmen Wasser entspannt.



Sky Lagoon (c) freysteinnjónsson

Außerdem wird ein einzigartiges Ritual angeboten, bestehend aus sieben Schritten, die Wärme und Kälte miteinander verbinden. Unter anderem steht eine Sauna mit einem großen Panoramafenster, das einen einzigartigen Blick auf den Atlantik bietet, auf dem Programm – Wellness with a view!