



# Ruhe & Kraft

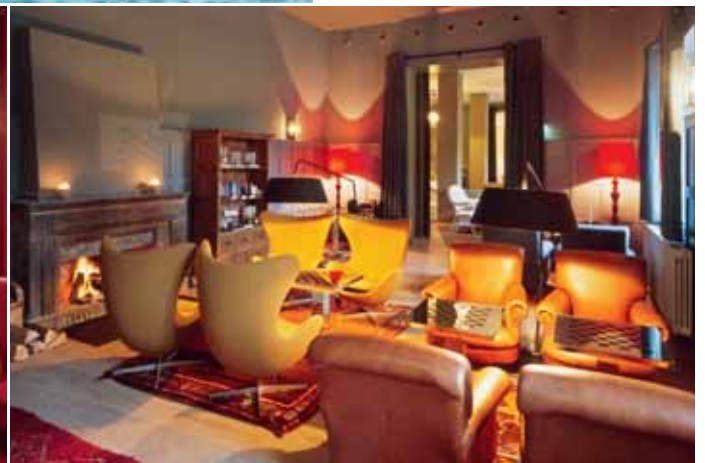
„Wie lange schenkst du allen anderen Deine Aufmerksamkeit, nur nicht Dir selbst?“

Die ersten Sonnenstrahlen fallen gerade über den Gipfel der Zugspitze auf die noch taufeuchten Buckelwiesen – hier gibt die Natur den Lebensrhythmus vor.

Nach Jahren des Dornröschenschlafs erwachte im Mai 2007 „Das Kranzbach“ in einem verwunschenen Tal bei Garmisch-Partenkirchen zu neuem Leben. Wach geküsst von Investoren aus Österreich entstand in eineinhalbjähriger Bauzeit ein Wellness-Refugium der Spitzenklasse, das intensiv auf Wellnessferien in der Natur – an einem spektakulären Standort – eingeht. Denn die geradezu berauschend schöne, natürliche Umgebung ist zugleich Kulisse und Hauptattraktion des Hotels, das fernab von Lärm und Hektik auf einem sonnigen Hochplateau liegt und mit



freier Sicht auf die Zugspitze des Wettersteingebirges beeindruckt. Die beiden Gebäudeteile, das historische „Mary Portman House“ und der mit viel Glas und Holz gestaltete Neubau, verbinden sich trotz ihrer Unterschiedlichkeit zu einem harmonischen Gesamtensemble, das die Umgebung zwar prägt, aber nicht dominiert. Harmonie mit der Natur ist auch die Zauberformel, wenn es um die bestmögliche Erholung geht, davon ist man hier im Hotel „Das Kranzbach“ überzeugt. Wohlbefinden ist ein ganzheitlicher Zustand, der nicht gegen, sondern immer nur mit der Natur gelingen



Fotos: Das KranzbachHotel & Wellness-Refugium



kann. So geschieht die Wiedervereinigung von Mensch und Natur im Kranzbach auf vielen Ebenen. Alle Kosmetik- und Wellness-Anwendungen im großzügigen Badehaus basieren auf der Verwendung hoch effektiver Naturkosmetik mit Premiumprodukten aus rein natürlichen Inhaltsstoffen. In der Küche des „Kranzbach“ verarbeiten der Küchenchef und das Team Erzeugnisse von Kleinstbetrieben aus der Region zu kreativen Kompositionen, die mit biologischen Kräutern aus dem hoteleigenen Küchengarten vollendet werden.

Überall im Haus ist die Natur zum Greifen nah: Große Fenster und viele Terrassen gewähren überwältigende Ausblicke, locken immer wieder hinaus und gestalten den Übergang ins Freie fließend. Die abgechiedene Lage und der 130.000 m<sup>2</sup> eigene Grund mit Buckelwiesen und Bergquelle sorgen für vollkommene Ruhe. Hier wird der Aufenthalt an der frischen Luft zu einem ungestörten Vergnügen – ob beim Yoga im Freien, Schwimmen im riesigen Außenpool, beim Sonnenbaden oder Frühstück auf der Terrasse.

Die unmittelbare Umgebung mit Seen, Bergen, Wiesen und Wäldern macht auch Bewegungsmuffeln Lust aufs Wandern, Walken oder Biken, und mit jedem Schritt tut man Körper und Seele Gutes. Selbst in der Nacht, wenn durch das geöffnete Fenster nichts als Ruhe und reinste Luft ins Zimmer dringt, kommt man im „Kranzbach“ der Erholung mit jedem tiefen Atemzug ein Stückchen näher. Dieses Hotel ist deshalb ein idealer Ort für Yoga. So bietet man z. B. folgende Yoga-Workshops als Package an: zwei Übernachtungen inklusive einer er-

weiterten Superior-Halbpension, einer energetischen Ausgleichsmassage, vier Yoga-Sessions, einer Yoga-Walking-Stunde in der Natur und die individuelle Betreuung durch Yoga-Profi Claudia Müller-Ostenried ab 426 € pro Person im Doppelzimmer „Mary Portman House“.

Und weil geteilte Freude doppeltes Vergnügen bedeutet, hat das Hotel auch ein spezi-

elles „Freundinnen-Tage“-Paket geschnürt, das außer drei Übernachtungen und erweiterter Verwöhnhalbpension, eine zweistündige Gesichtsbildung nebenst Ganzkörper-Peeling und vieles mehr verspricht.

Es stimmt, ich war begeistert, denn hier ist man aufgehoben, in einem wunderbaren Hotel, in der großartigen Natur, vor allem aber bei sich selbst. **hei**

## Mehr als nur ein Blick in die Sterne

Nach den Sternen greifen können Gäste in dem ehemaligen Landsitz der englischen Adligen Mary Portman auch im symbolischen Sinn. Denn seit zwei Jahren veranstaltet Sonja Schön hier „Wellness & Astrologie“-Wochenenden – drei Tage, bei denen Behandlungen im Nature Spa, Schwimmen, Saunieren und ungestörter Schlaf genauso auf dem Programm stehen wie fünf Vorträge bzw. Workshops über Geschichte, Ziele und Nutzen der Astrologie bei individueller Betreuung durch Sonja Schön. Neben ihrer Arbeit als Autorin bezeichnet sie das Wissen um die Macht der Himmelskörper als ihre „Königdisziplin“. Sie hat Jura in Genf und Heidelberg studiert, ist Absolventin der Deutschen Journalistenschule und hat Astrologie bei Hajo Banzhaf, Brigitte Theler sowie Rüdiger Dahlke gelernt. Seit 2003 ist Sonja Schön als Astrologin mit eigenen Kolumnen in Deutschland und Österreich tätig. Astrologie ist für sie eine praktische Lebenshilfe, nämlich die Kunst, in allen Bereichen zum richtigen Zeitpunkt das Richtige zu tun – oder auch zu lassen. „Himmlich“ ist aber nicht nur die thematische

Ausrichtung dieses außergewöhnlichen Arrangements. Auch kulinarisch stehen Höhenflüge auf dem Programm – egal ob beim Genießer-Frühstücksbuffet, einem Mittagsimbiss mit leichten Suppen und Salaten im Kaminzimmer, frischem Kuchen am Nachmittag oder dem Fünf-Gänge-Wahlmenü am Abend. Das alles gibt es zum Top-Preis ab 398 € p. P. für zwei Übernachtungen mit Superior-Halbpension sowie neun Stunden Astrologie von A bis Z inklusive einem einstündigen persönlichen Beratungsgespräch.

Der nächste Termin: 19.11. bis 21.11.2010  
Informationen und Anmeldung im Hotel oder bei:  
AstroJob,  
Sonja Schön,  
www.astrojob.com



„Das Kranzbach“ Hotel & Wellness-Refugium  
D-82493 Kranzbach bei Garmisch-Partenkirchen  
Tel. 08823-92 80 00 • Fax 08823-92 80 09 00  
info@daskranzbach.de • www.daskranzbach.de  
Zimmerpreise von 195 € bis 420 €.