

healthy living

www.vital.de



Juli 2011

2,50 €

Österreich 2,80 €

Schweiz 5,00 sfr

BeNeLux 3,00 €

Frankreich 3,50 €

Griechenland 4,30 €

Italien 3,50 €

Spanien 3,50 €

Portugal (cont) 3,60 €

Slowenien 3,50 €

Slowakei 3,70 €

# vital

## 30 TOP-Cremes unter 30 Euro

- ▶ Anti-Aging für jeden Hauttyp
- ▶ Daran erkennen Sie gute Produkte
- ▶ Wann Sie mehr ausgeben sollten

## Immer schön cool bleiben

Mit unseren Tipps kommen Sie im Sommer nicht ins Schwitzen

# Denken Sie sich fit & glücklich

▶ Mit dem Geist die Gesundheit stärken

▶ Einfache Übungen für jeden Tag

## extra *Vater, Mutter, Kind- oder ganz anders*

So bunt leben Familien heute

## Köstliche Beerenkuchen

Das leichte  
Frucht-Vergnügen

## Yoga zu zweit

Gemeinsamkeit  
macht stark

Mit Diät-Coach unter [www.vital-diaetcoach.de](http://www.vital-diaetcoach.de)

# Relaxen am See

Raus aus dem Bett, rein ins Wasser:  
Hotels mit **eigenem Strand** oder Steg  
bieten Aqua-Fitness in der Natur

## UNSERE KRITERIEN

• **LAGE DES HOTELS** „Perfekt“ ist eine ruhige Lage in intakter Landschaft. Mit guter Infrastruktur und vielen Ausflugsmöglichkeiten.

• **SERVICE/AUSSTATTUNG** Bestnoten gibt es für ein optisch ansprechendes Haus. Einen großzügigen Spa-Bereich mit Tageslichtfenstern. Plus: kompetenten, freundlichen Service.

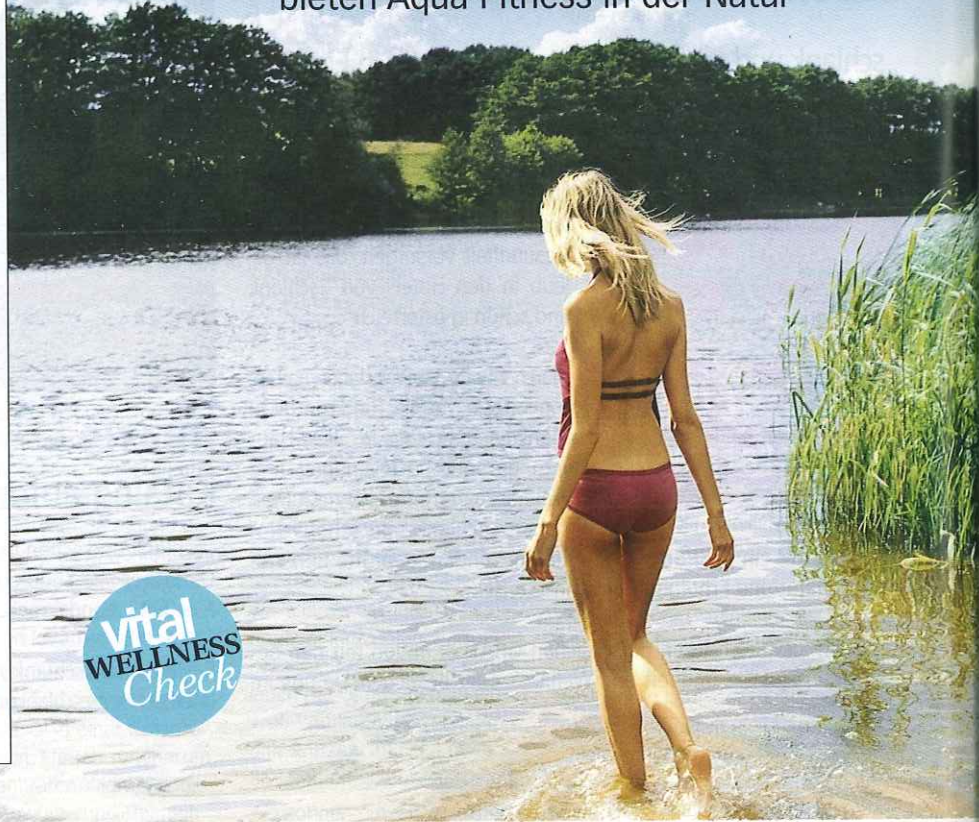
• **ANWENDUNGEN** Bei den Top-Bewertungen steht ein umfangreiches Angebot an klassischen und neuartigen Beauty- und Wellness-Behandlungen zur Auswahl. Gute Beratung durch qualifiziertes Fachpersonal.

• **EXTRAS** Ein großer Pool (am liebsten drinnen und draußen), verschiedene Saunen, ein modern ausgestatteter Fitnessbereich, Yoga- und Pilates-Kurse, Nordic Walking etc.

• **WOHLFÜHLFAKTOR/PREIS-LEISTUNG** Bei Bestnoten fühlen wir uns fast noch besser als zu Hause. Wir sind entspannt und glücklich.

Unsere ausführlichen Bewertungskriterien finden Sie auf [www.vital.de/hotelsuche](http://www.vital.de/hotelsuche)

PERFEKT ●●●●●  
SEHR GUT ●●●●●  
GUT ●●●●●  
DURCHSCHNITTLICH ●●●●●  
WENIGER EMPFEHLENSWERT ●●●●●



## KOLLER'S HOTEL \*\*\*\*s, Seeboden (Kärnten) Zum Dinner auf die Palmeninsel

Kuscheln, lesen, dösen, Enten zählen. Sich die Sonne auf den Bauch scheinen und vom Geräusch sanfter Wellen in den Schlaf wiegen lassen: In meiner Strandmuschel fühle ich mich geborgen wie im Mutterleib. Sie steht originellerweise auf den Planken eines beheizten Seewasserpools im Millstätter See. **So wird man verwöhnt:** Zum Abkühlen springe ich in die tiefgrünen Fluten und schwimme dem Alltag mit kräftigen Zügen davon. Später bei der Meridian-Massage umkreist ein feiner Metallstift meine vom Kraulen müden Schultern und bringt die Energie wieder ins Fließen. **Das finden wir besonders gut:** Beim romantischen Dinner für zwei wird das Essen im

Boot zu einer „Palmeninsel“ gebracht und bei Kerzenlicht serviert – das passt zu großen Gefühlen. **Weitere Highlights:** Seesauna mit Blick aufs Wasser, prachtvoller Garten mit Obstbäumen, kostenloser Bootsverleih, Spa-Suiten unterm Sternenhimmel, Ayurveda-Massagen, Kosmetik, moderne Fitnessgeräte, Yoga, Pilates, Qigong, persönlicher Wellness-Coach. **Preis:** ab 84 Euro p. P. im DZ inkl. HP, 61 Zimmer. **Adresse:** Seepromenade 2-4, A-9871 Seeboden am Millstätter See, Österreich, Tel. 00 43/47 62/8 15 00, [www.kollers.at](http://www.kollers.at) oder über [www.schlankundschoen.at](http://www.schlankundschoen.at)

LAGE DES HOTELS ●●●●●  
SERVICE/AUSSTATTUNG ●●●●●  
ANWENDUNGEN ●●●●●  
EXTRAS ●●●●●  
WOHLFÜHLFAKTOR/  
PREIS-LEISTUNG ●●●●●

Bettina Winterfeld

KARNERHOF\*\*\*\*S, Egg (Kärnten)

Einmal Steg-Massage, bitte!

Seidig schimmert der Faaker See unter meinem Balkon. Im türkisblauen Wasser spiegeln sich die Kärntner Berge so glasklar, als hätte ein yogischer Schöpfer die Alpen zum Kopfstand überredet. Das lockt selbst Morgenmuffel wie mich aus dem Bett – zu Café au lait auf die Frühstücksterrasse. **So wird man verwöhnt:** Vergessen Sie Bali! Strandmassagen

- LAGE DES HOTELS
- SERVICE/AUSSTATTUNG
- ANWENDUNGEN
- EXTRAS
- WOHLFÜHLFAKTOR/
- PREIS-LEISTUNG

kriegen Sie auch hier – auf dem Steg. Während das Wasser gegen das Bootshaus schwappet,

genieße ich fernöstliche Akupressur-Kunst. **Das finden wir besonders gut:** An kühleren Tagen heizt die Seesauna vor dem Schwimmen ein. Die „Regenbogen-Traubbehandlung“ im neuen Spa: Unter Farblight werde ich im warmen Quarzsand gepgelt und mit Auraölen verwöhnt. Am Salatbuffet mixt Hotelchef Hans

Melcher jedem Gast persönlich das Dressing – charmant. **Weitere Highlights:** 100 000 qm Grundstück mit eigenem Strand. Viel Beauty, z. B. Caviar-Lifting oder Cellulitis-Wickel. Segelschule, Tennisplätze, Fahrräder, Kinderprogramm. **Preis:** ab 102 Euro p. P. im DZ inkl. HP, 95 Zimmer. **Adresse:** Karnerhofweg 10, A-9580 Egg am Faaker See, Österreich, Tel. 00 43/42 54/21 88, www.karnerhof.com

Carla Steiner



TRESCHERS  
SCHWARZWALDHOTEL\*\*\*\*S, Titisee  
Cool Down mit Molke

Verführerisch: Erst ein paar Runden schwimmen und dann in der Sonne baden. Oh, oh... schon sieht meine Haut rot! Zum Glück hat das Hotel-Spa dagegen ein wunderbares Naturprodukt auf Lager: Frischmolke vom Bauernhof. **So wird man verwöhnt:** Kosmetikerin Mandy hüllt meinen Körper in eine Feuchtigkeitspackung und streicht zart eine kühlende Molkeemaske auf mein Gesicht. Danach ab ins Molkebad in der Magnetwanne – mit Farblightstimulation im Rhythmus der Musik. Die Massage zum Schluss weckt die Lebensgeister mit einem Mix aus Molke und Fichtennadelöl. Und meine Haut brennt auch nicht mehr. **Das finden wir besonders gut:** Der lange Steg auf den See ist ein magischer Ort zum Energie-

- LAGE DES HOTELS ●●●●●
- SERVICE/AUSSTATTUNG ●●●●●
- ANWENDUNGEN ●●●●●
- EXTRAS ●●
- WOHLFÜHLFAKTOR/
- PREIS-LEISTUNG ●●●●●

tanken. Innen- und Außenpool mit Wellnessgrotte, Massagedüsen und zwei-stöckiger Lounge – alles, was Badenixen zur Erholung brauchen. **Weitere Highlights:** Balinesische Spa-Rituale, Gesichts- und Körperbehandlungen mit Traubenkernöl vom Kaiserstuhl, Ayurveda, Thalasso,

Hot Stone, Körperbürstenmassagen. **Preis:** ab 85 € p. P. im DZ/F, 83 Zimmer. **Adresse:** Seestraße 10, 79822 Titisee-Neustadt, Tel. 0 76 51/80 50, www.schwarzwaldhotel-trescher.de

Susanne Wess

FOTO www.jalag-syndication.de (P. Filindt)



HAUS AM SEE\*\*\*\*S,  
Nonnenhorn (Bayern)

Ein Hauch Italien

Zypressen flankieren meine Liege, hinter mir Feigen- und Zitronenbäume, Oleander, Rosen. Nein, ich bin nicht in der Toskana, sondern am Bodensee. Schwäne gleiten vorbei, und abends verwandelt die untergehende Sonne das Wasser in goldene Tinte. **So wird man**

**verwöhnt:** Ich habe eine japanische Kopf-Gesicht-Druckmassage gebucht. Mit viel Fingerspitzengefühl streicht Tatjana Runge über Kinn, Wangen, Stirn und Kopf. Hier sanft, dort kräf-

- LAGE DES HOTELS ●●●●●
- SERVICE/AUSSTATTUNG ●●●●●
- ANWENDUNGEN ●●●●●
- EXTRAS ●●
- WOHLFÜHLFAKTOR/
- PREIS-LEISTUNG ●●●●●

tiger. Hinterher ist mein Gesicht glatt, ich fühle mich frisch wie nie. **Das finden wir besonders gut:** Morgens wildert Küchenchef und Hausherr Hans-Peter Knörle im Garten, um frische Saiblinge mit Kräutern und essbaren Blumen zu veredeln. **Weitere Highlights:** Edelsteinwasser im Zimmer, Edelstein-Massage, Osteopathie,

Kräuter-Meersalz-Peeling. Vorab buchen! Sonntags keine Behandlung. **Preis:** ab 56 Euro p. P. im DZ/F, 25 Zimmer. **Adresse:** Uferstraße 23, 88149 Nonnenhorn, Tel. 0 83 82/ 98 85 10, www.haus-am-see-nonnenhorn.de

Bettina Winterfeld

