

Inspiration by

STROMBERGER PR

Vorsätzlich entspannt!

Wenn die Tage länger werden und die Natur zum Leben erwacht, ist der ideale Zeitpunkt, um einmal innezuhalten und sich eine Auszeit zu gönnen. Die guten Vorsätze für 2024 wurden bereits vor Wochen im Alltagstrubel über Bord geworfen? Kein Problem. Niemand hält uns davon ab, genau jetzt kleine Ruheoasen für uns selbst oder auch gemeinsam mit dem Partner zu etablieren. Im richtigen Umfeld gelingt das von ganz allein - so zum Beispiel im Genuss- und Wellnesshotel Jordan's Untermühle, welches sich passenderweise unter der Adresse Außerhalb 1 in Köngernheim, nahe Mainz findet.

Den Tag mit einem abwechslungsreichen Yoga-Programm starten und dann einfach mal raus. Sich auf eines der hoteleigenen Räder schwingen oder unbeschwert loswandern und die Natur erkunden. Im Anschluss daran den Adults-Only-Spa für eine genussvolle Me-Time genießen und den Abend mit feiner Kulinarik und hervorragenden Weinen aus der Region ausklingen lassen.

Kommen Sie mit auf eine Reise in die Genussregion Rheinhessen und lassen Sie sich zu einer inspirierten Auszeit verführen.

Wenn Sie Bildmaterial oder zusätzliche Informationen erhalten möchten, melden Sie sich gerne per E-Mail bei schreiber@strombergerpr.de

Mit herzlichen Grüßen
Dorina Schreiber
STROMBERGER PR

Ein Sonnengruß am Morgen ...



© Jordan's Untermühle

... vertreibt Kummer und Sorgen. Wenn die ersten Sonnenstrahlen durchs Fenster fallen, ein frischer Duft nach Frühling durchs Zimmer weht und hoffnungsvolle Zuversicht herrscht, ist die vermutlich beste Zeit des ganzen Tages angebrochen. Diese kostbaren Augenblicke zelebrieren Gäste von Jordan's Untermühle im lichtdurchfluteten Panorama-Studio. Hier lockt das bunte und täglich wechselnde Programm zu Übungen des Ashtanga, Hatha, Kundalini und Vinyasa sowie Yin Yoga auf die Matte; schwebende Leichtigkeit ist hingegen einmal in der Woche beim Aerial Yoga geboten. Mit der Hilfe von Tüchern, die an den hohen Balken des Raumes befestigt sind, ist Tiefenentspannung garantiert.

Die Yogastunden werden von zertifizierten und erfahrenen Lehrer:innen unter der Leitung von Gastgeberin Martina Jordan angeboten, die seit jeher eine große Liebe für den Sport hat und stets bemüht ist, das Repertoire ihrer Ruheoase zu erweitern. Da die Übungen auf unterschiedliche Fitnesslevel angepasst werden können, eignen sie sich perfekt für Anfänger, die einen sanften Zugang zur Praxis suchen. Das Aerial Yoga kostet 25 Euro pro Einheit; alle anderen Kurse sind für die Gäste kostenlos und werden am Vortag an der Rezeption gebucht.

Weitere Informationen unter: www.jordans-untermuehle.de/wellnesshotel-rheinland-pfalz/yoga-hotel/

Auf zwei Rädern durch Rheinhessen



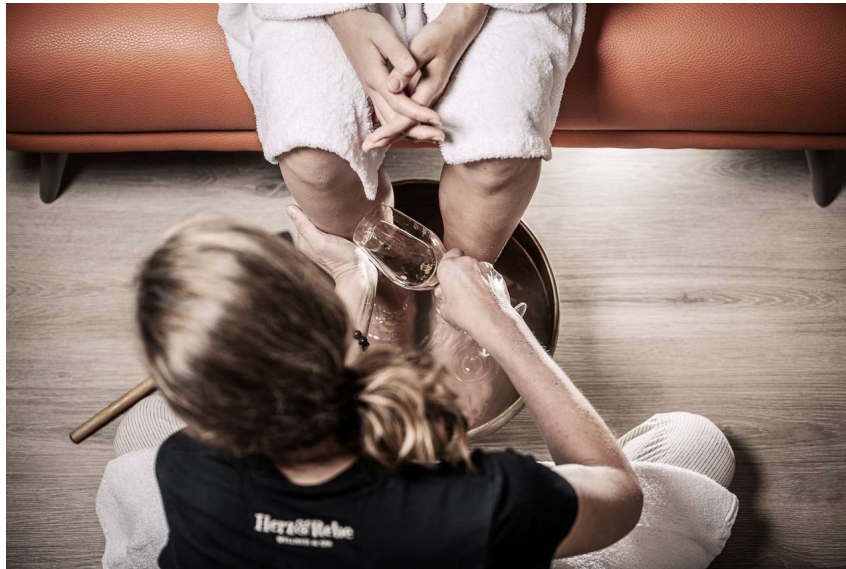
© Jordan's Untermühle

Die direkte Anbindung an das weitläufige Rad- und Wandernetzwerk macht Außerhalb 1 zur Lieblingsadresse von aktiven Genießern. Ganz unkompliziert holen sich die Gäste ein normales oder E-Bike zusammen mit passenden Routentipps an der Rezeption ab. Eine besondere Empfehlung von Familie Jordan ist die die Fahrrad-Tour „Amiche“ mit Startpunkt direkt vor dem Tor. Der gemächliche Rundweg von 33 Kilometern führt entlang satter Weiden und grüner Weinberge, am Roten Hang vorbei und gewährt einen idyllischen Blick auf den Rhein. Nach einem Zwischenstopp am Denkmal des rheinhessischen Schriftstellers Carl Zuckmayer führt der Rundweg die Radlfans zurück zum Haus.

Seit letztem Frühjahr bietet das Vier-Sterne-Superior-Hotel außerdem geführte E-Bike-Touren durch die Region an. Zusammen mit dem Guide Petra Quednau geht es auf eine dreistündige Fahrt. Und mit dem richtigen Ansporn ist auch diese Tour kein Problem. Denn das Ziel ist ein nahegelegenes Weingut, bei dem drei regionale Qualitätsweine verkostet werden - traditioneller Kühlrucksack mit Weck und Worscht für die Fahrt inklusive. Die Ausleihe des E-Bikes kostet ab 25 Euro; die geführte Tour inkl. E-Bike-Verleih liegt bei 69 Euro pro Person.

Weitere Informationen unter: www.jordans-untermuehle.de/region-rheinhessen/radwege-rheinhessen/

Ein Herz für Spa



© Jordan's Untermühle

Nach aktiven Stunden in der Natur tut ein Gang in das Herz & Rebe Spa Körper und Seele gut. In einem bis ins Detail ausgearbeiteten Konzept greifen die Gastgeber die Stärken der Region auf - und so findet das flüssige Glück Rheinhessens, das in Rot, Weiß oder Rosé auftritt, nicht nur Anklang bei Tisch, sondern auch im Wellnessbereich.

Dort stehen vier Rebsorten im Vordergrund, deren Charakteristika die jeweiligen Anwendungen, wie zum Beispiel ein Fußbad, unterstützen. Während die Behandlungen mit Spätburgunder Kraft und Energie verleihen, sorgt der Riesling für Reinigung und Frische. Der Grauburgunder bringt Ruhe und Zentrierung, während der Silvaner Achtsamkeit und Pflege fördert. Nicht verpassen sollten Beautyfans Massagen mit Traubenkernöl sowie sanfte Weinsäurepeelings. Ein 40 Quadratmeter großer Outdoorpool und eine Spa-Lounge mit Wohnzimmer-Feeling laden zum Entspannen ein. In der finnischen Sauna geben große Fenster den Blick auf die umliegende Naturkulisse frei, während Bio-Sauna, Dampfbad, der Garten mit Sonnenliegen sowie ein Fitnessraum den feinen Wellnessbereich ergänzen.

Weitere Informationen unter: www.jordans-untermuehle.de/wellnesshotel-rheinland-pfalz/herz-und-rebe-spa/

Bunter Genuss by Lu



© Jordan's Untermühle

Für das ultimative Wohlfühlpaket darf neben Entspannung und Aktivitäten eine weitere Zutat nicht fehlen: Eine bekömmliche und wohltuende Küche, die gleichzeitig nicht an Würze einspart. Im hoteleigenen Restaurant Lu's Bunter Genuss, das im Juli 2023 neueröffnete, sorgen regionale und saisonale Zutaten für schmackhafte Gerichte. Das besondere Etwas verleihen ausgefallene Produkte und Gewürze aus aller Welt.

Die aufstrebende Küchenchefin Luisa Jordan bekam die Liebe zur Gastronomie von ihrem Vater in die Wiege gelegt. Bei ihren Stationen in Sterneküchen sammelte sie Inspiration und Erfahrung, die sie heute in ihren Alltag einbringt. Durch die Zusatz-Ausbildung zur Ayurveda-Köchin sind die Gerichte nicht nur kreativ und bunt, vor allem sind sie auch auf das gesundheitliche Wohlbefinden und gute Verträglichkeit abgestimmt.

So finden sich leichte Gerichte wie Juwelenreis mit Kohlrabi, Erbsen, Röstzwiebeln und Tahinicreme, Seeteufel mit Perlgrauen, Staudensellerie, Mango und Krustentiersud oder Rinderrouladen mit Haselnusscreme und Romanesco auf der Karte. Der perfekte Abschluss eines regenerativen Tages!

Weitere Informationen unter: www.jordans-untermuehle.de/weinhotel-rheinland-pfalz/lus-bunter-genuss/

Über Jordan's Untermühle



© Jordan's Untermühle

Das Wellness- und Genusshotel Jordan's Untermühle wird seit 2005 von der Gastgeberfamilie Jordan betrieben. Mit dem Kauf von drei historischen Fachwerkgebäuden und der alten Mühle aus dem 17. Jahrhundert haben sich Martina und Gerhard Jordan einen Traum verwirklicht. Detailverliebt renovierten sie es zu einem Vier-Sterne-Superior-Hotel und ergänzten das Ensemble 2018 um einen modernen Anbau. Inzwischen gilt das Haus als eine der feinsten Hoteladressen der Region und wird von Sohn Niclas geleitet. Mit 45 Doppelzimmern und Suiten im eleganten Landhausstil und dem großzügigen Herz & Rebe Spa lockt es vor allem Weinliebhaber, Paare und Aktivreisende an. Feinschmecker werden von der Gastgebertochter und Küchenchefin Luisa Jordan im Restaurant Lu's Bunter Genuss verwöhnt. Rad- und Wandertouren durch das sonnenverwöhnte Weingebiet, die direkt vor der Türe starten, runden das Angebot von Jordan's Untermühle ab und machen es zu einem perfekten Ort zum Entspannen und Genießen.

Weitere Informationen unter: www.jordans-untermuehle.de/hotel-rheinhessen/hotel-und-gastgeber/