

Inspiration
by **STROMBERGER PR**

Pfösl

Natürlich rundherum erholt

Regeneration 360° - dieser Begriff fasst in nur wenigen Zeichen genau zusammen, was einen Urlaub im Naturhotel Pfösl in Südtirol so einmalig und bereichernd macht. Hinter diesem ganzheitlichen Urlaubskonzept stecken viele Gedanken der Gastgeber, wie Gäste ganzheitlich und nachhaltig von einem Aufenthalt bei ihnen auf Südtirols sonnigstem Hochplateau profitieren.

Und wie geht's das genau? Der Schlüssel zu mehr als mehr Wohlbefinden sind vier Säulen, auf denen die Regeneration 360° beruht: gesunde Ernährung, mentale Balance, ein Aktivprogramm mit sanfter Bewegung sowie last but not least der Panorama Infinitypool als Herzstück. Entdecken Sie im folgenden das Pfösl'sche Kleeblatt für mehr Glück, Gelassenheit und Ganzheitlichkeit.

Wenn Sie Bildmaterial oder zusätzliche Informationen erhalten möchten oder an einem individuellen Aufenthalt interessiert sind, melden Sie sich gerne telefonisch unter der +49(0)89/189478-87 oder per E-Mail an ruhland@strombergerpr.de.

Mit herzlichen Grüßen
Bettina Ruhland
STROMBERGER PR

Plant-Based à la Pfösl



© Hotel Pfösl / Patrick Schwienbacher

Reinhard Daverda, Küchenchef des Hotel Pfösl, setzt auf eine saisonale, vitale und vor allem bewusste Küche. Und das möglichst basenüberschüssig und pflanzenbasiert, also reich an basischen Mineral- und Nährstoffen. Eine Ernährungsform, die sehr gut langfristig praktiziert werden kann - am besten inspiriert vom Hotel Pfösl. „Naturagourmet“ heißt das hier. Auf die Teller kommen neben den Kräutern und Gemüsesorten, die direkt im Hotel angebaut werden, überwiegend Produkte von lokalen sowie Südtiroler Manufakturen, Bauern und Produzenten. Für einen möglichst kleinen CO₂-Fußabdruck und die volle Portion Genuss.

Übrigens: Auch das Getreide für das wöchentliche Brotbacken stammt quasi von nebenan. Denn seit einiger Zeit baut das Hotelteam in direkter Nachbarschaft die Ur-Roggensorte Waldstaude an, die dann traditionell vor Ort von Hand gemahlen und zu köstlichem Mehl fürs Backen verarbeitet wird. Denn nichts geht über ehrliche und echte Lebensmittel, die bei der Naturküche des Pfösl ganz klar im Vordergrund stehen.

Mehr als nur Kopfsache



© Hotel Pfösl / Patrick Schwenbacher; Hotel Pfösl / Brigitte Zelger

Mental ausgeglichen zu sein ist unser schnelllebigen und aufregenden Zeit oft ganz schön schwierig. Einfach nur schön und ganz einfach ist das allerdings im Hotel Pfösl. Dank der vielfältigen Angebote wie beispielsweise geführten Meditationen, Yoga draußen und drinnen in duftendem Ambiente, kurzen Anleitungen zum Innehalten jeden Morgen und Waldbaden. Letzteres ist übrigens zu jeder Jahreszeit möglich und im Pfösl immer von geprüften Waldbadetherapeut:innen begleitet. Zu denen auch die Gastgeberinnen selbst gehören.

Aber auch schon ein achtsamer Spaziergang durch die angrenzenden Wiesen und Wälder wirkt wie eine kleine Therapie und schult alle Sinne. Zurück im Hotel warten entspannungsfördernde Anwendungen im naturspa und verschiedene Rituale in den acht unterschiedlichen Saunen.

Der Natur auf der Spur



© Hotel Pfösl

Sechs Mal pro Woche wird die Hotellobby morgens zum Treffpunkt für alle Gäste, die an einer der geführten Berg- und Erlebniswanderungen teilnehmen möchten. Egal ob in den Wintermonaten, in denen man Fußspuren im Schnee hinterlässt, oder im Sommer, in dem sich müde Wanderfüße über einen kühlen Gebirgsbach freuen - die angebotenen Wanderungen lassen einen die Natur rund um das Hotel aktiv spüren. Genauso wie alle anderen Aktivitäten des umfangreichen Aktivprogramms wie E-Mountainbiken, Trekking und Schneeschuhtouren, die größtenteils ohne weite Anreise direkt am Hotel starten.

Dabei folgt keines der Angebote der Maxime „Schneller, höher, weiter“, sondern eher dem Credo „Sanfter, sicherer, gesünder“. Somit ist achtsame Bewegung in wichtiger Baustein der Regeneration 360°, da sie einerseits die Gesundheit nachweislich fördert und andererseits durch die facettenreiche Berglandschaft eine wahre Augenweide ist.

Unendlich heilsam - der Infinity Pool



© Hotel Pfösl / Patrick Schvienbacher

Die Leichtigkeit des Seins: Zu den Highlights im Hotel Pfösl gehört ohne Zweifel der traumhaft schöne Panorama Infinity Pool, gefüllt mit heilsamen Solewasser. Die Temperatur von 35° Grad Celsius ist ideal für den Organismus, wohltuend und energetisierend. Der Einsatz einer natürlichen Salzlösung sorgt für eine zusätzliche Desinfektion des Wassers, ohne dabei die Augen zu reizen oder die Haut auszutrocknen.

Geheizt wird der 25 Meter lange Pool, wie auch der gesamte Wellnessbereich, von einem benachbarten Holzbetrieb mit Biomasseheizwerk. Perfekter, nachhaltiger Badespaß - inklusive einer einmaligen Aussicht auf die majestätische Bergkulisse des Rosengarten-Latemar, der zum UNESCO Weltnaturerbe Dolomiten zählt.