

Style

22

Schweizer Wellbeing-Oasen klassieren sich in den Top 40. Österreich ist mit acht Häusern vertreten, Deutschland mit sieben.

10 000

Quadratmeter gross ist der Spa-Bereich im neuen Bürgenstock Resort.

40

Millionen Franken steckt das Grand Resort Bad Ragaz nächstes Jahr in die Renovierung des Quellenhof-Flügels.

1
Schloss Elmau
Das Hotel
in Bayern
ist das Mass
aller
Wellness-
Dinge.



eine Aromaölmassage, selbst wenn der Therapeut sofort merkt, dass für den Gast eigentlich eine ganz andere Behandlung sinnvoller wäre.

Spa-Wellen mit Weitblick

Eine weitere Tendenz zeichnet sich ab. Spa-Hotels in atemberaubender Naturszenerie machen von sich reden. Das **Lefay Resort** (13) am Gardasee zählt dazu und die **Adler Mountain Lodge** auf der Seiser Alm (24). Jüngstes Vorzeigebeispiel sind die miteinander verbundenen Fünf- und Vier-Sterne-Häuser **Bürgenstock Hotel & Palace Hotel**, die sich direkt auf den fünften Platz katapultieren konnten. Der neu erweckte touristische Leuchtturm der Zentralschweiz lässt keinen Spa-Wunsch offen, allerdings muss man die rekordhaft klingenden 10 000 Quadratmeter Wellness-Zone in Relation zu mehreren hundert Hotelgästen sowie zusätzlichen Tagesbesuchern setzen – Letztere bezahlen für einen dreistündigen Eintritt wochentags 95 Franken, am Wochenende 150 Franken. Das Hauptrestaurant Spices begeistert, weniger zufriedenstellend ist das Ritz-Coffier, für das der Elsässer Spitzenkoch wohl seinen Namen, nicht jedoch seine Raffinesse zur Verfügung gestellt hat. Weiterer Flop: An späten Samstag- und Sonntagmorgen, wenn (wie voraussehbar) alle gleichzeitig zum Frühstück kommen, stehen zu wenige Plätze für alle Gäste zur Verfügung. Unverändert fabelhaft auf Sinne und Gemüt wirkend sind das **Tschuggen Grand Hotel** in Arosa und das **Alpina Gstaad**. Sie belegen den zweiten und dritten Platz in den Relax-Ranglisten, tauschen aber die Reihenfolge. Neu dabei sind hierzulande das **Carlton St. Moritz** und das **Park Hotel Vitznau** (beide auf Rang 13). Bestes Hotel in Österreich bleibt das kinderfreie **Posthotel Achenkirch** (10), gefolgt vom aufholenden **Interalpen-Hotel Tirol** (17) bei Seefeld und den drei Neueinsteigern **Burg Vital Resort** (20) in Lech am Arlberg, **Stanglwirt** (24) bei Kitzbühel und **Stock Resort** (33) im Zillertal. In Deutschland fanden **Das Tegernsee** (28) in Oberbayern und das **Bergkristall** (36) im Allgäu Einzug in die Spa-Charts. Und das total durchre-

Fortsetzung auf Seite 24

2

Tschuggen Grand Hotel
Das Haus in Arosa gewinnt einen Rang.



3

The Alpina Gstaad
Das Hotel behauptet sich auf dem Podest.



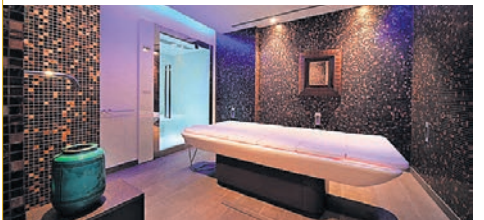
Spa-Awards 2018

► **Bestes Anti-Aging-Programm:**
Victoria-Jungfrau, Interlaken



Der Kampf gegen das Altern ist zwar nicht zu gewinnen, aber es zu mildern und hinauszuzögern, das geht – wie die therapeutischen Strategien des viertägigen «Better-Aging-Break» im Victoria-Jungfrau beweisen. Die genussbetonte Atmosphäre des Grandhotels mag für den kurenden Gast zunächst eine kleine Herausforderung sein, doch führt das Fehlen von jeglichem Klinik-Groove zu einer wunderbaren Leichtigkeit des Seins und ist irgendwie auch eine Art Alltagsstet: Habe ich die innere Ausgewogenheit schon so sehr inne, dass diese auch hier in dieser sinnenfreudigen Umgebung hält?

► **Beste Detox-Kur:**
Palace Merano, Meran



Entgiftung, Entschlackung und Revitalisierung stehen im Mittelpunkt der einwöchigen Kur, die von Henri Chenot und seiner Frau Dominique über die letzten vier Jahrzehnte perfektioniert wurde. Zusammen mit achtzig Ärzten und Therapeuten verschiedener

Fortsetzung auf Seite 24

Das bessere Ich

Die «Handelszeitung» kürt zum sechsten Mal die 60 besten Spa-Hotels in der Schweiz und im benachbarten Ausland.

CLAUS SCHWEITZER

Der Januar kann die schlimmste aller Zeiten sein. Nach einem stressigen Dezember mit ausgelassenem Feiern, frei fließendem Champagner und gefrässiger Überernährung ist die Umstellung auf den «Neues Jahr, neues Ich»-Modus eine echte Herausforderung. Der Katzenjammer nach den Festtagen lässt sich jedoch abmildern, wenn man für ein paar Tage in eine Wellbeing-Oase oder in einen Gesundheitstempel abtaucht und seinem Körper das zurückgibt, was ihm vom letztjährigen Wahnsinn geraubt wurde.

Spa ist Kult und die Spa-Hotels sind seine Huldigungsstätten. Genutzt werden sie von zwei Typen von Erholungssuchenden: Einerseits den Genussmenschen, die sich nach einem Zufluchtsort zum Entschleunigen und Auftanken sehnen, an dem sie das innere Gleichgewicht zurückgewinnen und ihr Leben in gesündere Bahnen lenken können. Andererseits von den Selbstoptimierern, die körperlich und emotional richtig berührt werden möchten und von einer Spa-Auszeit individuelle und dauerhaft wirkende Lösungen für ihre Züpplein erwarten.

So oder so: «Das Bewusstsein, dass gesundheitliche Prävention eine gute Sache ist, wächst stark, deshalb geht es selbst in einfachen Wellnesshotels mehr ohne das Versprechen auf hohe therapeutische Kompetenz und einen klaren gesundheitlichen Nutzen», sagt Corinne Denzler, Direktorin der Tschuggen-Hotelgruppe.

Demgegenüber legen zeitgemässe Health-Retreats in puncto Ambiente und Gaumenfreuden zu. Ihr Geschäftsmantra: Gesundheit kann auch sexy sein! Immer mehr Stressgeplagte nehmen das ernst und investieren lieber vorbeugend in ihre Gesundheit, als sich – wie früher üblich – erst dann um die eigene Gesundheit zu kümmern, wenn das Problem einmal da ist.

Neue Lebensenergie tanken

Ein Blick auf die Bestenliste der führenden Wellbeing-Oasen in der Schweiz und im benachbarten Ausland zeigt: In jedem der 40 in dieser Kategorie gerankten Tophotels geht Wellness weit über die einfache Entspannung hinaus. Mehr noch: Jedes Haus sorgt auf seine ganz eigene Art für körperliche und seelische Wow-Erlebnisse mit Tiefgang und Langzeiteffekt (siehe Tabelle).

Schloss Elmau, der wiederholte Spitzenreiter, hat den Begriff «Wellbeing» von Anfang an vielschichtiger interpretiert als die gesamte Konkurrenz; und die neueste Entwicklung geht in Richtung Mental Detox. «Viele unserer Gäste wollen von einem Aufenthalt bei uns nicht nur einen gesunden Körper, sondern auch einen klaren Geist nach Hause bringen», sagt Schlossherr Dietmar Müller-Elmau. Egal mit welchem Ziel man ins bayerische Hochtal am Fuss des Wetterstein-Gebirges reist: Hier ist der Januar nicht die schlimmste aller Zeiten, sondern kann zur besten aller Zeiten werden.

Auffallend ist der anhaltende Trend zu Medical Wellness – immer mehr Spa-Hotels integrieren

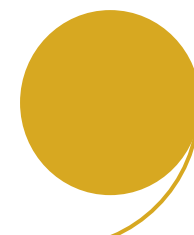
diese mehr oder weniger überzeugend als exklusive Nische in ihr Angebot. Am stimmigsten gelingt die Zusammenführung von Wellness und Medizin derzeit dem **Victoria-Jungfrau** (Rang 10) in Interlaken. Das engagiert geführte Grandhotel mag noch bauliche Schwachstellen abarbeiten haben, doch ist der viertägige «Better-Aging-Break» die perfekte Initialzündung für jeden, der gezielt Ungleichgewichte korrigieren und seine Jugendlichkeit bewahren will.

Das Gesundheitsprogramm ist aufgrund eines kompletten Checkups bei einem Arzt und einem Osteopathen stark individualisiert und basiert auf einem ausgetüftelten Mix aus Heilmethoden aus aller Welt. Dem medizinischen Hintergrund wird

grosse Bedeutung beigemessen, gleichzeitig ist der «Break» so genussvoll angelegt, dass kein Gast einen Grund hat zu schummeln. Vor allem soll das Ganze auch funktionieren, wenn man als Familie oder Paar anreist und nur einer das Programm absolviert. Der persönliche Ernährungsplan, der nichts ausschliesst und Lieblings-speisen in deren Zusammenstellung optimiert, macht es möglich und hält den Futterneid im Restaurant La Terrasse in Grenzen. Betrachtet man Hans-Peter Veit, den fünfzigjährigen Spa-Leiter, kann es nicht schaden, sich zum Dinner ein Gläschen vom hauseigenen Weingut Cos d'Estournel zu genehmigen.

Veit, der sich mit liebenswürdiger Effizienz um einen fließenden Ablauf jeder einzelnen Better-Aging-Kur kümmert und sich bereits bei einem «Pre Arrival Call» ein paar Tage vor dem Aufenthalt telefonisch über spezifische Ziele und Eigenheiten des Gastes informiert, ist das wesentliche Unterscheidungsmerkmal zum fast identischen Gesundheitsangebot im Schwesterhotel **La Réserve Genève** (Rang 7), wo alles etwaslässiger, aber gelegentlich auch nachlässiger gehandhabt wird.

Bemerkenswert in beiden Luxusherbergen ist die interne Wertschätzung für hochtalentierte Therapeuten. «Unsere Spa-Mitarbeiter sollen ihr spezifisches Können und ihren therapeutischen Instinkt in eine Behandlung einbringen können, sofern dies vom Gast gewünscht wird», betont Veit. Was einschmeichelt, ist längst nicht überall selbstverständlich. In viel zu vielen Wellnesshotels agieren die Spa-Teams rothaarhaft nach standardisierten Abläufen. Eine Aromaölmassage bleibt



JEDES DER 40 TOPHOTELS SORGT FÜR EIN WOW-ERLEBNIS.

Die 40 besten Wellbeing-Oasen für Genussmenschen – zum Relaxen und Entscheunigen

Schloss Elmau setzt zum sechsten Mal in Folge den Goldstandard, gefolgt von Tschuggen Arosa und Alpina Gstaad, welche die Plätze tauschen. Die Schweiz ist mit 22 Relax-Oasen in den Top 40 vertreten, Österreich mit 8, Deutschland mit 7 und Italien mit 3 Hotels.

Rang 2018	Rang 2017	Hotel, Ort/Region	Stil und Ambiente	Wellness-Infrastruktur	Spa-Behandlungen	Lage und Umgebung	Zimmer	Küche	Service	Total Punkte
1	1	Schloss Elmau, Elmau/Oberbayern	10	10	10	10	9	10	10	69
2	3	Tschuggen Grand Hotel, Arosa	9	10	10	9	9	10	10	67
3	2	The Alpina Gstaad, Gstaad	10	8	10	9	10	9	10	66
4	4	The Dolder Grand, Zürich	10	7	9	10	10	10	9	65
5	(neu)	Bürgenstock Hotel & Palace Hotel, Obbürgen	9	10	9	10	9	8	7	62
6	6	Sonnenalp Resort, Osterschwang/Allgäu	9	7	10	9	8	9	9	61
7	(*)	La Réserve Genève, Genf-Bellevue	10	7	10	5	9	10	9	60
7	5	Bareiss, Bialersbronn/Schwarzwald	10	9	10	4	7	10	10	60
7	8	Eden Roc, Ascona	8	5	10	10	8	10	9	60
10	8	Posthotel Achenkirch, Achenkirch/Tirol	10	10	10	4	8	8	9	59
10	7	Gstaad Palace, Gstaad	10	5	9	9	9	8	9	59
10	12	Victoria-Jungfrau, Interlaken	8	8	10	7	8	9	9	59
13	10	Kulm Hotel St. Moritz, St. Moritz	8	6	9	8	8	10	9	58
13	27	Lefay Resort, Gargnano/Gardasee	8	7	9	8	7	9	9	58
13	12	Le Grand Bellevue, Gstaad	9	7	9	6	8	9	10	58
13	(neu)	Carlton St. Moritz, St. Moritz	8	4	10	9	10	9	8	58
17	(neu)	Park Hotel Vitznau, Vitznau	8	3	7	10	10	10	9	57
17	21	Interalpen-Hotel Tirol, Seefeld/Tirol	7	7	7	10	9	9	8	57
17	10	Lenkerhof, Lenk im Simmental	8	9	7	7	7	10	9	57
20	21	Grand Hotel Kronenhof, Pontresina	10	5	9	8	7	8	9	56
20	12	7132 Hotel, Vals	9	10	6	5	8	10	8	56
20	(neu)	Burg Vital Resort, Lech am Arlberg	8	3	10	9	8	9	9	56
20	16	Giardino Ascona, Ascona	8	5	10	6	7	10	10	56
24	23	Parkhotel Bellevue, Adelboden	10	4	7	8	8	8	10	55
24	16	Adler Mountain Lodge, Seiser Alm/Südtirol	10	3	7	10	10	7	8	55
24	19	Waldhaus Sils, Sils Maria	10	5	8	10	7	7	8	55
24	(neu)	Stanglwirt, Going/Tirol	9	10	7	7	8	6	8	55
28	19	Ermitage, Schönried ob Gstaad	8	7	10	8	5	7	7	53
28	(neu)	Das Tegernsee, Tegernsee/Oberbayern	9	5	6	10	8	7	8	53
30	23	The Chedi, Andermatt	10	4	7	2	9	10	10	52
30	25	Waldhaus Flims, Flims	7	7	7	9	7	7	7	52
30	(neu)	Meisters Hotel Irma, Meran/Südtirol	9	4	6	8	7	8	10	52
33	28	Beatus, Merligen am Thunersee	6	7	8	10	6	6	8	51
33	(neu)	Stock Resort, Finkenberg/Tirol	7	9	8	7	6	6	8	51
33	32	Jungbrunn, Tannheim/Tirol	8	8	6	8	7	7	7	51
36	(neu)	Bergkristall, Oberstaufen-Willis/Allgäu	8	5	5	10	7	6	9	50
37	29	Alpenresort Schwarz, Mieming/Tirol	6	9	8	9	6	4	7	49
38	33	Jagdhof, Neustift/Tirol	8	6	7	4	6	8	9	48
39	31	Das Kranzbach, Krün/Oberbayern	8	9	10	10	7	6	7	47
40	34	Hubertus, Balderschwang/Allgäu	9	3	8	5	7	6	8	46

*Ausgewertet: zuvor Rang 4 in der Kategorie «Gesundheitsstempel». So wurde bewertet: Grundtagen der beiden Ranglisten sind eine Umfrage bei 54 Spa-Experten, Hotelprofis und Reiseveranstaltern, Wertungen bedeutender Fachpublikationen und Testportale sowie die Erfahrungen des Autors vor Ort. Berücksichtigt wurden alle relevanten Spa-Hotels in der Schweiz und im benachbarten Ausland, höchstens pro Bewertungskategorie: 10 Punkte. Total: 70 Punkte. Zusammenstellung: Claus Schweitzer.

4

The Dolder Grand
Hoch über Zürich und ganz weit oben im Ranking.



5

Bürgenstock Hotel & Palace Hotel
Der Newcomer schafft es auf Anhieb in die Top-Liga.



Fortsetzung von Seite 23

Das bessere Ich

vierte **Sonnenalp Resort** (6) nahe dem Bodensee toppt erstmals das **Bareiss** (7) im Schwarzwald. Beide Traditionshäuser betreiben einen Kult um die jeweilige Eigentümerfamilie und beide eignen sich hervorragend für sogenannte «Clanning»-Ferien – also Ferien im Clan von Gleichgesinnten. Viele Stammgäste reisen gleich in zwei oder drei Generationen an, was sich zu Schulferienzeiten in einer teilweise übertriebenen Kinderfreundlichkeit mit entsprechend temperamentvollem Betrieb in Schwimmbädern und Restaurants spiegelt.

Ob familiär oder glamourös, cool oder romantisch, am See oder in den Bergen: Das A und O jedes guten Spa-Hotels ist die Erschaffung unvergesslicher Wellbeing-Momente. Yasmin Cachemaille, die mit ihrem Mann Urs Grimm das Victoria-Jungfrau führt, bringt es auf den Punkt: «Das Wesentliche ist, dass der Gast auf subtile Art einen Wellbeing-Faden spürt, der sich durchs ganze Hotelerlebnis zieht.»

Health is Wealth

Die Zeit der reinen Pampering-Spas ist abgeläufen – die Zeit der architektonisch und atmosphärisch gesichtslosen Gesundheitszentren ebenso.

Einer der Ersten, die es verstanden haben, medizinischen Ferien den Anstrich von Chic und Eleganz zu verleihen, war Henri Chenot. Sein **Palace Merano**, das sich 2018 als alleiniger Sieger unter den Health-Retreats behauptet und idyllisch in einer Gartenanlage am Rand der Meraner Altstadt liegt, zählt weder zu den neusten noch zu den publicityträchtigsten Gesundheitshotels, dafür zu den vollkommensten über viele Jahre. Der Palast des bewussten Lebens ist das beste Beispiel dafür, dass eine gewisse Magie entstehen kann, wenn talentierte und passionierte Menschen unermüdlich daran arbeiten, einen bereits wunderbaren Ort noch besser und schöner zu machen – und wie wichtig es ist, auf viele langjährige Mitarbeiter zählen zu können.

Hier entschleunigen ausgepowerte Topmanager, stilbewusste Models und teilweise weltberühmte Leute, die nicht gesehen werden wollen – und unterziehen sich ohne Wenn und Aber dem strengen, individuell massgeschneiderten Gesundheitsregime. Hat man die ersten drei entbehrungsreichen Entgiftungstage hinter sich gebracht und gelernt, bewussten Verzicht nicht als Selbstkasteiung zu betrachten, sondern als ein Geschenk, um den Kopf frei zu kriegen und den Körper auf Trab zu bringen, fühlt man sich wie neu geboren. Im neuen Jahr wird das begleitende Sportprogramm durch Outdoor-Aktivitäten ergänzt.



Während man sich im Palace Merano in heiterstimmendem Belle-Époque-Ambiente regeneriert, setzen die beiden zweitplatzierten Schwesterbetriebe **Lanserhof Lans** in Tirol und **Lanserhof Tegernsee** in Oberbayern auf zeitgemäss coole Gemütlichkeit mit klaren Linien und einem Hauch von Zen. Vor allem im frisch sanierten und erweiterten Lanserhof Lans, dem «Original» seit mehr als dreissig Jahren, wird der Detailpflege so grosse Aufmerksamkeit zuteil, dass man sich nie als Patient und stets als Hotelgast fühlt.

Die Ärzte- und Therapeutenteams arbeiten mit einer tüchtigen Portion Sendungsbewusstsein am grossen Ziel: den Lanserhof-Gast in eine rundum erneuerte Version seiner selbst zu verwandeln und dabei alles zu beseitigen, zu verhindern oder zumindest zu verzögern, was krank und alt macht.

Im Mittelpunkt steht das sogenannte Lans Med Concept, das traditionelle Naturheilverfahren und neuestes medizinisches Fachwissen vereint. Im Zweifelsfall kommen Untersuchungen im Schlaflabor, eine 24-Stunden-Messung des vegetativen Nervensystems oder eine Kapsel-Endoskopie zur Beurteilung des gesamten Verdauungssystems zum Einsatz.

Nutzt er alle Möglichkeiten, kostet das den Gast schnell und ohne weiteres über 1000 Euro pro Tag. Aber wer fragt schon nach dem Preis, wenn am Ende der Kur das Glück von mehr Gesundheit und weniger Gewicht steht?

Das **Grand Resort Bad Ragaz** (Rang 4) punktet mit einer enormen Vielfalt an medizinischen Disziplinen. Und falls die hoch spezialisierten Fachärzte,

Dermatologen und Gynäkologen, Neurologen und Internisten nicht weiterwissen (oder ihre Antworten zu radikal ausfallen), haben alternativ ausgebildete Experten Termine frei. Vom Meister der Traditionellen Chinesischen Medizin über den Psychotherapeuten bis zum plastischen Chirurgen ist in Bad Ragaz so ziemlich jede Schule vertreten. Die Ostschweizer Gesundheitsbastion, deren Quellenhof-Trakt im ersten Halbjahr 2019 für 40 Millionen Franken rundum erneuert wird, spürt mehr als andere Schweizer Luxushotels den Einbruch bei den Zahlen arabischer Gäste und kämpft mit dem schwierigen Spagat, gleichzeitig Wellness, klinische Regenerationsaufenthalte und Tagungen anzubieten.

Dass die Ansprüche dieser Gästesegmente zu unterschiedlich und nur in Ausnahmefällen gewinnend in Einklang zu bringen sind, haben die Planer des **Waldhotel Health & Medical Excellence** (Rang 7) frühzeitig erkannt. Das Gesundheitszentrum des Bürgenstock Resorts, als eigenes Hotel ein paar hundert Meter vom restlichen Hotelkomplex entfernt im Grünen erstellt, fokussiert auf die Bereiche postoperative Rekonvaleszenz, Treatments für Burn-out-Patienten, medizinische Kontrolluntersuchungen und Gewichtsregulation mit entsprechender Ernährungsberatung. Anders als im benachbarten Bürgenstock Hotel geht es hier nicht um Entscheidungen wie «Heute lieber Peeling oder Pediküre?», sondern um die Frage: «Wie fühle ich mich?» Das Waldhotel eignet sich für alle, die sich vertrauensvoll in kompetente Hände begeben möchten, um körperlich und geistig wieder in die Balance zu kommen.

Das **Hof Weissbad** (Rang 9) im Appenzellerland, das seit mehr als zwanzig Jahren viele Möglichkeiten für eine gesunde Auszeit in lockerer Atmosphäre bietet, steckt gerade selber in einer Verjüngungsphase. Bis Ende Februar werden alle Zimmer und Badezimmer sowie die Hotelhalle und zwei Restauranträume vom Zürcher Architekturbüro Grego komplett renoviert. Langfristig sind zudem zwölf Baumhäuser auf dem heutigen Tennisplatz-Areal geplant, das im Herbst 2018 aufgegeben wird.

Die Modernisierungen weisen in die richtige Richtung, nämlich vom Altersheim-Image der Schweizer Gesundheitszentren wegzukommen und ein jüngeres Publikum anzusprechen. Das **Hotel Post Bezaun** (Rang 5) im Bregenzerwald macht uns exemplarisch vor, wie man Gesundheitsferien neu definieren, den klassischen Kurgedanken entstauben und die Generationen X und Y mit naturverbundener Medical Wellness dazu motivieren kann, frühzeitig in sich selbst zu investieren.

Claus Schweitzer ist Autor des umfassenden, soeben bei Hallwag Kümmerly+Frey erschienenen Buchs «Reiseziel: Ich – 100 beste Wellbeing- und Gesundheitshotels zum Relaxen und Revitalisieren».

Fortsetzung von Seite 23

Spa-Awards 2018

Disziplinen kombinieren die beiden eine ausgeklügelte Form der Trennkost mit Hydrotherapie, Fango-Packungen und chinesischer Medizin und nennen das Ganze Biontologie – Wissenschaft des optimalen Alterns. Zum Gelingen der Detox-Kur trägt das Serviceverständnis im ganzen Haus bei: Die Mitarbeiter sind sichtlich stolz, Teil eines Teams von Menschen zu sein, die so positiv auf andere Menschen wirken.



► Beste medizinische Kompetenz: Grand Resort Bad Ragaz

Das weitläufige Health-Resort mit fast 180-jähriger Bäderkultur steht unter der schopenhauerschen Devise: «Es gibt tausend Krankheiten, aber nur eine Gesundheit.» Letztere wird hier von einer Heerschar an hoch spezialisierten Ärzten und Therapeuten gestärkt, darunter einige der besten ihres Fachs. Strategisches Ziel der Geschäftsführung ist es, das biblische Durchschnittsalter der Gäste zu senken und vermehrt Voraussetzungen zu schaffen, um auch für jüngere Gesundheitsbewusste attraktiv zu sein.



► Bestes europäisches Ayurveda: Ayurveda Resort Sonnhof, Thiersee/Tirol

Ayurvedakuren sind anstrengend. Deshalb muss man seine Energie nicht unbedingt auf langen Fernflügen, mit Klimaveränderung und Zeitumstellung verplempern. Richtig gute, auf Ayurveda spezialisierte Hotels gibt es auch in unserer Nähe. Das beste 2018 ist der Sonnhof in Tirol. Das Therapeutenteam sieht sich als Türöffner der Veränderung und passt die jahrtausendealte indische Heilkunst subtil europäischen Bedürfnissen an. Ein Aufenthalt im schönen Betrieb der Gastgeberfamilie Mauracher ordnet die Gedanken neu, belebt den Körper und lässt den Gast erholt und energiegeladener in die hektische Welt zurückkehren.



► Beste Kosmetikbehandlungen: Sonnenalp Resort, Ofterschwang/Allgäu

Wer wünscht sich das nicht: im neuen Jahr frisch und jugendlich aussehen? Das Sonnenalp Resort ist in puncto Schönheitsanwendungen auf der Höhe der Zeit und kommt mit apparativer Kosmetik dem Wunsch vieler Gäste nach sofort sichtbaren Ergebnissen entgegen. Neben Microneedling, Microdermabrasion und der Ultraschall-Saugwellenmassage ist das Jet-Peel der Renner. Die völlig schmerzlose Hightech-Behandlung, bei der ein Luft-Wasser-Vitalstoff-Gemisch mit 720 km/h bis zu 4 Millimeter in die Haut eindringt, führt ohne Botoxspritzen und giftige Substanzen zu glatterer Gesichtshaut und spricht auch Männer an.

Die 20 besten Gesundheitstempel für Selbstoptimierer – zum Revitalisieren und Entgiften

Das Palace Merano toppt im qualitativen Gesamtvergleich die beiden zweitplatzierten Lanserhof-Betriebe in Lans und am Tegernsee. Das Grand Resort Bad Ragaz verliert etwas an Strahlkraft, während das Hotel Post Bezaun auch junge Selbstoptimierer zu begeistern versteht.

Rang 2018	Rang 2017	Hotel, Ort/Region	Stil und Ambiente	Wellness-Infrastruktur	Gesundheitsangebot	Lage und Umgebung	Zimmer und Suiten	Küche	Service	Total Punkte
1	1	Palace Merano, Meran/Südtirol	10	5	10	8	8	9	10	60
2	(neu)	Lanserhof Lans, Lans bei Innsbruck	10	5	10	8	9	8	9	59
2	1	Lanserhof Tegernsee, Marienstein/Oberbayern	10	5	10	9	10	8	7	59
4	3	Grand Resort Bad Ragaz, Bad Ragaz	6	10	10	4	9	10	9	58
5	6	Hotel Post Bezaun, Bezaun/Bregenzerwald	10	5	9	7	7	8	9	55
5	5	Villa Stéphanie im Brenners Park-Hotel, Baden-Baden	9	3	10	10	8	6	9	55
7	(neu)	Waldhotel Health & Medical Excellence, Obbürgen	9	5	9	8	9	7	7	54
8	7	Adler Balance, Val Gardena/Südtirol	8	9	8	6	8	6	8	53
9	8	Hof Weissbad, Weissbad bei Appenzell	6	4	10	7	5	9	10	51
10	10	Vivamayr Altaussee/Salzammergut	8	3	8	9	8	5	9	50
11	14	Clinique La Prairie, Montreux	7	3	10	8	7	5	7	47
12	9	Ayurveda Resort Sonnhof, Thiersee/Tirol	8	3	7	7	6	6	9	46
13	12	Haubers Alpenresort, Oberstaufen/Allgäu	5	5	6	9	6	5	9	45
14	(neu)	Parkresort Rheinfelden, Rheinfelden	5	7	9	7	5	5	6	44
15	15	Schüle's Gesundheitsresort, Oberstdorf/Allgäu	5	4	7	8	5	5	9	43
16	(neu)	Rickatschwende, Dornbirn/Vorarlberg	6	3	7	9	5	5	7	42
17	(neu)	Park Igls Gesundheitszentrum, Igls/Tirol	5	3	7	7	5	5	9	41
18	(neu)	Oberwald Kurhotel & Privatklinik, St. Gallen	3	3	7	8	4	5	8	38
19	(neu)	Gesundhotel Bad Reuthe, Reuthe/Bregenzerwald	4	5	7	5	5	5	6	37
20	(neu)	Buchinger Wilhelmi, Überlingen/Bodensee	3	3	9	8	3	4	5	35

Methodik: Siehe Box «Die besten Wellbeing-Oasen».

Zusammenstellung: Claus Schweitzer