



Pressemitteilung · uschi Liebl pr

Juni 2022

Reise zum Ich

Das Posthotel Achenkirch als ganzheitlicher Kraftort

Nur wenn Körper, Geist und Seele im Einklang sind, fühlen wir uns wirklich wohl. Darauf basierend lädt das Posthotel Achenkirch im österreichischen Tirol zu einer Reise zum Ich ein. Als Spielplatz für Erwachsene regt das Fünf-Sterne-Hotel dazu an, sich wieder zu entdecken und bewusst mal etwas Neues zu wagen, um ganzheitlich wieder in Fluss zu kommen. Körperlich Kraft tanken beim Golf, Tennis oder Wandern, während Geist und Seele beim Tai Chi mit dem Shaolin-Meister oder bei wohltuenden TCM-Anwendungen neue Energie schöpfen. In dem Adults-only-Hotel haben Gäste auf 36.000 Quadratmetern viel Raum und Ruhe, um wieder zu sich selbst zu reisen.

Sportlich gesehen haben Gäste des Posthotel Achenkirch die Wahl aus einem vielfältigen Angebot, um die körperliche Kraft zu trainieren. Das Haus verfügt beispielsweise über einen eigenen 9-Loch Golfplatz, der auf einem sonnigen Hochplateau liegt und von Anfängern wie Profis gleichermaßen geschätzt wird. Ausgebildete Trainer unterstützen gerne bei der Technik am Abschlag oder auf dem Grün. Auch beim Tennis oder Squash können Bälle geschlagen werden. Hierfür stehen im Hotel sowohl Sandplätze wie auch Indoorhallen bereit und das benötigte Equipment kann vor Ort ausgeliehen werden. In den großzügigen Fitnessräumen lässt sich beim Kraft- und Ausdauertraining die körperliche Fitness steigern – auf Wunsch fordert ein Personal Trainer alle Muskelgruppen gezielt heraus. Wahrlich einzigartig ist die private Lipizzanerzucht des Posthotel Achenkirch, die als eine der größten in Europa gilt. Die neun Lipizzaner stehen Gästen zum Reitunterricht in der hoteleigenen Reithalle, auf dem Freireitplatz mit zertifizierten Reitlehrern oder für einen Ausritt durch die umliegende Natur zur Verfügung. In unmittelbarer Nähe zum wunderschönen Tiroler Achensee gelegen, gilt das Posthotel Achenkirch zudem als perfekter Ausgangsort zum Wandern,



Biken oder zum Stand-Up-Paddling (SUP), Kitesurfen oder Segeln auf dem klaren Wasser des Bergsees.

Wer den Blick eher nach Innen richten möchte, der kann beim Thai Chi, Shaolin Kung Fu, Qi Gong oder bei der Meditation im Dojo Raum mit dem Shaolin-Meister mental neue Kraft schöpfen. Liang Shi Jie stammt aus dem buddhistischen Kloster in der chinesischen Provinz Henan und führt als Zen-Meister in das Denken der Zen-Philosophie ein. Das Leben im Hier und Jetzt ist dabei zentral und die Anstrengungen des Alltags rücken schnell in den Hintergrund. Unterstützend wirken Behandlungen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), die mittels Akupressur, Akupunktur und Massage den Energiefluss und das Nervensystem stimulieren. Die TCM-Fachärztin des Hauses, Hu Ji, nimmt sich höchstpersönlich dem Wohlbefinden der Gäste an und hilft ihnen das innere Gleichgewicht wiederherzustellen. Wichtiger Bestandteil der mehr als 2.000 Jahre alten Heilkunde, ist die Ernährung nach den Fünf Elementen. Diese steht den Gästen bei den täglich wechselnden Menüs, neben feinsten Tiroler Alpenküche mit Produkten aus der eigenen Landwirtschaft, zur Verfügung. Als Ort der Entspannung dient die großzügige Wellness- und Saunalandschaft des Traditionshauses. Auf 7.000 Quadratmetern kommen Geist und Körper im Ying Yang Pool, im versunkenen Tempel oder im Zen-Garten zur Ruhe.

Pressekontakt Posthotel Achenkirch

Theresa Kögler
uschi Liebl pr, emil-geis-str. 1, 81379 münchen
tel. +49 89 7240292-18, fax +49 89 7240292-19
e-mail: tk@liebl-pr.de