



Erwachsenen-Resort in den Tiroler Bergen **Urlaubskosmos für eine „Reise zum Ich“**

Der glasklare Achensee in der prachtvollen Kulisse des Karwendel-Gebirges ist ein Juwel für Menschen, die die Ruhe genießen und in der Natur Kraft schöpfen möchten. Das **Posthotel Achenkirch** gilt als besonderer Kraftplatz in den Alpen. Das **exklusive Wellnessrefugium** ist Gästen **ab 14 Jahren** vorbehalten. Erwachsenen liegt eine vielfältige Welt zu Füßen, um Körper, Geist und Seele Gutes zu tun. Das **Fünf-Sterne-Hotel** ist eines der ersten und **größten Wellnessresorts** in Österreich. 7.000 m² SPA, Beauty und Wellness sind die Herzensangelegenheit der Gastgeber – ihres Zeichens Wellness-Pioniere seit 35 Jahren. Bis zu **60 Stunden Aktiv- und Entspannungsprogramm** mit Meditationen, Qi Gong, Yoga- und Achtsamkeitsretreats bringen Balance ins Leben. Letztes Jahr wurde anlässlich des **100-Jahre-Jubiläums** des Posthotels das **neue Stammhaus** eröffnet: Mit Bistro und **Mitmachküche**, mit **einem Gesundheitsrestaurant**, einem großen **Kraftraum** zum Trainieren und **SigNature Suiten**. Für Feinschmecker erfüllt sich Genuss auf höchstem Niveau. Die Gourmetküche des Hauses ist mit **zwei Hauben** ausgezeichnet.

High-EnerQi aus den Alpen und fernöstliche Heilkunst

Das Posthotel Achenkirch verbindet das heilkundige Wissen der **Traditionellen Chinesischen Medizin** mit dem modernen Anspruch an Wohlfühlurlaub und **heilsamen Gesundheitsanwendungen** in den Tiroler Bergen. Im **Gesundheitsrestaurant TENZO** kommen Gäste des Wellnesshotels in den Genuss spezieller Speisen, die das **Yin oder Yang** aufbauen. Ein einfacher Selbsttest gibt Aufschluss darüber, welche Gerichte einem guttun. Dazu bereichern **vegane, weizen- und laktosefreie Gerichte** den wohltuenden Ernährungsplan. Die frischen Heilkräuter aus dem Garten, viele gehaltvolle Bio-Zutaten aus heimischer Landwirtschaft, ausgleichende Gemüse und Obstsorten, saisonal nach

Weitere Informationen:
Posthotel Achenkirch GmbH
A-6215 Achenkirch am Achensee, Achenkirch 382
Tel.: +43/(0)5246/6522
E-Mail: info@posthotel.at
www.posthotel.at

Media Kommunikationsservice GmbH
PR-Agentur für Tourismus
A-5020 Salzburg, Bergstraße 11
Tel. +43/(0)662/87 53 68-127
Fax: +43/(0)662/87 95 18-5
<http://www.mk-salzburg.at>
E-mail: office@mk-salzburg.at



den Jahreszeiten zubereitet, verleihen Kraft und Energie. **Chinesische Fachärzte** unterstützen Gäste des Posthotel Achenkirch auf dem „Weg ins Glück“. Die Stimulierung der Akupunkturpunkte, Moxibustion und Tuina-Massagen kommen ebenso zur Anwendung wie **Qi Gong** und **Tai Chi**. Spezielle **Ernährungscoachings** und Beratungen des TCM-Arztes helfen, Dysbalancen auszugleichen. Ein **Shaolin-Meister** aus dem buddhistischen Kloster in der chinesischen Provinz Henan bietet im Posthotel Achenkirch **Shaolin-Behandlungen** an. Diese regen den Blut- und Lymphfluss an, lösen Verspannungen und beruhigen das Nervensystem.

Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

Sport und Bewegung beleben. Die **Fitness-Welten** im Posthotel Achenkirch geben Sportbegeisterten ihren ganz persönlichen Freiraum. Die Möglichkeiten für Kraft-, Ausdauer- und Mentaltraining sind unschlagbar. Der **Kraftraum** ist ganz neu. Auf 175 m² stehen modernste Cardio-, Kraft- und Functional-Trainingsgeräte zur Verfügung. Ausgebildete Sporttrainer unterstützen Hotelgäste in Gruppenkursen oder im Rahmen eines **Personal Trainings**. Erfahrene Coaches bieten regelmäßig mehrtägige **Yogakurse** an, die sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet sind. Für Bewegung an der frischen Luft geht es in die umliegende Bergwelt oder an den Achensee: Wassersport, Schwimmen, Tauchen, Stand Up Paddling, Wandern, Mountainbiken, Klettern oder ein paar Abschlüge am **hoteleigenen Alpengolfplatz**. Das **große Outdoor-Fitnessareal** am Hotel mit Trampolin, Boulderwand, Slackline und SYNRGY-BlueSky-Outdoor-Trainingsbereich macht die reine Bergluft zum Begleiter eines Workout. Wer im Posthotel Achenkirch wohnt, den erwarten **sieben Innen- und Außenpools**, Tennis- und Squashhallen sowie ein **Tennis-Freiplatz**. Auch ein **Lipizzaner-Gestüt** befindet sich im Posthotel. Zertifizierte Reitlehrer bieten **Reitkurse**. Romantische Stunden zu zweit versprechen die Kutschenfahrten am Achensee. Fahrräder aller Art können im Hotel ausge-

Weitere Informationen:
Posthotel Achenkirch GmbH
A-6215 Achenkirch am Achensee, Achenkirch 382
Tel.: +43/(0)5246/6522
E-Mail: info@posthotel.at
www.posthotel.at

Media Kommunikationsservice GmbH
PR-Agentur für Tourismus
A-5020 Salzburg, Bergstraße 11
Tel. +43/(0)662/87 53 68-127
Fax: +43/(0)662/87 95 18-5
<http://www.mk-salzburg.at>
E-mail: office@mk-salzburg.at



liehen werden. Geführte **Wander-, Rad- und Mountainbiketouren** begleiten Aktive in die Natur und in die Berge.

Restore, relax, renew

In der Weite der Natur, von Sauna-Landschaft und Wasserwelten beginnt im Posthotel Achenkirch die Seele zu baumeln. Raum zum Loslassen und Genießen gibt es in Hülle und Fülle. Wohltuende Saunaaufgüsse mit ätherischen Ölen, die wohlige Wärme des Yin-Yang-Pools oder die fernöstliche Mystik des Versunkenen Tempels entführen aus Stress und Alltag. Das 20-köpfige Atrium SPA Team – allesamt ausgewiesene Expertinnen ihres Faches – verwöhnt mit **Massagen, Ayurveda Behandlungen, TCM** und **Bädern**. Für wirksame Behandlungen für höchste Ansprüche wurden Signature Treatments entwickelt – vom **Posthotel Kraftrituel** bis zu **Tiroler Steinöl-Behandlungen**. Die Posthotel Achenkirch **Detox Angebote** sind speziell darauf ausgerichtet, den Körper von innen und außen zu erfrischen, ihm neue Energie zuzuführen und schädliche Stoffe zu entziehen. Jeden Monat bietet das exklusive Wellnessrefugium **Retreats**, die einfach guttun. Wer sich eine Auszeit im Sinne von Entspannung und Erneuerung gönnen möchte, der schöpft aus dem Vollen. Ein kleiner Vorgeschmack: **Seelen Wellness** mit Michaela Graham von **05. April bis 11. Mai 2019**, **Hatha Yoga** von **17. bis 23. April 2019**, **Ayurveda Detox Retreat** von **28. April bis 05. Mai 2019**, **Restore, Relax, Renew** von **30. August bis 01. September 2019** u. v. m. Die gesamte Übersicht findet sich auf <https://www.posthotel.at/events>.

Weitere Informationen:
Posthotel Achenkirch GmbH
A-6215 Achenkirch am Achensee, Achenkirch 382
Tel.: +43/(0)5246/6522
E-Mail: info@posthotel.at
www.posthotel.at

Media Kommunikationsservice GmbH
PR-Agentur für Tourismus
A-5020 Salzburg, Bergstraße 11
Tel. +43/(0)662/87 53 68-127
Fax: +43/(0)662/87 95 18-5
<http://www.mk-salzburg.at>
E-mail: office@mk-salzburg.at



Gib mir Kraft
Leistungen: 7 Nächte, 1 Posthotel Signature Treatment „Krafitrual“, 1 Kutschenfahrt – Preis p. P.: ab 1.035 Euro
Wanderglück -zu jeder Jahreszeit
Leistungen: 4 Nächte, 1 Posthotel-Jausenpaket, 1 Kombimassage – Teilmassage mit Fußreflexzonenmassage, Verleih von Walking-Stöcken, Tourenvorschläge und Wanderkarte – Preis p. P.: ab 659 Euro
Golfertage (buchbar von Mai bis Oktober 2019)
Leistungen: 4 Nächte, 3 Greenfees auf dem Posthotel Alpengolf 9 Loch – Preis p. P.: ab 647 Euro
Romantik, Natur und Erholung pur
Leistungen: 3 Nächte, 1 Meersalzbehandlung zu zweit im Private Spa „Zeitlos“: wohltuend öliges Körperpeeling mit anschließendem Entspannungsbad – Preis p. P.: ab 554 Euro
High EnerQi – 3 Tage Kraft tanken bei Wellness und TCM
Leistungen: 3 Nächte inkl. $\frac{3}{4}$ Gourmetpension, tägl. TCM Frühstück, tägl. TCM Mittagsgesicht, 1 x 3-Gänge-Abendmenü nach Wahl im TENZO Gesundheitsrestaurant (Di.–Sa.), Nutzung des 7.000 m ² großen Wellnessbereichs – Preis p. P.: ab 494 Euro

Posthotel Achenkirch – vielfach ausgezeichnet
2 Gault Millau Hauben Falstaff Restaurant Guide 2018 90 Punkte und 3 Gabeln Relax Guide Spa Award 4 Lilien Wellness Heaven 9,49 von 10 Punkten u. v. m.

6.475 Zeichen
**Abdruck honorarfrei,
Belegexemplar erbeten!**

Weitere Informationen:
Posthotel Achenkirch GmbH
A-6215 Achenkirch am Achensee, Achenkirch 382
Tel.: +43/(0)5246/6522
E-Mail: info@posthotel.at
www.posthotel.at

Media Kommunikationsservice GmbH
PR-Agentur für Tourismus
A-5020 Salzburg, Bergstraße 11
Tel. +43/(0)662/87 53 68-127
Fax: +43/(0)662/87 95 18-5
<http://www.mk-salzburg.at>
E-mail: office@mk-salzburg.at