

Entstressen auf fernöstlich

Wer die wahre mentale Entspannung auf fernöstliche Weise sucht, der muss nicht in die Ferne reisen. Das Posthotel Achenkirch in Tirol bietet eine ganze Schatzkiste fernöstlicher Methoden zum Entstressen. Highlight ist ein Shaolin-Meister und Zenbuddhist, der zu Gast in dem 5-Sterne Hotel ist, um die Gäste dabei zu unterstützen, Erholung und innere Ruhe zu finden. Er leitet Tai Chi und Qi Gong Seminare, bietet fernöstliche Massagen und Anwendungen nach traditioneller chinesischer Medizin an. Eigens im Spabereich beschäftigt das Hotel die chinesische Ärztin Dr. Hu Ji ebenfalls für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) wie Akupunktur, chinesische Tuina, Schröpfen, Moxibustion sowie Qi Gong und Tai Chi. Ein Meditationsraum nach tibetanischen Vorbild in einem alten Tiroler Haus und der Saunabereich „Versunkene Tempel“ bieten die perfekte asiatische Hardware. Letzteres ist ein Refugium der Stille und Einkehr im inneren der Erde. Zentrum des versunkenen Tempels bildet ein kreisrunder Meditationsraum, der unter seiner gläsernen Kuppel Elementares birgt: eine Kultstätte für den Körper. Eine von Wasser umrundete Feuerstelle, eine Brücke zwischen Soledom, Drachensauna, Tempelsauna und Eisbrunnen - ein asiatisch inspirierter Ort der Stille für Reinigung und Erneuerung.

Die neueste Errungenschaft ist der Yin Yang-Pool im Innenhof des Hotels. Das runde Becken mit einem Durchmesser von rund zwölf Metern zeigt von oben betrachtet das Yin Yang-Symbol, eine geschwungene Barriere trennt 15° kühles von 33° warmes Wasser. Eine Kneippzone mit Wasserfall und Bachlauf sowie ein Koiteich komplettieren die fantasievolle Wasser-Inszenierung.

Textnummer:po19

1.904 Zeichen

Weitere Informationen

Posthotel Achenkirch, A-6215 Achenkirch/Tirol, Telefon 0043-5246-6522, eMail: info@posthotel.at, Internet: www.posthotel.at