



Fotos: Dominik Katz

Das moderne Wellnessresort an der Mosel bietet seinen Gästen mehrtägige exklusive Retreats, unter anderem mit Yoga-Lehrerin und Heilpraktikerin Nicole Praß-Anton.



Abschalten & Auftanken

Das schicke Moselschlösschen Spa & Resort in Traben-Trarbach ist direkt an der Mosel zu finden. Bis zum Jahresende bietet das 4-Sterne-Superior-Hotel drei besondere Retreats an: ein revitalisierendes Detox-Retreat, ein intensives Herbst-Yoga-Retreat zur Stärkung von Körper und Geist sowie ein Yoga-Klang-Retreat, das durch harmonische Klänge und sanfte Yogaübungen für tiefe Entspannung sorgt. Gerade in der ruhigen Jahreszeit ist dieses Retreat ideal für alle, die sich in einer dreitägigen Auszeit selbst wieder näherkommen und den Stress des Alltags hinter sich lassen wollen. Das Moselschlösschen ist ein Adults-only-Resort. www.moselschloesschen.de



Ultra bequem In diesem lässigen Outfit fühlt man sich auch an kühleren Tagen fit. Trendige Ballon-Hose in lässiger Weite kombiniert mit kuschelweicher Fleece-Jacke im Streetstyle. Und fürs nächste Workout: superfein konturiertes Bustier Top. Alle Produkte aus Bio-Baumwolle, erhältlich in munteren Farben, ab 44,99 €. www.hessnatur.com

YOGA

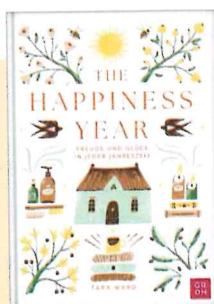
Anleitung für Achtsamkeit und Wohlbefinden



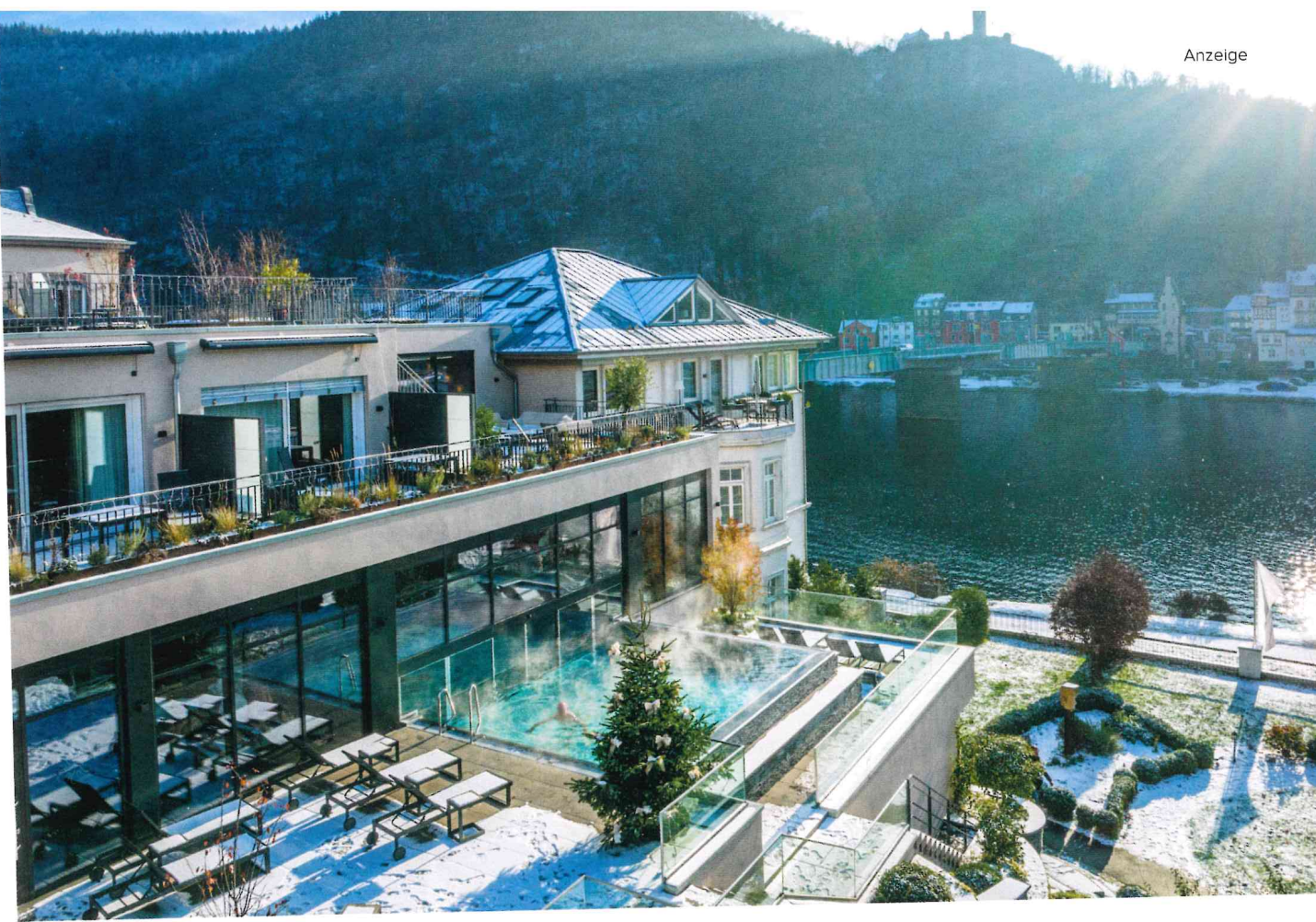
Entschleunigung inmitten der Natur

Das Beech Resort Plauer See Was für ein hübsches Plätzchen! Das neue Wald Spa mit Finnischer und Bio-Sauna ist eine wahre Wellness-Oase umgeben von der malerischen Natur der Mecklenburgischen Seenplatte. Für die ganzheitliche Entschleunigung sorgen unter anderem Retreats wie „Beech Inner Balance“. Das Wald Spa mit Naturschwimmteich spiegelt die Naturverbundenheit des Beech Resorts wider und bietet einen ruhigen Rückzugsort vom hektischen Alltag. www.beechresort-plauer-see.com

365 Glücksmomente In diesem Begleiter durch das ganze Jahr gibt Achtsamkeits-Expertin Tara Ward praktische Tipps. Kleine Impulse, die helfen, die wahre Bedeutung von Glück und Lebensfreude zu entdecken und in den Alltag zu integrieren. 18 €, ET 29. November 2024 www.geschenkverlage.de/groh



BUCHTIPP



WELLBEING AN DER MOSEL

Verbringen Sie eine unvergessliche Auszeit im 4-Sterne-Superior Hotel Moselschlösschen Spa & Resort in Traben-Trarbach, eingebettet in den sanften Hügeln des malerischen Moseltals. Lassen Sie den Alltag hinter sich und tauchen Sie ein in eine Welt voller Entspannung und innerer Balance.

Auf beeindruckenden 2500 Quadratmeter Spa-Bereich sorgen unter anderem ein Infinity-Pool mit atemberaubendem Moselblick, die Saundlandschaft, ein Kneipp-Becken, ein Schneeraum und exklusive Ruheräume für wohltuende Entspannung. Wellnessbehandlungen und Beauty-Treatments runden

das umfassende Angebot für Körper und Seele ab.

Nehmen Sie sich ruhig die Zeit für sich selbst, ob allein oder in guter Gesellschaft, im schicken Moselschlösschen Spa & Resort finden Sie den idealen Ort, an dem Wellness und Genuss in perfektem Einklang stehen.



**MOSELSCHLÖSSCHEN
SPA & RESORT**

An der Mosel 15 ♦

56841 Traben-Trarbach ♦

+49 6541 832-0 ♦

info@moselschloesschen.de

www.moselschloesschen.de



*Urlaub für
alle Sinne*