

kostenfrei zum Mitnehmen | im Zeitschriftenhandel 2,90 Euro
Herbstausgabe 2011

goliving.de

DAS STADTMAGAZIN FÜR DIE ZWEITE LEBENSHÄLFTE

IN MÜNCHEN

Besuchen Sie uns online

» www.goliving.de

FIT FÜRS GOLFEN
Minikurs für
Sportler mit Handicap

**ASIATISCHE
HEILKUNST**
Eine Ayurveda-
Reise in den
Süden Indiens

Leben in der Stadt

Schöne Lokale, neue Läden und
Galerien, die besten E-Bikes

Mit großem
Münchner
Kulturteil



Kleine Fluchten

Mal wieder durchatmen und die Seele baumeln lassen? Wir haben feine Hotels im Münchner Umland für Sie gefunden – ideal für eine Mini-Auszeit

KLOSTERBRÄU

Luxus in alten Klostermauern

Fast 500 Jahre ist das ehemalige Kloster alt. Seit Generationen bewirtschaftet die Familie Seyerling das Anwesen als Hotel. Luxus pur erwartet den Gast in den alten, stilvoll renovierten Gemäuern. Der Spa-Bereich erhielt mehrere Preise. Hier finden die Gäste neben verschiedenen Saunen, einem Innen- und Außenpool in den alten Gewölben ein breites Wellness-Angebot: Kosmetikbehandlungen (auch für Männer), Massagen, Heil- und Entspannungsbäder (z.B. mit Blattgold) und vieles mehr. Zum Aperitif trifft man sich bei jazzigem Life-Piano ab 18 Uhr in der Lounge, danach erwartet die Gäste ein Menü im Restaurant. *DZ mit HP ab 109 Euro p.P., Suite ab 199 Euro. Bis 9. 10. gibt es ab 3 Nächten ein Wellness-Angebot gratis. Hotel Klosterbräu, A-6100 Seefeld/ Tirol, Tel. 00 43/ (0)52 12/26 21 -0, www.klosterbraeu.com*



DAS KRANZBACH

Britischer Charme in den Alpen

Die englische Aristokratin Mary Portman ließ sich einst bei Garmisch-Partenkirchen vor schönster Alpenkulisse dieses Landhaus bauen, im Volksmund Schloss Kranzbach genannt. Im Design der schönen Zimmer spiegelt sich das britische Erbe spielerisch wider, während sich der neu angebaute Wellnessbereich mit seinen fünf Innen- und Außenpools, acht Saunas und Liegeterrassen fast nahtlos in die herrliche Landschaft einfügt. Ein zentrales Thema im Kranzbach ist Yoga, es gibt immer wieder mehrtägige Workshops, aber auch offene Kurse, an denen jeder Gast teilnehmen kann. Im Angebot: diverse Arrangements, u.a. die Freundinnentage mit drei Übernachtungen und einigen Extras ab 588 Euro. *Das Kranzbach, Hotel & Wellnessresidenz, Kranzbach bei Garmisch-Partenkirchen, Tel. 0 88 23/92 80 09 00, www.daskranzbach.de*



A-ROSA KITZBÜHEL

Spa an der Streif

Vor dem grandiosen Panorama von Hahnenkamm und Streif liegt das A-Rosa Wellnesshotel Kitzbühel. Nur anderthalb Autostunden von München entfernt, bietet es auf 3000 Quadratmetern alles, was ein ausgepowertes Wellnessherz begehrt. Einen Innen- und Außenpool, Saunalandschaft, Beauty-Anwendungen, Fitnessräume und ein offenes Kursangebot. Im A-ROSA sind auch Kurzzeitgäste willkommen. Für sie gibt es Arrangements: z. B. „Wohlfühlzeit 4 Gleich 3“ (Vier Nächte im Doppelzimmer inkl. Frühstück, Abendessen, freie Nutzung der Spa-, Fitness- und Kurs-Angebote) für 384 Euro pro Person A-ROSA Kitzbühel, Ried Kaps 7, A-6370 Kitzbühel, Tel. 00 43 (0)53 56/6 56 60 -9 92, www.resort.a-rosa/kitzbuehel

WOHLFÜHLEN

HOFGUT HAFNERLEITEN

Traumwelten in Bad Birnbach

Hier werden Kindheitsträume wahr. Wer schon immer mal im Baumhaus schlafen oder morgens vom eigenem Badesteg in den Weiher springen wollte, ist im Hofgut Hafnerleiten im niederbayerischen Bad Birnbach genau richtig. In sieben wunderschön eingerichteten Themenhäusern und zwei Teich-Suiten können es sich zwei Menschen richtig gut gehen lassen. Abends wird an der großen Familientafel gemeinsam mit den anderen Gästen gespeist. Wer es romantischer mag, kann sich ein 4-Gänge-Menü im Häuschen servieren lassen. Es gibt Massagen und Wellness, Koch- und Baristakurse. Preise: ab 145 Euro p.P. bei drei Übernachtungen. *Hofgut Hafnerleiten, Brunndobl 16, 84364 Bad Birnbach, Tel. 0 85 63/9 15 11, www.hofgut.info*



Die Quelle der Gelassenheit

Wenn der Alltag turbulent ist, ist die Besinnung auf sich und seine Bedürfnisse wahrer Luxus. Doch es gibt sie - die kleinen Wohltaten mit denen man Körper, Geist und Seele Gutes tun kann. In der Therme Erding ist warmes Wasser die Quelle für Ruhe, Entspannung und Erholung.

350 m tief suchte man einst nach Öl und entdeckte eine ostbare Quelle: fluorid- und schwefelhaltiges Thermalwasser. Ein Bad darin wirkt nicht nur wunderbar entspannend, es wird u.a. empfohlen bei Gelenkschmerzen, Hauterkrankungen, Muskelverspannungen und zur Regeneration von Verletzungen. Und es erreicht die Seele. Denn was gibt es Schöneres als sich in der VitalOase der Therme Erding in aller Ruhe der Gesundheit und dem Wohlbedenken zu widmen.



Wissenswertes:
www.therme-erding.de
Tel.: 08122-2270-200

In einem wohltuenden Calcium-Bad den Anti-Aging-Effekt spüren und gleichzeitig Osteoporose vorbeugen oder ein Bad in Selen-Jod erleben - ein Jungbrunnen für den Körper. Das Mineralien-Bad mit positiver Wirkung der Inhaltsstoffe lässt den Körper wie im Toten Meer schweben. Ein Besuch in der liebevoll gestalteten Rosensauna oder Meditationssauna stärkt das Immunsystem und verhilft Körper, Geist und Seele zu neuer Vitalität. Der Alltag kann kommen - herrlich entspannt und gelassen.