

Reset im Bademantel

KLARE BERGLUFT, STILLE KRAFTPLÄTZE UND (ALPINE) DETOX-KÜCHE:
DIESE RÜCKZUGSORTE SCHENKEN ENTLASTUNG FÜR KÖRPER UND
GEIST – UND RAUM, UM WIEDER BEI SICH SELBST ANZUKOMMEN.

TEXT JENNIFER KOUTNI

Basenfasten für Naturfans

Wer dem (urbanen) Alltag entfliehen möchte, ist hier richtig. Beim *Daberer* im ruhigen Gailtal wird Detox ganzheitlich gesehen: Statt WLAN im Spa-Bereich gibt es gemütliche Lesecken und Barfuß-Spaziergänge im Wald. Das ganzjährig angebotene Basenfasten – drei Nächte zum Reinschnuppern oder sieben Nächte für spürbare Effekte – wird individuell begleitet und mit entschlackenden Behandlungen wie Lymphdrainagen sowie passenden Yogaeinheiten ergänzt. Dass die basische Küche zu 100 % bio kocht, ist bereits seit 1978 selbstverständlich. Wir lieben: Viel Zeit in der Natur verbringen, inklusive Schwimmen im versteckten Naturteich (*großes Bild links*), das frische Wasser aus eigener Quelle und die Kärntner Gelassenheit.

biohotel-daberer.at



„Für Gäste wollen wir eine Insel der Achtsamkeit sein, raus aus der digitalen Welt und rein in die Natur.“

MARIANNE DABERER, *Daberer-Hotelchefin*