



Geschichte(n)



Im Atem der Berge

Der Weg ins ADLER Spa Resort BALANCE ist ein Weg zu sich selbst. Wer hierher kommt, hat sich für Erholung ohne Kinder (bis 14 Jahre) und fünf Sterne in einer der schönsten Bergregionen Europas entschieden. Das Hotel thront über St. Ulrich – inmitten der UNESCO geschützten Natur der Dolomiten. Man fühlt sich wie in einem Land vor unserer Zeit: Die in Millionen von Jahren geformte, mystisch anmutende Kulisse lässt jeden ehrfürchtig werden. Und nicht nur draußen spürt man den Atem der Berge. Innen duftet es nach Arven, Eichen und Ulmen. Denn das ADLER Spa Resort mit seinen 30 Junior-suiten ist ein Klimahaus aus heimischen Hölzern. Auch Küche und Spa spiegeln die einzigartige Kulturlandschaft der Dolomiten. Ein Besuch ist ein unvergessliches Erlebnis – sinnlich und tief entspannend zugleich. Warum das so ist? Dafür gibt es vier gute Gründe.

Visuelles Detox

E

Es liest sich wie ein Arboretum der umliegenden Berge: Lärche für alle Balkone und das Aussenkleid. Zirbelkiefer, Eiche und Nuss für die Böden. Ulme für die Vertäfelung des Restaurants und die Möbel der Zimmer. Außerdem Schiefer für die Fußböden der Bäder und Travertin für die Rezeption. Alle Hölzer und Steine sind naturbelassen und sorgen für Luftaustausch. Als Niedrigenergie-Haus kann das ADLER Spa Resort BALANCE Wärme langfristig speichern und auf Knopfdruck wieder abgeben. Ein Ofen

wird hier erst bei minus 10 Grad angeworfen. Das Konzept der naturbelassenen Ästhetik haben die Grödner Architekten Hugo und Hanspeter Demetz zusammen mit den Künstlern Georg Mahlknecht und Markus Delago umgesetzt. Für den Gast ist es eine Art »Visual Detox« – seine Sinne erholen sich beim Anblick und Geruch der unbehandelten Hölzer, die in dem Health-Resort modern eingesetzt wurden. Wer aus dem Fahrstuhl das erste Obergeschoss betritt, sieht auf eine offene Lounge mit Panoramafenstern, Bibliothek und Sesseln aus gegerbtem Leder. Rechts hinter Raumteilern aus Holz ist das Restaurant. Links hinter der Rezeption befindet sich das Herz des Fünf-Sterne-Resorts BALANCE: das ADLER MED Gesundheitszentrum. Vor der Lounge liegt die Terrasse, die seit der Eröffnung des Hotels 2008 sicherlich mehr Sonne gesehen hat als ein 80-jähriger Hamburger in seinem ganzen Leben.

Auch die 30 Juniorsuiten des Hotels weisen nach Süden und fangen bis abends die warmen Sonnenstrahlen ein. Jede misst knapp 40 Quadratmeter, ist unterteilt in einen Wohn- und einen Schlafbereich. Neben hellen Hölzern gibt es Stoffe und Accessoires in kräftigen Farben. Mal Bergseeblau. Mal Sonnenuntergangs-Rot. Mal so gelb wie die Grödner Bergblumen. Moroso-Möbel und Leuchten von Artemide harmonieren mit Möbeln einheimischer Schreiner. Gäste, das beobachtet die General Managerin Clelia Romanelli, kommen vor allem wegen des holistischen Ansatzes für ihren Urlaub: »Neben der Medical Wellness und unserer gesunden Küche tragen das Haus selbst und der Blick auf die Berge zur Tiefenentspannung und damit zur Erholung bei.«



Diät mit Crème Brûlée

H

Hanfteigravioli mit Hirsch und Mangold, Kalbs-Ossobuco mit Kartoffelpolenta, Crème brûlée mit Tonkabohnen. Und so weiter... Das fünfgängige Menü im Restaurant des ADLER BALANCE hat mit Enthaltbarkeit wenig zu tun. Zu fein sind seine Gerichte.

Honigfarbenen getäfelten Wänden, Parkettboden in einem Sandton und bequeme Ledersessel zieren das kleine Restaurant. Wer hier sitzt, blickt auf der einen Seite auf das Grödener Gipfelpanorama und auf der anderen Seite in die offene Küche von Martin Noflatscher und seinem Team. Der 34-jährige Südtiroler experimentiert gern. Erlebte, zum Teil über Jahre überlieferte Gerichte seiner Heimat kombiniert er gekonnt mit den



Aromen der Mittelmeerküche. Ein Gericht jedoch müsse für den Gast stets nachvollziehbar sein. Ihn zu begeistern sei ein großes Glück. Und eine täglich neue Herausforderung. Die alpin-mediterrane Aromaküche mit den Zutaten der Region ist gleichzeitig Gesundheit und Genuss. Morgens, mittags, nachmittags gibt es abwechslungsreiche Buffets. Auch Tee-Mischungen aus dem eigenen Kräutergarten gehören dazu. Gäste, die gezielt für Gesundheitsprogramme kommen, erhalten eine von den Ärzten des Hotels auf sie persönlich abgestimmte Diät. Wie sensibel das Haus mit den unterschiedlichen Bedürfnissen umgeht, zeigt der eigene Sitzbereich für die Kurgäste. Selbstverständlich bereiten die Diät-Menüs ebenfalls Martin Noflatscher und sein Team zu. Das Küchenkonzept des ausgezeichneten Medical Resorts hat nicht ohne Grund viele Fans!



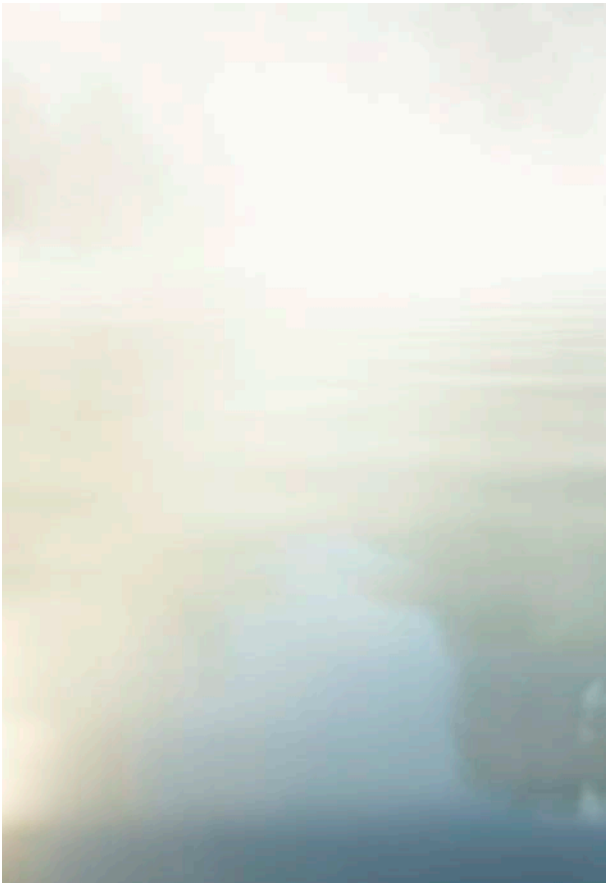
Die Säulen des Glücks

L

Laura Santini sagt es ganz pragmatisch. »Wer ein Auto über eine lange Zeit im zweiten Gang Vollgas fährt, hat nicht lange Spaß damit. Ganz genauso ist es mit dem Körper.« Die junge Medizinerin, kurze Haare und Designerbrille, kümmert sich im ADLER Spa Resort BALANCE um die Gesundheit der Gäste. »Burn-out ist eine Grenzerfahrung, die inzwischen jeder dritte Mensch macht«, sagt sie. Manche kommen zu ihr, wenn es zu spät ist, andere kommen, bevor es zu spät ist. Oder holen sich Rat, wenn sie merken, dass ihr Körper sich im Laufe der Jahre hormonell bedingt verändert. Wenn einzelne Organe sich melden, die einfach ein bisschen Zuwendung benötigen. Laura Santini

sitzt in ihrem Behandlungszimmer. Der Blick aus ihrem Fenster rahmt die Talstation, von der es hinaufgeht zur Seiser Alm. Bücher mit Titeln wie »Leben ohne Zivilisationskrankheiten« weisen auf ihr Spezialfach hin: Dr. Santini ist promovierte Allgemeinmedizinerin, Homöopathin sowie Expertin für Hormonmedizin und Neuropsychologie. Die »Inspektion«, die sie und die beiden anderen Mediziner des Medical Resorts den Gästen anbieten, reicht vom Schwermetalltest und zellulärer Verjüngung bis zur Bioimpedanz-Analyse. Laura Santini legt dem Gast dafür sechs Elektroden an. Nach einigen Minuten weiß sie, ob der Gast zu dick oder zu mager ist; wie der Wasseranteil ausfällt und wie es um die

Protein- und Mineralwerte steht. Mit dem sogenannten Vega-Check-Gerät sucht sie anschließend nach Störungsfeldern. Eine Entzündung der Schulter beispielsweise könnte auch von einer irritierten Darmflora herrühren. Im haus-eigenen Blutlabor werden Unverträglichkeiten getestet und Hormone sowie ein Stress-Profil ausgewertet. Und natürlich stellt sie dem Gast Fragen zu Gewohnheiten, möchte wissen, wie er schläft. Auf Basis dieser Werte erstellt die Medizinerin ein holistisches Programm. Es sind



sozusagen die Säulen des Glücks: mentales und körperliches Training, Spezialbehandlungen und eine Ernährung, die oft auch eine Diät ist. Die Informationen dazu werden umgehend an die Küche weitergeleitet. Der Gast weiß dann, ob er Frühstücksspeck essen darf und wie er ihn im Spa- und Sportbereich gegebenenfalls ausschwitzen oder wegkralen kann. »Inzwischen nimmt ein Großteil unserer Gäste Programme zu Detox und zur Gewichtsreduzierung wahr, gefolgt von Therapien zur Stressbewältigung und zur Verhinderung von Burnout«, sagt Laura Santini. Aber nicht alle Gäste kommen für Medical Wellness ins ADLER BALANCE. Manche wandern, lesen ein Buch in der Lounge oder genießen das Spa und die leichtleckere Küche des Hauses. Menschen, die bereits ganz behutsam Gas geben.

Die Kraft der Elemente



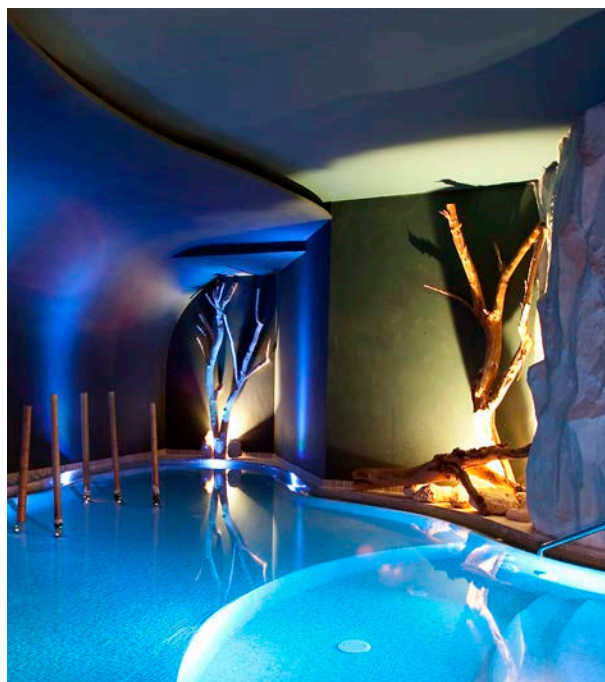
S

Seit der Antike galten Medikamente auf Salzbasis als Wundermittel. Salz kam in Salben, Pudern und Bädern zum Einsatz. Es hat eine reinigende und regenerierende Wirkung auf Haut und Atemwege. Im Spa- und Wellnessbereich kommen Gäste in den Genuss eines unterirdischen Sees mit Salz aus dem Toten Meer. Eine Salzstein-Sauna mit Salz aus den Tiefen des Himalaya-Massivs reinigt die Atemwege und stärkt die Abwehrkräfte.

Nur zwei von zahllosen Möglichkeiten, um das Element Wasser zu nutzen oder im Wechsel aus Hitze und Kälte – oder Duftnoten und Farbklingen – zu entspannen. Das Wellness-Areal ist groß und vielfältig, Gäste können sich über Stunden dem süßen Nichtstun hingeben und dabei Gutes für Körper und Geist tun. In der Bio-Heu-Sauna, im Blütendampfbad oder im

Orientalischen Rasulbad beim Schwitzen im Schlammkleid. Nicht zu vergessen der beheizte Außenpool, der sommers wie winters zugänglich ist. Und natürlich gibt es einen großzügigen Fitnessbereich. Auf den bequemen Liegen der Ruheräume und im Hotelpark mit seinen 9000 Quadratmetern schalten Gäste anschließend komplett ab.

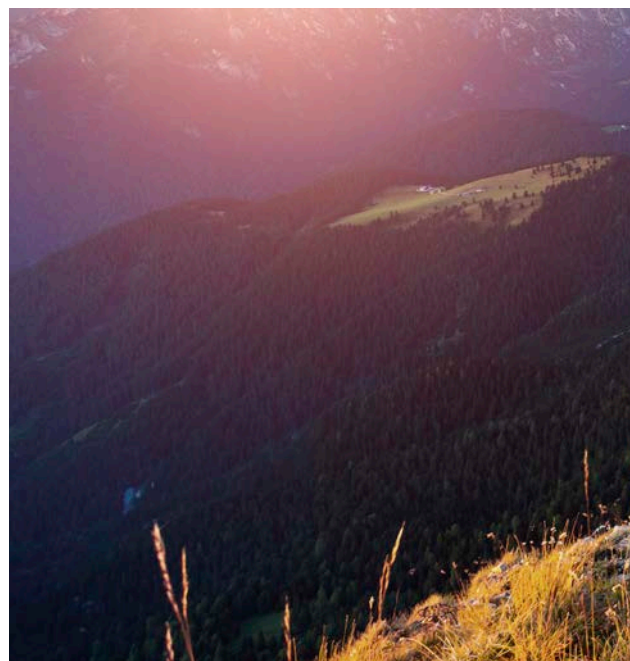
»Für Gäste ist es ein Luxus, sich in ein kleines Fünf-Sterne-Wohlfühl-Hotel zurückzuziehen und zugleich das größte Spa der Dolomiten zur Verfügung zu haben«, sagt Silvia Mittelberger. Die Spa-Managerin führt ein Team von 30 hoch motivierten, professionell geschulten Therapeuten. Von der klassischen Sportmassage über medizinische und Wellness-Treatments bis Reiki, Meditation, Atemschiule, Thai Chi und Yoga reicht das Angebot. Ganz hoch im Kurs der Gäste: Gesichtsbehandlungen mit Produkten der ADLER Spa Aktiv Kosmetik.



ZAHLEN UND FAKTEN

ADLER Spa Resort BALANCE

St. Stufan 5
 I-39046 St. Ulrich - Val Gardena/Gröden (BZ)
 T +39 0471 775 002
 F +39 0471 775 555
 info@adler-balance.com
 www.adler-balance.com



Inhaber:
General Manager:
Küchenchef:

Dr. Andreas Sanoner und Dr. Klaus Sanoner
 Clelia Romanelli
 Martin Noflatscher

Zimmer:

30 Junior Suiten (Flatscreen und Videokino, kostenlosem ADSL-Internetanschluss, Safe, Teebar und Minibar mit Bio-Fruchtsäften)

PREISE 2019

– Preise in € pro Person – *

	16.05. - 09.06.	09.06. - 23.06.	23.06. - 30.06.	30.06. - 07.07.	07.07. - 21.07.	21.07. - 28.07.	28.07. - 25.08.
Woche - 7 Tage (So-So, Do-Do)	ab 1.189	ab 1.302	ab 1.464	ab 1.635	ab 1.880	ab 2.002	ab 2.136
Midweek - 5 Tage (So-Fr)	ab 799	ab 875	ab 984	ab 1.099	ab 1.264	ab 1.346	ab 1.436
Short Stay - 4 Tage (So-Do)	ab 640	ab 700	ab 787	ab 879	ab 1.011	ab 1.077	ab 1.149
Weekend - 3 Tage (Do-So)	ab 582	ab 607	ab 683	ab 762	ab 934	ab 934	ab 996

* Die Preise enthalten Halbpension und ein Mittagsbuffet

Weitere Presseinformationen:

Tomas Niederberghaus

TN Hotel Media Consulting
 Oberaltenallee 8a
 D-22081 Hamburg
 T +49 (0)40 52 47 164 - 0
 tn@tn-hotelconsulting.com
 www.tn-hotelconsulting.com

Caroline Pescoll

ADLER Spa Resort BALANCE
 St. Stufan 5
 I-39046 St. Ulrich - Val Gardena/Gröden (BZ)
 T +39 0471 775 002
 caroline-pescoll@adler-dolomiti.com
 www.adler-balance.com