



Raum fürs Ich

Die Ausnahmesituation in der Corona-Krise bedeutet eine besondere Belastung. Umso wichtiger sind Auszeiten bei entspannenden Hotelaufenthalten.

Daheim bleiben und auf Distanz zu anderen Menschen außerhalb des eigenen Haushalts gehen: Das war wegen der Gefahr einer Corona-Ansteckung über Wochen hinweg eine Notwendigkeit. Für Paare und Familien mit Kindern bedeutete das, sich wegen der geltenden Ausgangsbeschränkungen auf begrenztem Raum miteinander zu arrangieren; Singles mussten noch mehr als sonst mit dem Alleinsein zurechtkommen. In dieser Ausnahmesituation sorgte die Absage von Reisen, Veranstaltungen und Freizeitaktivitäten zwar automatisch für Entschleunigung. „Gleichzeitig haben die Unsicherheit und Sorgen auch Stress erzeugt – bei manchen Menschen auf offensichtliche Weise, bei anderen unterschwellig“, so Michael Diaz, Therapeut und Coach aus Regensburg. Bei der Rückkehr zur Normalität findet er es daher wichtig, auf die eigenen Bedürfnisse zu schauen, nichts zu überstürzen und den Alltag langsam wieder hochzufahren. Dazu gehört es für ihn auch, schöne Dinge zu planen und in Vorfreude darauf zu schwelgen. Kann der Wunsch dann endlich in die Tat umgesetzt werden, rechnet Michael Diaz mit besonders intensivem Genuss: „Egal ob Natur, schönes Ambiente oder besondere Annehmlichkeiten: Was man länger nicht haben konnte, wird man mit allen Sinnen wahrnehmen. Die Kunst ist, sich diese Achtsamkeit zu bewahren.“

Loslassen im zweiten Zuhause

Seit über 20 Jahren verwöhnt das Ehepaar Ziegelbauer in Bad Wiessee Gäste im Relais-Chalet Wilhelmmy. Hier wurde nicht nur die öffentlich verordnete Betriebsschließung, sondern bereits die Zeit seit dem Winter dafür genutzt, das Boutique-Hotel um- und auszubauen – angefangen bei einem Schwimmbad im Garten und zusätzlichen Zimmern über einen größeren SPA-Bereich und die umgestaltete Terrasse bis hin einem weiteren Tagungsraum mit dem schönen Namen „Freigeist“. Ziel der beiden Inhaber ist es, während eines Aufenthalts ein zweites Zuhause zu bieten, in dem man es sich richtig gutgehen lassen kann. Und das nach einer Phase der Pandemie-Einschränkungen noch nachhaltiger als sonst. „Menschen sollen bei uns die Spannungen lösen können, die sich in der Zeit des Eingeschränktseins aufgebaut haben“, so Stefanie Ziegelbauer. „Wir lieben unsere Familien, wir lieben unsere Kinder. Doch nach der langen Zeit der Gemeinsamkeit aufgrund der großen Einschränkungen ist wichtig, dem Ich einen eigenen Raum zu geben.“ Das Relais-Chalet Wilhelmmy ermöglicht das als Ort, der mit viel Liebe zum Detail gestaltet wurde. Um ihn herum laden der Tegernsee und die Berge dazu ein, in einer Bilderbuchlandschaft neue Energie zu tanken.

Pressekontakt:

creative navigation, Catharina Niggemeier
Kaiser-Ludwig-Platz 8, 80336 München

Mobil: +49 (0)170 313 858 9, cn@creative-navigation.de



Genießen Sie entspannende Tage und Nächte, um sich wieder ganz auf sich selbst zu konzentrieren, daraus Kraft, Zentrierung und neue Frühjahrsenergie zu ziehen. 3 Übernachtungen und Unterbringung in einem Doppelzimmer zur Alleinnutzung, reichhaltiges Frühstück, eine tägliche wohltuende Massage aus unserem Detox-Entspannungsprogramm, an zwei Abenden ein 3-Gang Vital Menü, EUR 355,00 pro Person.

Boutique Hotel Relais-Chalet Wilhelmy
Freihausstraße 15, 83707 Bad Wiessee am Tegernsee
Tel.: +49 (0) 8022 – 9868, info@relais-chalet.com, www.relais-chalet.com