



FÜR SIE

MEHR SEITEN • MEHR STYLE • MEHR FÜR SIE

Die große
Sonder-
ausgabe

**TREND-
FRISUREN**
Welche steht
mir wirklich?

**ENDLICH
WIEDER
SPARGEL!**
Gerichte, die
alle lieben

**STOFFWECHSEL-
REVOLUTION**

Der einfachste Weg
zum Wohlfühlgewicht

**ROADTRIP
IM CAMPER**

TV-Star Bettina Tietjen
spricht über ihr
größtes Abenteuer

Mode-Special VORHER- NACHHER

Neue Farben, neue Styles, neue Power
10 Frauen und ihre Verwandlung

Nr. 9 • Mi 22.4.2026
Deutschland 4,30 €
Österreich 4,50 €
Schweiz 8,00 CHF



DIE SCHÖNSTEN WELLNESS-OASEN

Endlich Me-Time

Nachhaltige Treatments in traumhafter Umgebung gefällt?
Dann bitte hier entlang: Wir stellen Ihnen sechs besondere
Hideaways vor. Schöner kann man nicht entspannen





LICHT & LIEBE
Eine Abkühlung im
Pool oder lieber
ein Drink in der
Lounge-Bar 67?



SANTRE DOLOMYTHIC HOME, BRIXEN IN SÜDTIROL Hoch oben ganz runterkommen

Dass clevere Architektur und spannende Wellnesskonzepte Hand in Hand gehen, beweist das „Santre Dolomitic Home“ bei Brixen. Das 2022 eröffnete Hotel steht auf einem steil abfallenden Grundstück und verzaubert mit einem einmaligen Wow-Blick auf die Eisacktaler Bergwelt. Die großartige Aussicht lässt sich von den Pools, dem Naturbade-
teich oder den Saunen bestaunen. Neben bester Bergluft und Ruhe satt locken aber vor allem einzigartige Spa-Treatments, wie eine stressredu-
zierende Zirbenmassage, eine Behandlung mit schwarzem Fango oder ein intensives Rückenritual inklusive Schröpfmassage. Infos: santre.it

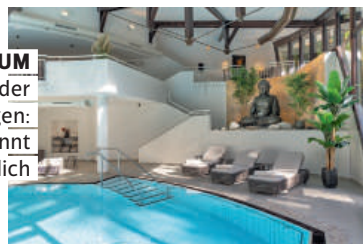
AYURVEDA PARKSCHLÖSSCHEN, TRABEN-TRARBACH

Alles im Fluss an der Mosel

Wer authentisches Ayurveda in stilvoller Umgebung erleben möchte, ist in dem eleganten Hotel zwischen Weinbergen und Mosel goldrichtig. Von der mehrwöchigen Panchakarma-Kur bis zur Mini-Auszeit wartet ein ganzheitliches Upgrade für Körper, Geist und Seele auf die Gäste. Begleitet von Ayurveda-Profis findet hier jeder zu sich selbst. Infos: ayurveda-parkschloesschen.de

RUHE-REFUGIUM

Ob am Pool oder
bei Anwendungen:
Hier entspannt
man ganzheitlich



Fotos: Florian Andergassen, Marcus Dewanger, Kottersberger, Patrick Langwaller, Marian Mertes-Zaenker, Hannes Niederkofler, Markus Ranalter, Ayurveda Parkschlösschen (2), Alter Meierhof, Garberhof