



Pressemitteilung

SCHLOSS Hotel Fleesensee bietet einzigartiges Wellness-Konzept

- **SCHLOSS Spa zugeschnitten auf Bedürfnisse der Urlauber von morgen**
- **„WellActive Tour“ als Leitfaden zur optimalen Entspannung und nachhaltigen Regeneration**
- **Einzigartige Angebote wie MicroSalt-Raum und Sauerstoffsauna**

Fleesensee, 29 Mai 2017. Magische „Endlich Ich“- Momente – dafür steht das SCHLOSS Hotel Fleesensee. Mit seiner Lage inmitten der malerischen Mecklenburger Seenlandschaft, rund 150 Kilometer von Berlin entfernt, bietet das frisch renovierte Hotel einen idealen Rückzugsort für Regeneration und aktive Erholung. Neben den zahlreichen Möglichkeiten für Sport oder Entspannung in der freien Natur – wie dem SCHLOSS Golf-Platz oder dem SCHLOSS Spa – können sich Gäste zusätzlich auf fünf gastronomische Betriebe freuen: das Blüchers by Lafer, die Orangerie, die Schlosstafel, die Genusswerkstatt und die Bar 1842. Dank des eigenen „Projekt ORGANIC“ am Standort können für die Restaurants regionale, saisonale und nachhaltige Lebensmittel aus eigenem Anbau genutzt werden – beispielsweise frische Eier der hoteleigenen südamerikanischen Araucana-Hühner, bestes Fleisch aus der eigenen Rinderzucht oder alte, fast in Vergessenheit geratene Obst- und Gemüsesorten.

Um für bestmögliche Entspannung und Regeneration zu sorgen, wurde erst kürzlich der Umbau des hoteleigenen Spa-Bereichs, dem SCHLOSS Spa, fertiggestellt. Die Renovierung fand auf Grundlage der Studie „Medical Spa – Trendurlaub der Zukunft“ statt, welche Ende 2016 durch das unabhängige Meinungsforschungsinstitut Innofact im Auftrag der Eigentümergesellschaft des SCHLOSS Hotel Fleesensee, der 12.18. Investment Management GmbH, durchgeführt wurde. Auf diese Weise wurde der neue Spa-Bereich ideal auf die Wünsche und Bedürfnisse der Urlauber zugeschnitten.

Eines der zentralen Ergebnisse der Studie: Menschen suchen im Urlaub zunehmend Ruhe und Entschleunigung – wünschen sich dabei aber nicht nur Verwöhn-Atmosphäre, sondern auch Angebote, um aktiv und gezielt etwas für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu tun. Hier setzt die sogenannte „WellActive Tour“ des SCHLOSS Spa an, die aufgrund der Studienergebnisse entwickelt wurde. Sie dient den Besuchern als Leitfaden durch den Spa-Bereich und beschreibt, wie sie die dortigen Angebote innerhalb von 90 Minuten besonders effizient für sich und ihre Gesundheit nutzen können. Dabei gibt es nicht nur Tipps zur Reihenfolge und Aufenthaltsdauer an den jeweiligen Stationen, sondern auch Informationen über die positiven Auswirkungen der Anwendungen auf den Körper. Entwickelt wurde die „WellActive Tour“ durch Experten und auf Basis einer optimalen biochemischen Abfolge von Reizen auf den menschlichen Körper. Ziel ist es, dass schon innerhalb des kurzen Aufenthalts im SCHLOSS Spa schnelle und nachhaltige Ergebnisse erzielt werden, die den Besucher auch nach Ende des Urlaubs zu weiteren Maßnahmen für das eigene Wohlbefinden motivieren.

12.18. FLEESEENSEE SCHLOSSHOTEL GMBH

Tannenweg 1 · 17213 Göhren-Lebbin · Telefon: +49 (0) 39932 800 100 · Fax: +49 (0) 39932 8010 3188
Mail: schlosshotel@fleesensee.de · Web: www.schloss-fleesensee.com

Presseanfragen an:

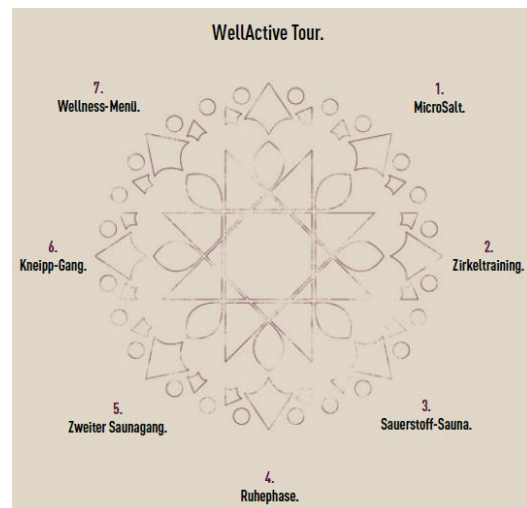
Frau Maria Franken · Pressesprecherin 12.18. · Tel.: +49 (0) 2115 8080 731 · Mobil: +49 (0) 151 181 972 22
E-Mail: m.franken@12-18.com



„Heutzutage suchen Menschen im Urlaub zunehmend nach Rückzugsorten, um sich vom stressigen Alltag zu erholen. Dabei möchten sie sich nicht nur entspannen, sondern suchen nach einem Angebot, das ihnen auch langfristig persönlichen Zusatznutzen bringt. Im SCHLOSS Hotel Fleesensee verfolgen wir eine ganzheitliche Strategie aus Essen, Bewegung, Ruhe und Erholung, die sich über den physikalischen Ort des SCHLOSS Spa hinaus erstreckt. Ein Teil davon ist unsere in Deutschland einzigartige ‚WellActive Tour‘: Die Gäste erwartet eine perfekte Symbiose aus Wellness, Aktivität und Erholung. Dadurch können sie sowohl physisch als auch psychisch entschleunigen und sich nachhaltig regenerieren“, erläutert Maren Brandt, Corporate Spa Manager 12.18. Fleesensee SPA World GmbH, zu der auch das SCHLOSS Spa zählt.

WellActive Tour

Sieben Stationen, bestehend aus kurzem Training, Regeneration und Erholung – das umfasst die „WellActive Tour“ des SCHLOSS Spa, die in den Spa Guide-Broschüren vor Ort detailliert beschrieben wird. Die angegebene Abfolge der Stationen gilt dabei als Empfehlung, kann aber auch individuell variiert werden. So können Besucher ebenfalls im Beratungsgespräch mit den Experten vor Ort eine passend auf sie selbst zugeschnittene „WellActive Tour“ zusammenstellen lassen.



1. Station: MicroSalt

Als erste Station wird ein zehn- bis fünfzehnminütiger Besuch des MicroSalt-Raum empfohlen. Dieses Wellness-Angebot ist einzigartig in Norddeutschland und nur im SCHLOSS Spa zu erleben. Dank eines feinen Salz-Nebels können während des Aufenthalts die gesamten Atemwege gereinigt werden. Anders als bei herkömmlichen Salzanwendungen verteilen sich die feinen Salzpartikel dabei durch das Einatmen von der Nase über die Nebenhöhlen und den Rachenraum bis hin zu den äußersten Lungenbereichen. Die Anwendung wirkt nicht nur schleimlösend, sondern sorgt auch für eine Säuberung und Revitalisierung der Haut. Der MicroSalt Raum eignet sich dadurch besonders gut für Menschen mit Asthma, Heuschnupfen, Bronchitis, Mukoviszidose oder chronischen Lungenerkrankungen. Durch die reinigende Wirkung ist die Anwendung aber ebenso wohltuend für Menschen, die häufiger erkältet sind, Stirnhöhlen- oder Nebenhöhlenentzündungen haben oder an Hauterkrankungen und Schlafstörungen leiden.

2. Station: Zirkeltraining

Es folgt als nächste Station ein fünfzehnminütiges Ganzkörper-Zirkeltraining im Fitnessraum des SCHLOSS Spa. Hierbei sollte jedes der bereitgestellten Geräte im Uhrzeigersinn einmal genutzt werden. Der Startpunkt ist frei wählbar. Eine Farbsäule im Zentrum des Zirkels dient als Leitsystem und zeigt Trainingsintervall und Wechselphase zum nächsten Gerät an. Alternativ oder ergänzend können Gäste auch ein Ausdauertraining auf

12.18. FLEESESEE SCHLOSSHOTEL GMBH

Tannenweg 1 · 17213 Göhren-Lebbin · Telefon: +49 (0) 39932 800 100 · Fax: +49 (0) 39932 8010 3188

Mail: schlosshotel@fleesensee.de · Web: www.schloss-fleesensee.com

Presseanfragen an:

Frau Maria Franken · Pressesprecherin 12.18. · Tel.: +49 (0) 2115 8080 731 · Mobil: +49 (0) 151 181 972 22

E-Mail: m.franken@12-18.com



dem Laufband, Crosstrainer oder Fahrradergometer absolvieren oder ein vielseitiges Training an der NOHRD-Multifunktionstrainingswand mit Cybertraining wählen, welche in dieser Form einzigartig in Deutschland ist. Eine weitere Alternative ist Schwimmen – hierzu steht ein 25 mal 6 Meter großer beheizter Außenpool zur Verfügung. Durch die sportliche Betätigung werden der gesamte Muskelverbund im Körper und das Herz-Kreislauf-System beansprucht. Kurzfristig führt dies zu einer verbesserten Körperhaltung und einem vitalen Gefühl - langfristig kann der Besucher mithilfe dieser Form des Zirkeltrainings nachhaltig Muskeln sowie Kraft aufbauen und Fett reduzieren.

3. Station: Sauerstoff-Sauna

Um den Energiespeicher wieder aufzuladen, geht es anschließend für 15 Minuten in die Sauerstoffsaunder des SCHLOSS Spa. Dieser Sauna-Typ ist einzigartig in Deutschland und damit ein Highlight des SCHLOSS Spa. Durch zusätzlichen Sauerstoff in der Luft werden das Herz-Kreislauf-System entlastet und die Zellerneuerung aktiv vorangetrieben. Gleichzeitig wirkt die Sauna wie ein wahrer Jungbrunnen: Die Haut wird straffer, glatter und weicher – eine perfekte Anti-Aging-Maßnahme. Nach der Anwendung empfehlen Experten einen kurzen Gang in den Freiluftbereich des SCHLOSS Spa.

4. Station: Ruhepause

Nach dem Saunabesuch steht für die Teilnehmer der „WellActive Tour“ eine Ruhephase auf dem Plan. Hierzu bietet sich der Ruhebereich mit Kamin, kuscheligen Liegen, einer Bar und einem Kino perfekt an. Die Ruhezeit muss dabei mindestens die gleiche Dauer wie die des Saunagangs umfassen.

5. Station: Zweiter Saunagang

Auf die Entspannung folgt ein zweiter Saunagang für circa 15 Minuten, idealerweise in der Bio-Sauna des Spa-Bereichs. Hierdurch wird der Körper von Abfallstoffen befreit und es werden gleichzeitig Abwehrzellen aktiviert. Damit jeder Gast auch ohne Rücksprache mit den Experten vor Ort frei nach seinen Bedürfnissen die passende Sauna wählen kann, bietet das SCHLOSS Spa einen Sauna Guide an, in dem Informationen und hilfreiche Tipps zu den verschiedenen Sauna-Typen zu finden sind.

6. Station: Kneipp-Gang

Für die richtige Abkühlung sorgt anschließend ein kurzer Gang durch das Kneipp-Becken im Spa-Hauptraum. Dieser soll für circa fünf bis zehn Minuten erfolgen. Die Bewegung innerhalb des Wassers erfolgt dann im Storchengang: Die Beine werden jeweils abwechselnd vollständig aus dem Wasser gezogen und dann mit der Fußspitze nach unten wieder abgesetzt. Durch die Kälte des Wassers werden der Kreislauf und der Stoffwechsel aktiv angeregt, die Durchblutung gefördert und Krampfadern nachhaltig bekämpft. Insbesondere Menschen mit einer Anfälligkeit für Migräne oder einer generellen Immunschwäche profitieren vom Kneipp-Gang.

7. Station: Wellness-Menü

Zum Abschluss bietet das SPA Bistro alles, um die WellActive Tour gesund abzuschließen – wie beispielsweise Detox-Smoothies oder Ingwer-Shots. Bei der Zubereitung der gesunden Snacks werden Lebensmittel mit hochkonzentrierten Wirkstoffen aus der gesunden regionalen Organic-Küche des Resorts mit frischen Kräutern kombiniert, um so zum Wohlbefinden und der Balance des Körpers beizutragen. Mit seinem „Projekt ORGANIC“ betreibt das SCHLOSS Hotel Fleesensee den eigenen Anbau von zahlreichen Zutaten, wie beispielsweise von verschiedenen Kohlsorten, Fenchel und Zucchini sowie frischen Kräutern. Eine eigene Herde Angus-Rinder und die Zucht südamerikanischer Araucana-Hühnern runden das Projekt ab.

12.18. FLEESEESSEE SCHLOSSHOTEL GMBH

Tannenweg 1 · 17213 Göhren-Lebbin · Telefon: +49 (0) 39932 800 100 · Fax: +49 (0) 39932 8010 3188

Mail: schlosshotel@fleesensee.de · Web: www.schloss-fleesensee.com

Presseanfragen an:

Frau Maria Franken · Pressesprecherin 12.18. · Tel.: +49 (0) 2115 8080 731 · Mobil: +49 (0) 151 181 972 22

E-Mail: m.franken@12-18.com



SCHLOSS
FLEESESEE

Weitere Informationen:

<https://schlosshotel-fleesensee.com/spa>

<https://schlosshotel-fleesensee.com/spa/wellactive-tour>

<https://schlosshotel-fleesensee.com/cuisine#cuisineOrganic>

12.18. FLEESESEE SCHLOSSHOTEL GMBH

Tannenweg 1 · 17213 Göhren-Lebbin · Telefon: +49 (0) 39932 800 100 · Fax: +49 (0) 39932 8010 3188

Mail: schlosshotel@fleesensee.de · Web: www.schloss-fleesensee.com

Presseanfragen an:

Frau Maria Franken · Pressesprecherin 12.18. · Tel.: +49 (0) 2115 8080 731 · Mobil: +49 (0) 151 181 972 22

E-Mail: m.franken@12-18.com