

## Mit einem gestärkten Immunsystem in die kalte Jahreszeit

**Detox für Körper und Geist – das Hideaway FORESTIS in Südtirol bietet die besten Voraussetzungen, sich für die kalte Jahreszeit fit zu machen und in Schwung zu bringen.**

**München/Palmschoß, 8. Oktober 2020** – Auf 1.800 Metern Höhe in Palmschoß auf der Plose, 20 Minuten oberhalb der Domstadt Brixen, liegt das im Juli neu eröffnete Hideaway FORESTIS. Der Ort Palmschoß gilt bereits seit Anfang des zwanzigsten Jahrhunderts als Kraftort, bedingt durch die Gegebenheiten der Natur. Die vielen Sonnenstunden auf der Plose erhöhen die Motivation und innere Kraft, die Klarheit der Luft und der frische Sauerstoff auf 1.800 Metern Höhe reinigen und stärken die Atemwege, die Höhenluft fördert außerdem das Herz-Kreislauf-System und erhöht die Leistungsfähigkeit des Körpers. Das Holz aus den umliegenden Wäldern wurde in den 62 Suiten des FORESTIS verarbeitet und wirkt sich nachweislich beruhigend und regenerierend auf den Körper und die Psyche aus. Und schließlich das Plose-Quellwasser, das von innen reinigt und in der Kombination mit Chefkoch Roland Lamprechts Natur- und Wald-Küche neue Vitalität verleiht.

### **Raus aus dem Alltag und eintauchen in die Natur und den Kraftort FORESTIS**

Bereits die Anreise zum FORESTIS ist Erholung und Abschalten, bei der Fahrt hinauf nach Palmschoß geht es in eine andere Welt. Die majestätischen Gipfel des UNESCO Weltnaturerbes Dolomiten erheben sich in den Himmel und eine Ruhe tritt ein, die den Alltag und den Stress verschwinden lässt. Das mitten im Wald gelegene FORESTIS bietet ab sofort verschiedene Arrangements: »Regeneration«, »Lebensfreude«, »Immun-Boost-Stay«, »Kraft« und »Vitalität«. Die Arrangements umfassen zwischen zwei und sieben Tage, schließen immer die Übernachtung in einer Tower Suite, Frühstück und das FORESTIS-Abendessen ein. Hinzu kommen je nach Zielsetzung Spa-Behandlungen nach dem **FORESTIS Baumkreis**, Bewegung in der freien Natur mit Wyda, dem Yoga der Kelten, oder Bergtouren mit einem versierten Führer, Atemwanderungen, Bäder und Peelings. Körper und Geist werden schon in wenigen Tagen entgiftet, die Batterien neu geladen und das Immunsystem erfährt eine Stärkung.

Eine **7-tägige Fastenkur** vom 10.-17. Dezember 2020 unter Anleitung von Sandra Angerer, Expertin für ganzheitliches bewusstes Leben, bereitet den Körper auf die kältesten Monate des Jahres vor. Meditation, Wandern, Gruppencoachings und individuelle Workshops sind Bestandteile des täglichen Programms.

### **FORESTIS Baumkreis verleiht Kraft und Ruhe**

Die FORESTIS-Anwendungen folgen alle dem Prinzip der vier heimischen Bäume: Latsche, Fichte, Lärche und Zirbe. Jeder dieser Bäume besitzt verschiedene Wirkstoffe, Frequenzen und Materialstoffe, die den menschlichen Körper tiefenwirksam regenerieren lassen.

# FORESTIS

Die Anwendungen für Gesicht und Körper orientieren sich an dem vom FORESTIS Spa-Team entwickelten FORESTIS Baumkreis. Der Gast sucht sich die Baumart aus, die zu seiner eigenen aktuellen Konstitution passt. Die Klangfrequenzen des jeweiligen Baumes erzeugen Schwingungen, die in Verbindung mit Heilhölzern und Steinen Blockaden lösen sowie Harmonie und körperliche Aktivierung erzeugen.

Zwischen Menschen und Baum gibt es eine Reihe von Parallelen, die in den Anwendungen zusammengeführt werden. Wie der Körper des Menschen, folgt auch der Baum den Jahreszeiten und diversen Zyklen. Im Sommer spricht ein Organismus beispielsweise auf andere Essenzen und Berührungspunkte an als im Winter. Zuerst bringt jedoch jeder einzelne Mensch seine individuelle körperliche und geistige Befindlichkeit mit. An diesen Parallelen setzen die Anwendungen an. Sie werden jeweils ganz auf das Bedürfnis und die Vorlieben der Einzelperson abgestimmt. So gleicht keine Anwendung der anderen.

## Über FORESTIS

Auf 1.800 Metern und auf Augenhöhe mit dem UNESCO Weltnaturerbe Dolomiten eröffnete im Sommer 2020 Südtirols neues Refugium mit 62 Suiten und dem 2.000 m<sup>2</sup> großen FORESTIS Spa in Palmschoß auf dem Ploseberg oberhalb von Brixen. Das klare Wasser der Plose-Quelle, die reine Luft, die überdurchschnittlich vielen Sonnentage und das milde Klima, sind die vier Säulen dieses Kraftortes. Das FORESTIS ist ein Ensemble aus dem denkmalgeschützten Haus, das Anfang des 20. Jahrhunderts gebaut wurde, und drei, der Form von Baumstämmen nachempfundenen, skulpturalen Holztürmen mit Suiten. Der FORESTIS Spa erstreckt sich auf einer Fläche von 2.000 m<sup>2</sup> unterhalb der drei Türme. Die Anwendungen basieren auf dem individuell entwickelten Prinzip der vier Bäume, der vier Heilhölzer, der vier Heilsteine und der vier Baumfrequenzen. Latsche, Fichte, Lärche und Zirbe besitzen eigene Wirkstoffe, Frequenzen und Materialstoffe, die den Körper tiefenwirksam regenerieren lassen.

Das FORESTIS hat während Corona-Zeiten diverse Maßnahmen zum Schutz der Gäste umgesetzt und damit das Vertrauen der Gäste gewonnen. Es gibt eine Maximalanzahl an Besuchern in der Sauna oder im Spa, es wird auf die zwei Meter-Abstandsregelung geachtet, was im Hotel aufgrund seines Innendesigns leicht einzuhalten ist. Das FORESTIS verfügt über nur 62 Suiten und alle öffentlichen Bereiche sind großzügig gestaltet. Das Tragen von Masken ist für die Mitarbeiter selbstverständlich. Auch während der Spa-Treatments tragen die Mitarbeiter Mundschutz und Handschuhe, so dass auch Massagen und Anwendungen sehr gut funktionieren. Weitere Informationen unter [www.forestis.it/de](http://www.forestis.it/de)

**Hochauflösendes Bildmaterial** unter [www.forestis.it/de/presse/hd-bilder](http://www.forestis.it/de/presse/hd-bilder)

### Pressekontakt:

Global Communication Experts GmbH, Claudia Dressler / Sieglinde Sülzenfuhs  
Balanstraße 73, 81541 München, T +49 89 2153793-82  
[claudia.dressler@gce-agency.com](mailto:claudia.dressler@gce-agency.com), [sieglinde.suelzenfuhs@gce-agency.com](mailto:sieglinde.suelzenfuhs@gce-agency.com)