

## Südtirols Hideaway FORESTIS hält sich beim Spa an die Lehren der Kelten

### **Keltische Rituale und Praktiken machen den FORESTIS Spa zu einem außergewöhnlichen Erlebnis**

**München, 06. Oktober 2021** – In Palmschoß auf der Plose oberhalb von Brixen liegt das Hideaway FORESTIS mit 62 Suiten, Restaurant, Bar, 2.000m<sup>2</sup> Spa und weitläufigen Sonnenterrassen. Das reine Quellwasser, die gute Höhenluft, überdurchschnittlich viele Sonnenstunden und das milde Klima sind die vier Säulen des [FORESTIS](#), das seinen Ursprung in der Natur hat. Auch die hier 400 v. Chr. angesiedelten Kelten hatten eine besondere Verbindung zum Wald und ihr Wissen über den menschlichen Körper zogen sie aus den Lehren der Natur. Die Lage des FORESTIS auf 1.800 Metern, umgeben von Wäldern, ließ deshalb keinen anderen Schluss zu, als die Natur, den Wald und die Lehre der Kelten in den [FORESTIS Spa](#) zu holen.

#### **Die menschliche Intuition führt zum richtigen Baum**

Zwischen Menschen und Baum gibt es eine Reihe von Parallelen, die in den [Anwendungen](#) im FORESTIS Spa 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, außerdem bringt 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.

Die Anwendungen für Gesicht und Körper orientieren sich an dem vom FORESTIS Spa-Team entwickelten [FORESTIS Baumkreis](#) und 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. Jedem Holz werden ein bestimmter Stein und eine Frequenz zugeordnet.

#### **Die Zeremonie beginnt – Holz und Stein lassen Energie fließen**

Die **Baumkreis-Zeremonie** beginnt mit der Wahl des Baumes. Der Gast **wählt intuitiv** nach Berühren, Sehen und Riechen eines der Hölzer für sich aus. Der Duft dieses Holzes wird im Raum versprüht und es beginnt das reinigende Fußbad mit Badesalz und dem Plose-Quellwasser. Zur Vorbereitung des Körpers werden die Meridianpunkte stimuliert. Anschließend beginnt die Massage, zuerst mit dem Holzstab, um Spannungen zu lösen, und dann mit dem Stein. Der Stein hat Körpertemperatur und setzt seine Energie frei, die während der Massage durch den Körper fließt. Der konstante Rhythmus des Energieflusses von Holz und Stein in Verbindung mit der speziellen Technik und den warmen Ölen aus den Essenzen des jeweiligen Baumes bringt den emotionalen, vitalen und mentalen Bereich ins Gleichgewicht. Die Klangfrequenzen des jeweiligen Baumes erzeugen Schwingungen, die in Verbindung mit Heilhölzern und Steinen Blockaden lösen

# FORESTIS

sowie Harmonie und körperliche Aktivierung erzeugen, und so schließt sich der Kreis. Die speziell für FORESTIS entwickelte Berührungstechnik bewirkt in Verbindung mit den Produkten und den Frequenzklängen eine tiefgreifende Regeneration und Erholung.

## **Saunagänge unterstützen Entspannung und Erholung**

Der Saunabereich des FORESTIS wurde nach nordeuropäischen Prinzipien konzipiert und unterstützt eine tiefe Entspannung und Erholung. Das naturbelassene Holz der Saunas verstärkt den Entspannungseffekt durch die in der Wärme freigesetzten ätherischen Öle des Holzes. Täglich werden zwischen 16 und 19 Uhr besondere Saunaaufgüsse und -rituale angeboten.

## **Die Ruhe hören**

Wer keinen Saunagang nach dem FORESTIS Baumkreis machen möchte, zieht sich entweder in den "Silent Room" des Spa, oder auf eine der Liegen im Außenbereich zurück und genießt die Ruhe, die man auf der Ploose förmlich hören kann. In warmen Sommernächten können sich die Gäste auf Wunsch die Daybeds auf den Terrassen ihrer Tower Suiten als Bett machen lassen und unter dem Südtiroler Sternenhimmel schlafen. Ein Erlebnis, das den meisten unvergesslich bleibt.

## **WYDA – Das Yoga der Kelten**

Den Bewegungsübungen des Wyda und der Meditation soll es zu verdanken sein, dass die Druiden sich durch ein hohes Alter und Gesundheit auszeichneten. So wie die Chinesen Qi Gong und die Inder Yoga praktizieren, so lehrt Wyda in der Traditionellen Europäischen Medizin den Geist zu beruhigen, die Konzentration und Wahrnehmung zu schulen, Blockaden zu lösen und den Energiefluss zu harmonisieren. Für die Gäste des FORESTIS werden **Wyda und Meditation** täglich angeboten, bei gutem Wetter stets in der freien Natur und an besonderen Kraftorten.

## **Weitere Informationen**

Homepage: <https://www.forestis.it/>

Buchungen über: +39 0472 521 008 oder [reception@forestis.it](mailto:reception@forestis.it)

Partner: American Express Fine Hotels and Resorts, Hideaway Hotels, Small Luxury Hotels

**Hochauflösendes Bildmaterial unter:** <https://www.forestis.it/de/presse/hd-bilder>

## **Pressekontakt**

Global Communication Experts GmbH

Claudia Dressler / Sieglinde Sülzenfuhs

Brabanter Straße 4, 80805 München

T +49 89 2153793-82 /-84 / M: +49 173 94444 23

[claudia.dressler@gce-agency.com](mailto:claudia.dressler@gce-agency.com)

[sieglinde.suelzenfuhs@gce-agency.com](mailto:sieglinde.suelzenfuhs@gce-agency.com)