

7. Mai 2020

Digitale Angebote von Hotels, Reiseveranstaltern und Destinationen

Reiseglück per Klick

Reisen trotz Corona? Dank aktueller Lockerungen wächst die Hoffnung auf den Sommerurlaub. Wer schon jetzt von Strand und Bergen träumt, findet im Internet Inspiration. Dort boomen die digitalen Angebote von Hotels, Reiseveranstaltern und Urlaubszielen. Wen das Fernweh plagt, der erkundet Grönland vom Sofa aus, geht virtuell auf Wandertour oder nutzt die neue Freizeit für eine Live-Meditation beziehungsweise ein Online-Konzert. www.hermann-meier.de



Kamalaya/Koh Samui: In Verbindung bleiben

Wenn die Gäste nicht ins Kamalaya Wellness Sanctuary and Holistic Spa nach Koh Samui/Thailand kommen können, dann kommt das Resort eben zu den Gästen nach Hause. Schon seit einiger Zeit bieten die Mentoren vor Ort zweimal pro Woche kostenlose Live-Tutorials auf Facebook und Instagram zu Themen wie yogische Atmung, ausgewogene Ernährung oder Live-Meditationen

an. Möglich ist auch die Buchung einer individuellen Mentoren-Session, bei dem die Kamalaya-Lehrer und -Coaches auf verschiedene persönliche Fragen des jeweiligen Teilnehmers eingehen. Diese laufen ähnlich ab wie im Rahmen der Schlaf-, Burnout- oder Embracing-Change-Programme vor Ort, nur eben aktuell per Skype oder Zoom. „In Zeiten von Social Distancing und all den Beschränkungen, die uns auferlegt wurden, möchten wir trotzdem in Verbindung bleiben. Jeder kann die Zeit nutzen, um bei sich selbst anzukommen“, betont Kamalaya-Mitgründer John Stewart. Zum Mitmachen: Hier findet man die aktuellsten Live-Seminare, von Meditation über Qigong bis hin zum Kochkurs mit Kamalaya Executive Chef Rajesh Sharma. **www.kamalaya.com**

Foto (download): Mit Online-Meditationen in den Social-Media-Kanälen und individuellen Live-Gesprächs-Sessions bringt Mentorin Smittha die holistischen Ansätze aus dem Kamalaya Koh Samui zu den Gästen nach Hause. Bildnachweis: Kamalaya



Berchtesgadener Land/Oberbayern:

Per Online-Kurs zum Gipfelglück

Das Berchtesgadener Land im südlichsten Zipfel Oberbayerns steht seit jeher für echtes Bergerlebnis. Wer aktuell von einer Tour rund um die Gipfel des legendären Watzmann-Massivs (2.713 Meter) träumt, dem hilft ein kostenloses E-Learning-Programm bei der sehnsuchtsvollen Planung. In spannenden Video-Tutorials informiert Ex-Biathlet und Bergführer Hansi Stöckl online über die richtige Ausrüstung, die Tücken am Berg und wie

sich diese vermeiden lassen. Der Berchtesgadener weiß nämlich, wo es hapert: „Mangelnde Vorbereitung und Selbstüberschätzung sind die Hauptgründe für Notsituationen im alpinen Gelände.“ Gipfelnovizen und fortgeschrittenen Alpinisten rät er, die Zeit daheim jetzt zu nutzen, um die Grundlagen rund ums Wandern zu lernen oder aufzufrischen – und so fürs nächste Bergabenteuer startklar zu sein. **www.berchtesgaden.de**

Foto (download): Dank gratis Online-Tutorials von Bergführer Hansi Stöckl sind Wanderer bestens vorbereitet für die nächste Tour im Berchtesgadener Land. Bildnachweis: Berchtesgadener Land Tourismus



Hauser Exkursionen:

Virtuelle Reisen von Grönland bis Süditalien

Hauser Exkursionen schickt Outdoor-Fans auf virtuelle Reisen: Der deutsche Marktführer für nachhaltige Slow-Trekking-Reisen hat eine Online-Plattform mit Live-Vorträgen seiner Reiseleiter und lokalen Partner gestartet. „Das Coronavirus zwingt uns alle zu einer Atempause. Das trifft vor allem unsere Guides, Reisebüros und Agenturen weltweit hart“, sagt Hauser-

Vertriebsleiter Rafael Pohle. Mit dem neuen Web-Angebot wolle man helfen – und nicht zuletzt mit „kleinen Abenteuern im Kopf“ Inspiration für die Zeit nach Corona schaffen. Reisehungrige können online Tickets buchen, den Einladungslink zum Vortrag erhalten sie anschließend per E-Mail. Und dann geht's los: Mit Ruth Zeller entdecken Teilnehmer die Wildnis Ostgrönlands, Giovanni Nori nimmt mit zu den schönsten Ecken in Süd- und Mittelitalien. Die Erlöse aus den Präsentationen kommen zu 100 Prozent den Referenten zugute. Hauser stellt die Infrastruktur kostenlos zur Verfügung und unterstützt bei der Durchführung. „Damit kann jeder Einzelne und können wir gemeinsam einen wertvollen Beitrag zum Fortbestand des nachhaltigen Reisens leisten“, betont Pohle. **www.1werden.com/virtuelle-reisen, www.hauser-exkursionen.de**

Foto (download): Mit den virtuellen Reisen von Hauser Exkursionen geht es rund um die Welt, zum Beispiel nach Mittelitalien. Die Erlöse gehen zu 100 Prozent an vortragende Reiseleiter und -büros. Bildnachweis: Hauser Exkursionen/Giovanni Nori



Indigourlaub:

Yoga-Routine für zu Hause

Yoga, Qigong oder Meditationen kann man überall machen – auch zu Hause. „Wer in den Flow kommen und sich eine regelmäßige Praxis angewöhnen will, beginnt zum Beispiel mit der Yogaübung des Sonnengrußes“, erläutert Petra Humer, Yogalehrerin und verantwortlich für das Marketing bei Indigourlaub. „Gerade morgens hilft uns das, Körper und Geist aufzuwecken und zu mobilisieren“, sagt Petra Humer. Wie genau der

Sonnengruß geht, wird in diesem Video erklärt. Weitere Tutorials und Übungsabfolgen finden sich im Youtube-Kanal des österreichischen Reiseveranstalters Indigourlaub. „Grundsätzlich sind sie für jeden geeignet und sorgen für körperlichen sowie geistigen Ausgleich zu den Belastungen des Alltags“, so die Expertin. **www.indigourlaub.com**

Foto (download): Ausgleich zum Alltag findet Petra Humer von Indigourlaub bei Yoga-Übungen im Studio oder zu Hause. Bildnachweis: Indigourlaub/Kathrin Reiter



Füssen/Lebensspur Lech:

Regionale Künstler im Live-Stream

Musik tut Körper und Seele gut – auch aus der Ferne. Zu diesem Zweck startet ab sofort eine Serie von Live-Streams, bei denen Künstler aus Füssen und Umgebung Zuschauer musikalisch in die Allgäuer Schlosspark-Region mitnehmen. So besonders die Orte sind, an denen die Auftritte gefilmt werden, so vielfältig ist auch die Musik: Die Auswahl reicht von Klassik über Rock und Jazz bis hin

zu traditioneller Volksmusik – bunt und facettenreich wie die Lechstadt und ihre Kulturszene. Die Füssen-Streams gehen jeweils freitags um 17.30 Uhr online, dauern 15 bis 20 Minuten und sind live oder zu einem späteren Zeitpunkt zu sehen. Dort werden auch die mitwirkenden Musiker und Ensembles vorgestellt. Die Aufnahmeplätze hingegen bleiben bis zur Ausstrahlung geheim. In den kommenden Wochen treten zum Beispiel Klassik-Gitarist Nicolas Kyriakou (8. Mai 2020), die Musikkünstler Chris Green & Melanie Patzner (15. Mai), Pianist Dr. Konstantin „Konsti“ Kalogeropoulos (22. Mai) und Sänger Siegfried Heer (29. Mai) auf. Füssen ist Portalort des gesundheitstouristischen EU-Projekts Lebensspur Lech. **www.fuessen.de/fuessen-streams**, **www.lechweg.com/lebensspur**

*Foto (download): Bei den musikalischen Live-Streams an Füssens schönsten Schauplätzen treten verschiedene Künstler aus der Kneippstadt an der „Lebensspur Lech“ auf
Bildnachweis: Füssen Tourismus und Marketing*



Barberyn Resorts/Sri Lanka:

Webinar rund um Ayurveda daheim

Zahlreiche Ayurveda-Anhänger mussten in diesem Frühjahr auf ihre jährliche Kur in den Barberyn Resorts auf Sri Lanka verzichten. Als Ausgleich kommen die mehrfach ausgezeichneten Ayurveda-Experten die nächsten Wochen per Videokonferenz ins Haus, und zwar jeden Sonntag um 11 Uhr. Die Ankündigungen dazu finden Interessierte auf der Webseite der Barberyn Resorts sowie auf Facebook und Instagram. Das angebotene Programm reicht von einfachen Meditationen, Yoga und Pranayama (Atemübungen) über Tipps für den Ayurveda-Tagesablauf bis hin zu einem Online-Kochkurs mit den Ayurveda-Köchen.

www.barberynresorts.com

Foto (download): Mit Räucherstäbchen den Duft des Ayurveda ins Haus holen. Die Barberyn Resorts bieten während der nächsten Wochen sonntags um 11 Uhr kostenlose Webinare an. Bildnachweis: AHM



Allgäu Sonne/Oberstaufen:

Workout mit dem Personal Trainer im Wohnzimmer

Bewegung an der frischen Luft ist wichtig. Wer zusätzlich gezielt bestimmte Muskeln trainieren möchte, muss auf sein Workout nicht verzichten, nur weil das Fitnessstudio geschlossen ist. Auf der Website des 5-Sterne-Hotels Allgäu Sonne in Oberstaufen zeigt Sportbetreuer Charly Geretshauer in verschiedenen Videos, welche Übungen sich eignen, um Rücken-, Oberschenkel- oder

Bauchmuskeln aufzubauen. „Bevor es losgeht, lockert man alle Gelenke, etwa durch Schulterkreisen und Knieheben“, empfiehlt Charly. „Die Übungen werden bestenfalls in 3 Sätzen trainiert – anfangs mit 10 bis 15 Wiederholungen, dann mit der Zeit steigern.“ Weitere Gratis-Videos werden nach und nach hochgeladen, Infos gibt es im Newsletter des Sport- und Wellnesshotels sowie auf Facebook und Instagram. **www.allgaeu-sonne.de**

Foto (download): In den kostenlosen Videos auf der Website des 5-Sterne-Hotels Allgäu Sonne zeigt Sportbetreuer Charly Geretshauer, wie man sich auch zu Hause fit hält. Bildnachweis: Allgäu Sonne

Pressekontakt

Jessica Harazim

+49 8807 21490-15

jessica.harazim@hermann-meier.de

Tom Carlos Kupfer

+49 8807 21490-14

tc.kupfer@hermann-meier.de

Angelika Hermann-Meier PR

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

info@hermann-meier.de

www.hermann-meier.de

