

## Jenseits von Afrika

### The Royal Livingstone Hotel by Anantara in Sambia lädt zu Retreat - Wellness am Ufer des Sambesi

Mental Health im Fokus: Das Royal Livingstone Hotel by Anantara nahe der Victoriafälle in Sambia legt ein exklusives Package für Erholungssuchende auf. Inmitten des Mosi-oa-Tunya-Nationalparks bietet das Refugium mit dem „Sophrology Sleep Retreat“ von 25. bis 28. Juni 2022 ein holistisches Programm mit täglichen Gruppen- und Einzelstunden unter der Leitung von Coach Ishana Maharaj. Mit gezielten Atem-, Visualisierungs- sowie Konzentrationsübungen stellt die Heilmethode Sophrologie einen Zustand zwischen Wachsein und Schlaf her und wirkt präventiv wie lindernd bei Schlafstörungen, Burnout und Ängsten. Weitere Anwendungen erleben Gäste im Anantara Spa, das mit drei Pavillons sowie einem Ruhebereich am Fluss Sambesi, einem Pool und einem idyllischen Garten aufwartet. Eine Signature Massage sowie eine Gesichtsbildung ist für Retreat-Teilnehmende bereits inkludiert. Zu den Highlights zählt die Zambezi Massage nach der traditionellen Ukuchina-Technik. Im hoteleigenen Park finden sich zahlreiche Zebras, Affen und Giraffen. Das Arrangement Sophrology Sleep Retreat inklusive drei Übernachtungen mit Frühstück und den genannten Leistungen kostet ab 744 Euro pro Person. Weitere Informationen finden sich unter [www.anantara.com/en/royal-livingstone/offers/sophrology-sleep-retreat](http://www.anantara.com/en/royal-livingstone/offers/sophrology-sleep-retreat).

Wer eine naturnahe Auszeit sucht, ist im The Royal Livingstone Hotel by Anantara ohnehin an der richtigen Adresse. Die Victoriafälle erreichen Urlaubende von allen 173 Zimmern und Suiten in nur zehn Minuten zu Fuß. Ein hoteleigener Zugang gewährt ihnen unbegrenzten Einlass zu Afrikas größten Wasserfall. Dank der Lage eignet sich das Hotel ideal, um den Mosi-oa-Tunya-Nationalpark zu erkunden. So starten Naturliebhaber von dort zu Flusssafaris oder Helikopterflügen. Mutige schwimmen im Devil's Pool am Rand des Wasserfalls oder genießen die Batoka Schlucht beim Rafting vom Fluss aus.

.../2



#### Über Anantara:

Seit Jahrhunderten stellen die Menschen in Thailand ein Gefäß mit Wasser vor ihre Häuser, als Erfrischung für vorbeigehende Reisende. Der Name Anantara leitet sich von einem alten Sanskrit-Wort ab und bedeutet "grenzenlos", als Symbol für die herzliche Gastfreundschaft, die das Kernziel der Anantara Gruppe ausmacht. Vom üppigen Dschungel und einsamen Stränden bis hin zu Wüsten und Großstädten - derzeit verfügt die Gruppe über mehr als 40 Häuser in Thailand, auf den Malediven, in Indonesien, Vietnam, Sri Lanka, Oman, Portugal, Spanien, China, Kambodscha, Mosambik, Sambia, Tunesien, Katar und in den Vereinigten Arabischen Emiraten. Weitere Resorts folgen in Asien, Europa, Afrika und im Nahen Osten. [www.facebook.com/anantara](https://www.facebook.com/anantara) | Twitter und Instagram: @anantara\_hotels

#### Über Minor Hotels:

Minor Hotels (MH) ist als Eigentümer, Betreiber und Investor von aktuell 517 Hotels, Resorts, Camps und Serviced Suites tätig. Neben den eigenen Marken Anantara, AVANI, Tivoli, Oaks, M Collection, NH Collection, NH, nhow sowie Elewana entwickelt und betreibt das in Thailand ansässige Unternehmen Marken wie Marriott, Four Seasons, St. Regis, Radisson Blu und Minor International. Durch den Erwerb der NH Hotel Group im Oktober 2018 verfügt MH über Hotels in 53 Ländern - darunter Asien, der Nahe Osten, Afrika, der Indische Ozean, Europa, Nord- und Südamerika sowie Australien. Mit der Eröffnung neuer Häuser der bestehenden Marken und strategischen Übernahmen setzt MH die Expansion weiter fort. Mehr Informationen finden sich online unter [www.minorhotels.com](http://www.minorhotels.com).

#### Copyright Fotos:

Bilder: © The Royal Livingstone Victoria Falls Zambia Hotel By Anantara

München/Bangkok, 19. Mai 2022

#### Für weitere Presseinformationen:

Carmen Stromberger /  
Bettina Ruhland  
STROMBERGER PR GmbH  
Kistlerhofstraße 70  
Haus 5, Gebäude 188  
81379 München, Deutschland  
T +49(0)89/189478-87  
[minor@strombergerpr.de](mailto:minor@strombergerpr.de)  
[strombergerpr.de](http://strombergerpr.de)

Natasha Rhymes  
Anantara Hotels, Resorts & Spas  
17th Floor, Berli Jucker House  
99 Soi Rubia  
Sukhumvit 42 Road  
Bangkok 10110, Thailand  
T +66(0)2365 7679  
[nrhymes@minor.com](mailto:nrhymes@minor.com)  
[anantara.com](http://anantara.com)