

Inspirations by **STROMBERGER PR**

Abschalten in der Dämmerung

Wenn der Tag zur Nacht wird, liegt etwas Besonderes in der Luft. Dusking - abgeleitet vom englischen „dusk“ für Dämmerung, ist ein Trend, der den Übergang von Tag zu Nacht in den Fokus rückt: Lichter aus, Blick in die Natur und bewusstes Innehalten ohne Ablenkung. Kein großes Programm, sondern ein altes niederländisches Ritual, das aktuell neu entdeckt wird und für das es lediglich eine Sitzgelegenheit und schöne Aussicht braucht.

Wie gut Dusking tut, zeigt ein Blick auf die Wissenschaft. Studien belegen, dass das durchschnittliche Zuhause abends so hell beleuchtet ist, dass es den Biorhythmus vieler Menschen stört. Das künstliche Licht unterdrückt die Produktion von Melatonin, dem Hormon, das den Schlaf einleitet. Wer hingegen die natürliche Dämmerung bewusst wahrnimmt, bereitet den Körper sanft auf den Schlaf vor. Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen Hotels in Deutschland, Österreich und Marokko vor, die dafür den perfekten Rahmen bieten - mit Terrassen, Ausblicken in die Natur und einer Atmosphäre, die zum Loslassen einlädt.

Wir freuen uns, wenn wir Ihr Interesse wecken konnten. Alle Bilder lassen sich per Klick auf das entsprechende Motiv in hochauflösender Qualität herunterladen.

Mit herzlichen Grüßen

Amelie Donner & Melanie Meisersick

STROMBERGER PR

meisersick@strombergerpr.de

Die Stille der Natur

Hofgut Hafnerleiten | Bad Birnbach, Deutschland

hofgut.info

Weit weg vom künstlichen Licht und Alltagslärm entfaltet das malerische Hofgut Hafnerleiten in Niederbayern seine Magie. Das Hotel, bestehend aus zehn für ihre Architektur preisgekrönten Themenhäusern, drei Einzelzimmern und vier Doppelzimmern, liegt idyllisch inmitten von 30.000 Quadratmetern nahezu unberührter Natur.

Ob im Haus am See, im Gartenhäuschen oder im Baumhaus - der wunderschöne Blick über Felder, Wiesen und ins Tal bietet die perfekte Kulisse, um den Tag ausklingen zu lassen, den Alltag zu vergessen und neue Kraft zu tanken. Hier fällt es leicht, ganz bewusst offline zu gehen und die Dämmerung zu genießen.

Besonders eindrucksvoll lässt sich das Dusking auf der eigenen Terrasse - vielleicht mit einem Bier aus der kleinen, hoteleigenen Brauerei - genießen. Wer den Moment mit anderen teilen möchte, trifft sich am Feuerring im Innenhof mit Gleichgesinnten zu Gesprächen und einem gemeinsamen Moment der Achtsamkeit.



Achtsamkeit mit Ausblick

WALD.WEIT Rheingau Hotel & Retreat | Kiedrich, Deutschland

wald-weit.com

Wenn die Sonne langsam hinter den sanften Hügeln des Rheingaus versinkt und die Abenddämmerung einsetzt, bleibt im WALD.WEIT gefühlt kurz die Zeit stehen. Eingebettet in 18 Hektar hoteleigenen Wald wird der Übergang vom Tag zur Nacht zu einem eindrucksvollen Erlebnis. Die großzügigen Zimmer und Suiten mit Balkon öffnen den Blick weit in die Natur und schaffen die perfekte Voraussetzung, um das

allabendliche Naturspektakel auf sich wirken zu lassen. Beispielsweise dient die WEIT.BLICK Lodge als Rückzugsort mit Panorama über das Rheintal und die umliegende Landschaft - gestaltet mit natürlichen Materialien und weichen Formen, die eine erholsame Atmosphäre schaffen. Noch mehr Entspannung wartet auf dem Dach des Hotels: Finnische Sauna, Kräutersauna und Infrarotsauna sowie zwei

Massageräume laden dazu ein, den Tag hinter sich zu lassen, bevor beim Dusking der Abend willkommen geheißen wird.

Wer den Abend im Beisein Anderer ausklingen lassen möchte, kann in der Rooftop-Bar WALD.TROPFEN den Sonnenuntergang bei Cocktails und Weinen bewundern oder regionale und saisonale Kulinarik im Restaurant WALD.FEIN genießen.



Wellness im alpinen Abendlicht

Bergkristall - Mein Resort im Allgäu | Oberstaufen, Deutschland

bergkristall.de

Auf 850 Metern Höhe gelegen, bietet der großzügige Wellnessbereich des Bergkristall - Mein Resort im Allgäu ganztägig eine atemberaubende Aussicht auf die umliegende Berglandschaft. Seit der umfassenden Renovierung im letzten Jahr finden Gäste hier vor allem in den neuen Ruhebereichen sowie in den In- und Outdoor-Pools ideale Rückzugsorte, um die blaue Stunde in aller Stille zu genießen.

Im Kristall Spa - LICHT, KRAFT, KLARHEIT ist alles in Balance - die Menschen, die Architektur und die Anwendungen. Pools, Saunen, Fitnessbereiche und der Head Spa verschmelzen zu einem ganzheitlichen Erlebnis aus Achtsamkeit und innerem Gleichgewicht.

Während die Sonne langsam hinter den Allgäuer Bergen verschwindet und den

Himmel zunächst in weiche Gold- und Rosétöne und dann ein tiefes Blau taucht, beginnt das eigentliche Dusking: Eingehüllt in warmes Wasser, ohne Handy und mit dem Blick in die Ferne gerichtet, kehrt spürbare Gelassenheit ein. Auf den Schwebeliegen oder im überdachten Outdoor-Whirlpool zählt der Moment - ganz im Einklang mit sich selbst und der Natur.



Rückzugsort zwischen Bäumen

FORSTGUT | Bayerischer Wald, Deutschland

forstgut.de

Während die Geräusche des Tages langsam verstummen und nur noch das Knistern des Feuers zu hören ist, weckt das Dusking im FORSTGUT alle Sinne. So liegt der Duft von Erde, Holz und Moos in der Luft und der Blick schweift über die Silhouette des hauseigenen Gutswaldes. Einfach mal nichts tun und nichts müssen, lautet die Philosophie des Chaletdorfes bei Regen im

Bayerischen Wald. Entsprechend verbringen Gäste die Abendstunden hier ganz individuell in einer Hängematte im Wald, bei einer Yogaeinheit oder ganz privat in einem der sieben luxuriösen Waldchalets oder einer der fünf stilvollen Suiten.

Bodentiefe Fenster verbinden Innen und Außen und eröffnen den Blick auf den

magischen Übergang vom Tag zur Nacht: Aus der freistehenden Badewanne, dem gemütlichen Bett oder der eigenen Sauna. Auch das Abendessen richtet sich dank vorbereiteter Menüs im Glas nach dem eigenen Rhythmus. So klingt der Tag im FORSTGUT mit dem Geschmack von regionalen Leckereien aus. Stressfrei und ganz ohne Vorgaben.



Außerhalb wohlfühlen

Jordan's Untermühle | Köngernheim, Deutschland

jordans-untermuehle.de

„Außerhalb 1“ ist mehr als nur die Adresse des rheinhessischen Wellness- und Genuss-hotels. Es ist eine Haltung. Raus aus dem Trubel, rein in die Landschaft. Umgeben von Wiesen, Hügeln und Weinbergen ticken die Uhren hier langsamer. Alle 43 Zimmer sind Rückzugsorte zum Durchatmen. Allen voran die Spa-Suiten mit freistehender Badewanne oder eigener Sauna.

Auch im hoteleigenen Herz & Rebe Spa lässt sich der Tag verlangsamen. Beim Yoga mit Blick ins Grüne, Signature Treatments mit Wein, einem Aufguss in der Saunamühle oder beim sich treiben lassen im Outdoorpool.

Nach einem kreativen, regionalen Drei-Gänge-Dinner von Küchenchefin Luisa Jordan im hauseigenen Restaurant „Lu's Bunter

Genuss“ wird es Zeit, den Sonnenuntergang zu genießen. Auf dem eigenen Balkon, der Terrasse oder in der lichtdurchfluteten Lounge, in der der Kamin wohlig knistert. Mit einem Glas rheinhessischem Riesling oder dem Signature Cocktail „MühlenGEIST“ in der Hand, während Hase und Reh noch einmal durch die letzten Sonnenstrahlen huschen.



© Franz Wüstenberg / Jordan's Untermühle

Abendstimmung und Bergpanorama

Forsthofalm | Leogang, Österreich

forsthofalm.com

In absoluter Alleinlage und fernab von der Lichtverschmutzung großer Ortschaften thront die Forsthofalm auf 1.050 Höhenmetern über den Leoganger Steinbergen. Das Holzhotel bietet einen Mix aus Natur, Wellness und Aktivprogramm. Von Fitnesskursen auf der Dachterrasse über Schwimmen im beheizten Rooftop Pool bis hin zu Yoga-Sessions bei Sonnenuntergang,

ist für jeden etwas dabei. Für Entspannung sorgt das Sky Spa mit Saunen, Alm-Kräuter-Aufgüssen und wohltuenden Massagen bei einem 360°-Panoramablick über die Berglandschaft. Nach einem aktiven Tag und viel Wellness rückt der Abend in den Fokus. In der angenehmen Atmosphäre der Dämmerung bieten Wasserbetten, Kuschelliegen oder Outdoor-Betten mit

freiem Blick auf die Berge den idealen Rahmen um runterzukommen. Das aus Mondholz erbaute Hotel verströmt einen angenehmen Zirbenduft, der die Herzfrequenz und den Schlaf nachweislich auf natürliche Weise positiv beeinflusst. Im schwindenden Licht des Tages trifft der Holzgeruch auf die klare Bergluft und lässt Gäste tiefenentspannt zurück.



Eine Oase der Ruhe

Barceló Palmeraie Oasis Camp | Marrakesch, Marokko

barcelo.com

Mit den letzten Sonnenstrahlen, die hinter den Palmenhainen verschwinden, legt sich eine erholsame Stille über das Palmeraie Oasis Camp. Nur wenige Kilometer außerhalb von Marrakesch gelegen, verbindet das Camp Komfort mit ursprünglichem Wüstenerlebnis. Sechs großzügige Zelte, alle mit eigenem Pool, gruppieren sich um offene Loungebereiche sowie eine Feuerstelle und

schaffen so einen privaten Rückzugsort fernab der trubeligen Souks der historischen Königsstadt.

Das warme Abendlicht taucht die Anlage in goldene Töne, während Fackeln und Kerzen vor jedem Zelt eine gemütliche Atmosphäre schaffen. Stimmen werden leiser, Bewegungen langsamer, der Blick schweift

über die weite Wüstenlandschaft. Mit der Dämmerung kehrt eine fast meditative Stimmung ein - nur unterbrochen vom Zirpen der Grillen, dem fernen Winseln von Wüstenfüchsen oder den Rufen von Dromedaren. Dusking steht hier für das Ankommen, Loslassen und das intensive Wahrnehmen des Hier und Jetzt.

