



HOTEL HOCHSCHÖBER

Besinnung für Kopf und Körper

**Hotel Hochschober präsentiert ausgewählte Retreats -
Fünf besondere Auszeiten für extra Wohlbefinden und frische Energie**

Direkt am Turracher See auf rund 1.800 Höhenmetern gelegen, steht das Vier-Sterne-Superior-Hotel Hochschober seit fast 100 Jahren für ein ausgezeichnetes Angebot für Erholungssuchende und Genussurlaubende. Gastgeberfamilie Leeb und Klein legt dabei viel Wert darauf, Bestehendes weiterzuentwickeln und durch neue Impulse zu ergänzen: der authentische Chinaturm direkt am Seeufer, der original orientalische Hamam und das beheizte See-Bad. So ist es wenig verwunderlich, dass genau dieser besondere Ort Schauplatz für eine Vielzahl liebevoll ausgewählter Retreats ist. „Im Hochschober spüren die Gäste, dass unsere höchste Priorität echte Entspannung ist. Das zeigt sich in den mehr als 100 Inklusivleistungen ebenso wie in unseren sorgfältig ausgewählten Retreats, die einen besonderen Mehrwert für Körper und Geist bieten“, so Gastgeberin Karin Leeb. Gemeinsam mit Experten sind Angebote aus Yoga, Eisbaden und Frauengesundheit entstanden, bei denen die Teilnehmenden weit über bloße Wellness hinausgeführt werden. Die Retreats, von denen manche ganz neu und andere bereits etablierte Gästefavoriten sind, folgen jeweils einem klaren inhaltlichen Fokus, wobei erfahrene Coaches die Workshops und Bewegungseinheiten anleiten.

Ladies Health Week - 13. bis 18. September 2026

Neu im Programm ist die Ladies Health Week, bei der unter der medizinischen Leitung von Dr. Isabella Schwartz (Medical Detox Retreat Center, Mallorca) moderne Präventivmedizin mit Körperarbeit nach dem RE.NYOU-Konzept verbunden werden. Morgendliche Medical Yoga Sessions und abendliche Somatic-Einheiten wechseln sich ab; eine antientzündliche Detox-Küche begleitet das Programm.

Paarzeit - 27. September bis 2. Oktober 2026

Raum für Nähe und das gemeinsame Wir: Angeleitet von Psychotherapeutin und Coach Dr. Anna Maria Cavini widmet sich dieses Angebot der Beziehungspflege - mit Impulsen aus Psychotherapeutischer Medizin, Coaching und Achtsamkeit. Familien mit Kids können während der Workshops die Kleinen in der hoteleigenen Kindervilla betreuen lassen.

Kraftquelle Kaltbaden - 4. bis 9. Oktober 2026

Dr. Josephine Worseck und Douwe van den Berg führen zum wiederholten Male Schritt für Schritt in die Heilkraft der Kälte ein. Atemübungen und Meditationen in Verbindung mit Kaltbade-Sessions im Turracher See verhelfen den Teilnehmenden zu merklicher Stressregulation, stärken das Immunsystem und liefern konkrete Werkzeuge für den Alltag.

haki® Wochen - 19. bis 23. Oktober 2026

Eine Wohltat für alle, die im Alltag oft unter Strom stehen: Harald Kitz, Begründer der haki®-Methode, begleitet die beliebte Woche persönlich. Auf dem Programm stehen sanfte Körper- und Atemübungen, Einheiten im orientalischen Hamam, eine stille Wanderung sowie eine Nachtwanderung in der Natur. Ergänzend können individuelle haki®-Behandlungen hinzugebucht werden.

Yoga am Berg Wochen - 1. bis 13. November 2026

Die mehrfach im Jahr stattfindenden Retreats unter dem Motto „Yoga am Berg“ gehen in die Wintersaison: In der ersten Woche suchen Gäste mit Alexandra Stadler den Winter-Flow, in der zweiten Woche lädt Petra Feier zum Soul Motion Retreat. Pro Tag finden bis zu drei Yogaeinheiten nach unterschiedlichen Stilen und Schwerpunkten statt.

Eine Übernachtung im Klassik Zimmer im Hotel Hochschober kostet ab 400 Euro für zwei Personen mit Verwöhpension und mehr als 100 Inklusivleistungen. Alle Informationen und Buchungen unter www.hochschober.com/angebote.

Über das Hotel Hochschober

Maßgebende Innovationen, gelebte Tradition und die natürliche Herzlichkeit der Gastgeberfamilie Leeb und Klein sowie rund 130 Mitarbeiter aus 18 Nationen zeichnen das Vier-Sterne-Superior-Hotel Hochschober aus. Auf 1.763 Metern Seehöhe am Ufer des Turracher Sees in Kärnten gelegen, beherbergt es 116 Zimmer, Bibliothek, Spielraum, ein Basislager für sportlich Aktive, eigene Kinder- und Jugendvilla auf zwei Stockwerken mit Baumhausdorf sowie den Klangturm für Klein und Groß. Als Highlights begeistern ein orientalischer Hamam mit Waschungen aus 1001 Nacht, ein vierstöckiger authentischer Chinaturm, das einzigartige See-Bad und die Waldvilla mit Fitnessstudio und Bewegungsraum die Gäste. Der frisch erweiterte Kristall-Spa umfasst auf 6.000 Quadratmetern mehrere Saunen und Ruheräume direkt am Seeufer. Unter dem Motto „HochschoberN“ versüßen über 100 Inklusivleistungen den Urlaub von früh bis spät.

München/Turracher Höhe, 23. Juni 2026

Für weitere Informationen:

Sonia Becker/ Teresa Hofmeister
STROMBERGER PR GmbH
Gerhofstraße 1-3
20354 Hamburg, Deutschland
T +49(0)174/3236602
becker@strombergerpr.de
strombergerpr.de

Chiara Krebs
Hotel Hochschober
9565 Turracher Höhe 5
Österreich
T +43(0)4275/82-13-520
chiara.krebs@hochschober.com
hochschober.com