

Das Leben als Erlebnis

Seezeitlodge Hotel & Spa etabliert Seezeit re.connect als neues Leitkonzept - Vier Wege zu ganzheitlicher Gesundheit, mentaler Balance und Langlebigkeit

Longevity ist in aller Munde. Oft reduziert auf messbare Effekte, kurzfristige Programme und äußere Optimierung. Mit Seezeit re.connect setzt die Seezeitlodge Hotel & Spa im Saarland ab sofort einen Gegenpol und stellt nachhaltige Gesundheit, mentale Balance und echte Langlebigkeit in den Fokus. Als ganzheitliches Konzept bildet Seezeit re.connect die Dachmarke für die vier neu ausgerichteten Erlebniswelten: Basis aktivieren, Kraft aufbauen, Energie freisetzen und Mental stärken. Zusammen prägen sie das Spektrum für einen bewussteren Lebensstil, in Verbindung mit der Natur, dem Kraftort am Bostalsee und sich selbst. Versehen mit vielen neuen Impulsen steht dabei das Individuum im Mittelpunkt. Ergänzend zu klassischen Wellness- und Selfcare-Angeboten integriert die Seezeitlodge vertiefende, wissenschaftlich fundierte Anwendungen auch in die Bereiche Schlafqualität, Regeneration und Stressbalance. So entstand ein konsequent weiterentwickeltes Wellbeing-Erlebnis, ergänzt um neue Impulse für ein nachhaltiges Wohlbefinden. Ein vertiefender Zugang zum Konzept gelingt mit dem Arrangement „Seezeit re.connect re.treat - Deine bewusste Verbindung“, das vom 26. Juli bis 31. Juli über fünf Nächte stattfindet und ab 2.205 Euro pro Person buchbar ist. Im Mittelpunkt stehen ausgewählte Highlights wie eine individuelle uVida Ruheanalyse, zwei Reiki-Sessions sowie ein Vortrag zum Thema Schlaf als Grundlage von Vitalität und Wohlbefinden. Inhaltlich vertieft wird das Retreat durch Formate wie den Coaching- und Kreativ-Workshop „re.connect - Zurück zu dir“, Bewegungseinheiten wie „Tanz deine Seele frei“ sowie gezielte Impulse durch geführte Atemsessions, Meditationen und praxisnahe Ansätze zur Verbesserung von Schlaf und innerer Balance. Die Seezeit Kulinarik sowie die Nutzung des 5.000 Quadratmeter großen Seezeit Spa sind ebenfalls inkludiert. Weitere Informationen finden sich unter www.seezeitlodge-bostalsee.de/seezeit-reconnect.

Wer möchte, kann bereits ab einer Buchung von zwei Nächten vor der Anreise mithilfe des sogenannten Erlebniskompasses die passende Erlebniswelt identifizieren. Auf Basis einer persönlichen Einschätzung werden individuelle Schwerpunkte erfasst und darauf abgestimmte Anwendungen sowie Rituale empfohlen. Die Nutzung bleibt dabei bewusst individuell und ohne feste Vorgaben. Die vier Erlebniswelten bilden den Rahmen des Konzepts und greifen unterschiedliche Bedürfnisse auf: „Basis aktivieren“ steht für Ankommen, Erdung und Vitalisierung, etwa durch Naturerlebnisse oder bewusste Ernährung. „Kraft aufbauen“ fokussiert sich auf Stabilität und körperliche Leistungsfähigkeit durch gezielte Bewegung.

.../2



„Energie freisetzen“ fördert Regeneration und neue Impulse, etwa durch Atemübungen oder Kältetraining. „Mental stärken“, widmet sich Achtsamkeit, Ausgleich und Selbstwirksamkeit. Diese Struktur findet sich auch im 5.000 Quadratmeter großen Seezeit Spa wieder, das mit keltisch inspirierten Anwendungen, innovativen Behandlungen sowie Rückzugsorten, Infinity Pool, Naturbadeteich und Außensaunadorf Raum für Regeneration bietet. Auch die Kulinarik greift diesen Ansatz auf und setzt auf leichte, naturverbundene Gerichte mit regionalen Zutaten und Kräutern. Zudem gibt es zu jeder Erlebniswelt eigens kreierte Seezeit re.connect Cocktails.

Ergänzt wird Seezeit re.connect durch ein ausgewähltes Netzwerk an Partnern, die ihre Expertise in das Angebot einbringen. Dazu zählen unter anderem BABOR, Ilumaa Lymphatic, Landsberg, uVida, BLACKROLL und Saint Charles Apothecary. Sie erweitern das Konzept um zusätzliche Anwendungen und individuelle Angebote. „Mit Seezeit re.connect möchten wir unseren Gästen Impulse geben, die über den Aufenthalt hinaus wirken“, sagt Kathrin Sersch, Geschäftsführerin und Gastgeberin der Seezeitlodge. „Es geht darum, neue Zugänge zu sich selbst zu finden und daraus Routinen zu entwickeln, die sich auch im Alltag fortsetzen lassen.“ Seezeit re.connect bietet Raum für persönliche Erlebnisse, ob im Rahmen speziell konzipierter re.treats oder ganz individuell, inspiriert von wertvollen Vertiefungen.

Über Seezeit re.connect

Seezeit re.connect schafft Raum für Inspiration, Neugier und den Moment, sich bewusst zu verbinden.

Über die Seezeitlodge Hotel & Spa

Die Seezeitlodge Hotel & Spa ist ein natürlicher Kraftort, eingebunden in die umgebende Mittelgebirgslandschaft und eng verknüpft mit der regionalen Kulturgeschichte. Bereits die Kelten ließen sich im Naturpark Saar-Hunsrück nieder. In exponierter Lage auf einem kleinen bewaldeten Kap versteht sich das Wellnessresort als Rückzugsort inmitten der Natur. Neben Elementen der Umgebung zieht sich auch die keltische Kultur der Region wie ein roter Faden durch die Seezeitlodge. Die Gäste erwartet neben 97 modernen Zimmern und Suiten, das Restaurant LUMI mit Terrasse und Community Table, die Bar NOX, eine Bibliothek, eine großzügige Lobby mit Lounge und Feuerstelle auf der Terrasse, drei Tagungsräume und das Seezeit Spa mit keltischem Saunadorf, Infinitypool und NaturBadeteich. Unter dem Credo „Echt schön. Schön echt.“ erschuf das Gastgeberpaar Kathrin und Christian Sersch mit viel Innovationskraft und Liebe zum Detail ein Hotel, das Wellnessurlauber, Sportler, Genießer sowie Kultur- und Naturliebhaber gleichermaßen begeistert. Weitere Informationen finden sich unter www.seezeitlodge-bostalsee.de.

München/Bostalsee, 19. März 2026

Für weitere Informationen

Michaela Struck von Wins/Victoria Kraft
STROMBERGER PR GmbH
Kistlerhofstraße 70, Haus 5, Gebäude 188
81379 München
T +49(0)89/189478-75
struckvonwins@strombergerpr.de
www.strombergerpr.de

Kathrin und Christian Sersch
Seezeitlodge Hotel GmbH
Am Bostalsee 1
66620 Gonneseiler
T +49 (0)6852/80980
mail@seezeitlodge.de
www.seezeitlodge-bostalsee.de