

Frühlingserwachen im Rheingau

**WALD.WEIT Rheingau Hotel & Retreat startet aktiv in den April -
Mit Laufpower, Retreats und Naturgenuss**

Mit dem April beginnt im WALD.WEIT Rheingau Hotel & Retreat ein Frühling, der ganz im Zeichen von Bewegung steht. Gäste können aktiv werden, Kraft tanken, sich verwöhnen lassen und exklusive Events genießen. Unter dem Leitgedanken „Relax, Reload, Perform“ bietet das Designhotel verschiedene Anwendungen und Impulse. Die Angebote reichen vom BABY.MOON Retreat für werdende Eltern über das RENEW.RETREAT mit Yoga, Atemtechniken und Naturerlebnissen bis hin zum energiegeladenen RUNNER'S WORLD CAMP für Laufbegeisterte. Abgerundet wird das vielseitige Programm durch das BALANCE.RETREAT mit Meditation und achtsamer Bewegung, bei dem Aktivität, Regeneration und innere Balance harmonisch zusammenfinden. Rund um das Hotel laden zudem Spazierwege zu kulturellen Sehenswürdigkeiten, Joggingrunden oder Radtouren durch Wald und Weinberge ein, während eigens angelegte Mountainbike-Trails mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden für Abwechslung sorgen. Weitere Informationen finden sich unter www.wald-weit.com. Reservierungen werden unter der Telefonnummer +49(0)6123 18445-0 und reservierung@wald-weit.com entgegengenommen.

BABY.MOON, 1. bis 4. April 2026

Eine ganzheitliche Auszeit für werdende Eltern verspricht das BABY.MOON Retreat, das Raum zum Innehalten, Kraftschöpfen und zur bewussten Vorbereitung auf die Geburt schafft. In einer naturnahen Umgebung verbindet das mehrtägige Retreat eine fachkundige Geburtsvorbereitung mit sanften Yoga- und Pilates-Einheiten sowie Entspannungsübungen. Gemeinsam starten die Teilnehmenden den Tag im Welcome Circle, genießen einen Morning-Glow-Spaziergang und teilen bewusst ausgewählte Mahlzeiten, während großzügige Pausen und Freiräume Zeit für Erholung bieten. Ergänzt wird das Programm durch emotionale Rituale wie den Blessingway - ein spirituell geprägtes Ritual zur Würdigung der schwangeren Frau auf ihrem Weg zur Geburt. Der Preis beginnt ab 1.740 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Halbpension und eignet sich für Mütter und Väter.

BALANCE.RETREAT, 2. bis 4. April 2026

Unter der Leitung von Jeanette Hangen bietet das BALANCE.RETREAT eine dreitägige Wohlfühlpause für Menschen, die gezielt nach innerer Ruhe und Regeneration suchen. Im Mittelpunkt stehen Achtsamkeit, Atemarbeit und Naturerlebnisse, die dabei helfen, Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen. Ruhezeiten und persönlicher Rückzug ermöglichen Erholung und Entspannung. Als psychologische Management-Trainerin, Mindfulness-Trainerin und Holistic Counsellor verbindet Jeanette wissenschaftliche Fundierung mit menschlicher Zugänglichkeit. So gelingt ihr ein klar strukturierter Rahmen, der Orientierung, Entspannung und wertvolle Anregungen für zu Hause vermittelt. Das Retreat kostet ab 998 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Halbpension.

RUNNER'S WORLD CAMP, 6. bis 13. April 2026

Eine Woche voller Energie erwartet Laufbegeisterte beim RUNNER'S WORLD Camp. Vom 6. bis 13. April treffen sich Teilnehmerinnen und Teilnehmer aller Leistungsstufen zu Trainings, Coachings und regenerativen Einheiten inmitten der Rheingauer Natur. Lauftechnik-Workshops, Yoga- und Stretching-Einheiten sowie informative Vorträge zu Ernährung und Motivation machen das Camp zu einem ganzheitlichen Erlebnis für Körper und Geist. Morgendliche Mobilisations- und Atemübungen, Gruppenläufe durch Weinberge, Wälder und entlang des Rheinsteigs sowie persönliche Coachings fördern Technik, Ausdauer und Regeneration. Jede Einheit ist dabei auf die jeweilige Leistungsgruppe abgestimmt. Untergebracht im WALD.WEIT in Kiedrich, genießen die Teilnehmenden moderne Zimmer mit Rheintalblick, Sauna und regionale Gourmetküche. Auch ein individueller 6-Wochen-Trainingsplan und ein Startplatz beim Mainz-Halbmarathon oder Zehn-Kilometer-Lauf sind inklusive. Das Camp startet bei 1.760 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Halbpension.

RENEW.RETREAT, 16. bis 19. April 2026

Ein bewusstes Erwachen für physische und mentale Energie ermöglicht das RENEW.RETREAT. Yoga, Meditation und achtsame Bewegung aktivieren neue Energie, reduzieren Stress und unterstützen eine nachhaltige Balance. Drei Übernachtungen in entspannter Atmosphäre mit Frühstück und ausgewählten Abendessen, tägliche Yoga- und Meditationssessions sowie die Nutzung der Rooftop-Sauna fördern Regeneration, Beweglichkeit und mentale Klarheit. Geleitet von Marlene Strohmayer, erfahrener Yogalehrerin mit vielfältigem Praxisrepertoire von Yin Yoga über Qi Gong bis Pilates, erleben Teilnehmende eine sanfte Auszeit, die Körper und Geist stärkt und neue Frühlingsenergie schenkt. Die Kosten liegen bei 997 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Halbpension.

Über das WALD.WEIT Rheingau Hotel & Retreat

Mitten im Rheingau, oberhalb des Weinorts Kiedrich, liegt das WALD.WEIT Rheingau Hotel & Retreat - ein exklusiver Rückzugsort in Alleinlage mit Blick über Weinberge, Wiesen und das Rheintal. Eingebettet in einen 18 Hektar großen, hoteleigenen Wald, verbindet das Designhotel moderne Architektur mit der Ruhe und Kraft der Natur. Nachhaltigkeit steht im Fokus: natürliche Materialien, erneuerbare Energien und Lebensräume für Tiere sind Teil des durchdachten Konzepts. Das WALD.WEIT bietet 80 stilvolle Zimmer, das Restaurant WALD.FEIN mit regionaler Küche, eine Rooftop-Bar, Panorama-Saunen auf dem Dach und zahlreiche Aktivitäten von Yoga und Massagen im Hotel über Mountainbike-Trails bis zu Wanderungen auf dem Rheinsteig. Vier Veranstaltungsräume mit Blick ins Grüne machen das Hotel auch zum idealen Ort für Tagungen und Feiern. Ein Hideaway für Naturliebhaber, Genießer und Ruhesuchende - mitten in einer der schönsten Weinregionen Deutschlands.

München/Kiedrich, 11. Februar 2026

Für weitere Presseinformationen

Carmen Stromberger /
Laura Hofbauer
STROMBERGER PR GmbH
Kistlerhofstraße 70, Haus 5, Gebäude 188
81379 München, Deutschland
T +49(0)89/189478-88
stromberger@strombergerpr.de
strombergerpr.de

Carolin Grimm
TT Hospitality GmbH & Co. KG
c/o WALD.WEIT Rheingau Hotel & Retreat
Am Hahnwald 1
65399 Kiedrich, Deutschland
T +49(0) 6132-995528
presse@wald-weit.com
wald-weit.com