

Asien-Gefühl in der Oststeiermark

Wellness. Nach dem Relaunch setzt der Traditionsbetrieb Paierl in Bad Waltersdorf noch stärker auf Ayurveda



Der ruhige Zen-Garten wurde nach asiatischen Kriterien angelegt. Die Gäste nutzen ihn zur Entspannung – oder als Massageraum



Ayurveda-Küche: Bhwana Sharma (li.) mit Küchenchef Roland Neubauer



Ayurveda-Therapeuten aus Südindien sind das ganze Jahr über im Hotel

VON INGRID TEUFL

Es ist nur warmes Öl, das aus der kleinen Öffnung im Boden des bauchigen Gefäßes fließt. Doch dieser, beständig gleichmäßige, dünne Ölstrahl fühlt sich wie ein Streicheln an. Als würde jemand ganz zart seine Fingerspitzen über die Stirn bewegen. Hin und her. Und wieder zurück. Manchmal bleibt die Bewegung aus, das Öl fließt punktuell über eine bestimmte Stelle zwischen den Augenbrauen. Dann erinnert der ayurvedische Stirnguss an ein sanftes Pulsieren. Laut der alten, indischen Gesundheitslehre Ayurveda befindet sich zwischen den Augenbrauen das „dritte Auge“ – der Ort der Intuition.

Der traditionelle indische Stirnguss soll beruhigend wirken, die Gehirnhälften harmonisieren und für Klarheit sorgen. Genau das Richtige, um dem Alltagsstress zu entkommen. Das dafür verwendete Öl kommt direkt aus Indien, die enthaltenen Kräuter sollen beruhigend wirken. Aufgrund all dieser Eigenschaften hat Gopakumar genau die Behandlung empfohlen. „Eine der besten für Sie, Sie werden sehen“, sagt er in perfek-

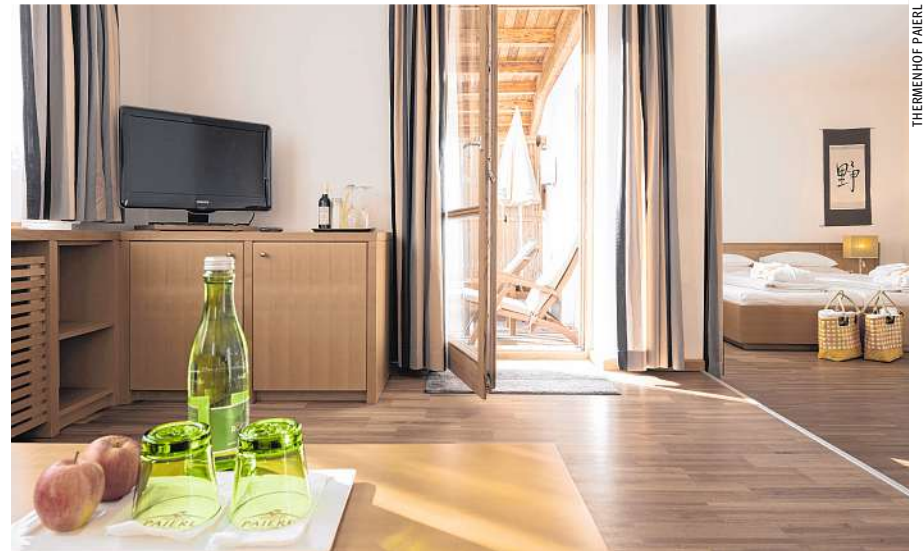
tem Deutsch. Seit einigen Jahren verbringt der Arzt aus dem südindischen Kerala den Großteil des Jahres im Wellness- und Ayurveda-Hotel Paierl im oststeirischen Bad Waltersdorf. Der studierte Chirurg hat sich ganz der alten Heilslehre seiner Heimat gewidmet und eine Bachelor-Ausbildung in Ayurveda-Medizin (BAMS) absolviert. In Österreich praktiziert er nicht als Arzt, sondern als sogenannter „Ayurveda Vaidya BAMS“. Bei den Ayurveda-Kuren (drei bis 21 Tage) arbeitet er mit dem steirischen Kurarzt Günther Fortmüller zusammen.

Ayurvedische Küche

Asien trifft die Steiermark – dieses Konzept mit Behandlungen und Massagen aus Ost und West ist im Hause Paierl schon seit 15 Jahren ein Schwerpunkt, mit der Zeit kam die Spezialisierung auf Ayurveda. Das Therapeutenteam arbeitet mittlerweile eng mit der Küchenbegleitung zusammen, seit einem Jahr gibt es auch eine speziell ausgebildete Ayurveda-Köchin. Die allerdings abseits der besonderen Zutaten aus Indien vor allem Produkte aus der Region verarbeitet.

Doch so eine authentische Kur, bei der neben Therapieanwendungen auch eine auf den jeweiligen Typ abgestimmte Ernährung zentral ist, braucht Zeit. Und die kann sich nicht jeder nehmen. Bei Paierl setzt man daher auf ein gemischtes System: Die Hotelgäste können einzelne Ayurveda-Behandlungen ebenso buchen, wie klassische „westliche“ Massagen oder entschlackende Wickel und Peelings.

Wohlfühlen in einer familiären Atmosphäre mit Naturmaterialien – dieses Motto zieht sich durch alle Bereiche im Hotel. „Die Kombination aus steirischer Herzlichkeit mit asiatischen Elementen und der Heilkunst Ayurveda sind das Herzstück unserer Philosophie“, erklärt die stellvertretende Geschäftsführerin Sieglinde Raser. Das Bad Waltersdorfer Thermalwasser aus der hauseigenen Therme verstärkt die Effekte der wohltuenden Anwendungen noch zusätzlich. Egal, ob man in einem der Innen- oder Außenpools planscht oder im mit Naturmaterialien neugestalteten Wellness-Bereich mit Dampfbad und Sauna relaxt. Für tiefe Entspannung sorgt der



Die asiatische Suite „Sabi“ wurde in ökologischer Bauweise mit Naturmaterialien gestaltet, hat Zugang zum asiatischen Garten. Der Name bedeutet „vornehme Würde“

klug angelegte Zen-Garten in einem ruhigen Gebäudeteil.

Apropos Ruhe – die finden Erholungsbedürftige ebenso in asiatisch oder klassisch-steirisch gestalteten Zimmern. Einige Räume sind seit Jahresbeginn mit einem speziellen Schlafkonzept nach neuesten Erkenntnissen der Schlafmedizin ausgestattet. Das soll die Selbstregenerationsmechanismen besser aktivieren. Und das ist fast so entspannend wie ein ayurvedischer Stirnguss.

Eine Klein-Region setzt auf die Schwerpunkte Wasser und Wein

Das Thermalwasser, das aus der Tiefe sprudelt, steht im Zentrum der 2-Thermenregion Bad Waltersdorf. Eigentlich hatte man in den 1970er-Jahren auf Erdöl gehofft, doch die Probebohrungen förderten heißes Wasser zutage. Das nutzte die Gemeinde – 1985 entstand eine öffentlich zugängliche Therme, die 2015 als „Heiltherme“ ihr 30-jähriges Jubiläum feierte. Heute sprudeln täglich 1,9 Millionen Liter Heilwasser aus dem Boden und werden neben der Heiltherme auch in der H2O-Therme sowie in einigen Hotels mit eigener Therme genutzt.

Die Region hat aber noch viel

mehr zu bieten. Ein 18-Loch-Platz wird Golfer zufriedenstellen, egal ob Anfänger oder Profi.

Wer mehr auf der Genießersseite unterwegs ist, kann rund um Bad Waltersdorf nicht nur zahlreiche Buschenschenken besuchen, sondern auch Weinbauern direkt über die Schulter schauen. Die Weingärten mehrerer Winzer reichen fast bis zum Wellness- & Ayurveda-Hotel Paierl heran. Das „WeinGut Glatz“ am Wagerberg bietet etwa kommentierte Weindegustationen, im Vintothek-Weinhof der Familie Pichler in Leitersdorfberg gibt es einen neu gestalteten Weinkeller.

Info



Anreise Mit dem Auto auf der A2 bis Abfahrt Bad Waltersdorf, mit dem Zug bis Bahnhof Bad Waltersdorf (Gratis-Abholung für Hotel-Gäste).

Hotel Das Wellness- & Ayurvedahotel Paierl (4*); früher Thermenhof Paierl) wurde vor knapp 30 Jahren eröffnet. Zuletzt wurde der Sauna- und Relax-Bereich (Styria-Saunawelt) komplett erneuert, ebenso einige Zimmer sowie die Restaurantterrasse neu gestaltet. www.paierl.at

Preise Zimmer ab 126 €/P. In allen Kategorien sind Inklusivleistungen (u. a. Lunch, Nachmittagsjause, Yoga, Aktivprogramm) enthalten.

Ayurveda-Kur z. B. Antistress & Relax (7 ÜN, 12 Anw.) 1702 €. Namaste – Ayurveda zum Kennenlernen (3 ÜN, 4 Anw.) ab 719 €. Pancha Karma zur Entgiftung und Harmonisierung (14 ÜN, 21 Anw.) 3312 €.

Auskunft www.badwaltersdorf.com



KURIER INFO

REISE INTERNATIONAL:

Nicole Ryda
05/1727/23722, Fax DW 932 3722
nicole.ryda@kurier.at

REISE ÖSTERREICH:

Christa Strini
05/1727/23760, Fax DW 932 3760
christa.strini@kurier.at

DIE BESTE ROUTE zu Ihrer Anzeige

kurieranzeigen.at

KURIER

Medieninhaber: KURIER Zeitungsverlag und Druckerei Ges.m.b.H., Leopold-Ungar-Platz 1, 1190 Wien **Herausgeber und Chefredakteur:** Dr. Helmut Brandstätter **Redaktion Reise:** Ingrid Bahrer-Fellner (Ltg.), Herbert Gartner, Maria Gurmman, Caroline Kaltenreiner, Belinda Fiebiger **Fotoredaktion:** Susanne Schoberberger **Layout:** Christian Fröhlich, Heinz Jogl **Geschäftsführer:** Mag. Thomas Kralinger, Dkfm. Mark Mickasch **Verleger:** Mediaprint Zeitungs- und Zeitschriftenverlag GesmbH & Co. KG, Mutthgasse 2, 1190 Wien **Hersteller:** Mediaprint Zeitungsdruckerei, 1230 Wien **Kontakt:** reise@kurier.at