

Heilende Auszeit an der Adria: Grandhotel Kvarner Palace (Region Kvarner, Kroatien)

Körper, Geist & Meer: Gesundheitswochen an der Crikvenica Riviera

130 Jahre Hotelgeschichte und 124 Jahre heilklimatischer Kurort: Das Hotel Kvarner Palace der Salzburger Hoteliersfamilie Holleis und die kroatische Küstenregion Crikvenica Riviera bilden das Dreamteam in Sachen Wellness und Gesundheitsvorsorge. Das 4-Sterne-Hotel empfängt seine Gäste in Küstenlage, mit einem 30.000 m² großen, mediterranen Park und fantastischem Blick über die Kvarner Bucht.

In den Herbstmonaten entfaltet sich an der Crikvenica-Riviera die potenzierte Kraft der Natur: Das spezielle Mikroklima, eine reiche Pflanzenwelt und die Kraft des Meeres bilden hier eine besondere Mischung, die u.a. Rheuma, Asthma, Allergien, Haut- und Lungenkrankheiten lindern kann: Die reine Anwesenheit genügt. Als „Kvarner Effekt“ bezeichnet, lockt das Mikroklima einst wie heute Gäste an und hat dazu geführt, dass sich Therapie- und Kurzentren entwickelten, die von internationalen Spitzensportlern zur Rehabilitation genutzt werden.

Das Grandhotel Kvarner Palace knüpft an diese langjährige Tradition an; hier steht im Herbst alles im Zeichen körperlichen Wohlbefindens. Das Oktober-Programm vereint medizinisch fundierte Gesundheitsimpulse mit wohltuender Entspannung und kulinarischen Genüssen.

Rücken stärken, atmen, die Seele in Balance bringen

Ein besonderes Highlight ist der **Rückenschule-Workshop** mit der erfahrenen Psychotherapeutin, Trainerin und ärztlich geprüften Yogalehrerin **Dr. Gabriele Danninger**. Unter professioneller Anleitung lernen die Gäste alltagstaugliche Übungen zur Stärkung Ihrer Rückenmuskulatur, zur Lockerung muskulärer Verspannungen und zum besseren Umgang mit Stress und psychosomatischen Belastungen. (26.10. – 2.11. 2025)

Christa Maier und Dipl. Ing. Wolfgang Purucker bieten mit ihrem Workshop „Genussvoll atmen – lustvoll leben“ ein Vitalitätsprogramm für Atem, Bewegung und Stimme (12.- 19.10. 2025). Im Workshop „Zeit für dich - Body-, Mind- & Soul-Balance“ mit Cora Böhm stehen Atem- und Entspannungsübungen, Meditationen und Energiesessions auf dem Programm (5.- 12.10. 2025).

Infos und Buchungen:

Hotel Kvarner Palace, HR - 51260 Crikvenica, Ul. Bráće Dr. Sobol 1, Tel: +385 / (0)51 / 38 00 00, hotel@kvarnerpalace.info, www.kvarnerpalace.info