



PRESSEINFORMATION

August 2020

Wellness zwischen Wald, Wiese und Wein in der Südsteiermark

Wohlfühl- und Beautyangebote im grünen Herzen Österreichs

München – 25. August 2020. Wandern, Radfahren und Genießen – gerade letzteres können Gäste in der Südsteiermark besonders gut, denn im grünen Herzen Österreichs sorgen zahlreiche Wellness- und Beautyangebote für das richtige Wohlbefinden im Herbst. Frische, regionale Speisen, unberührte Naturlandschaften und wärmende Sonnenstrahlen tragen zur Entschleunigung und Gesundheit bei. Wer sich also schon immer einmal auf eine Wanderung mit einer echten „Kräuterhexe“ begeben oder einen üppigen Weingarten aus der Perspektive des herabschauenden Hundes bestaunen wollte, ist in der Südsteiermark genau richtig.



© link: Peter Teubenbacher; mittig: Loesium Wine & Spa Resort; rechts: Vinoble Cosmetics

Yoga im Weingarten: die innere Balance finden

Yoga an den schönsten Plätzen unterrichten und davon leben können – das war Dr. Margit Weingasts Vision. Ihren Traum konnte sich die gebürtige Niederösterreicherin inzwischen erfüllen, gibt sie doch seit 2010 Yoga-Workshops inmitten der südsteirischen Natur. Eingebettet zwischen sanften Weinhügeln fällt die Tiefenentspannung für jeden Yogafreund gleich leichter. Gäste freuen sich beispielsweise auf Yoga- und Meditationsstunden im biologisch-dynamischen Weingut Tauss in Leutschach oder auf Achtsamkeits-Workshops im Vincent Hotel in Sulztal – Atemübungen, Klangmeditation und gesundes Essen inklusive.

Kräuter, Kochen und Kosmetik: unterwegs mit der Kräuterpädagogin

Unter dem Motto „Kraut und Ruabn“ vermittelt Kräuterpädagogin Anita Winkler in Oberhaag alles Wissenswerte rund um das heilsame Grün. Bei ihr führt der Weg zur Gesundheit nicht nur durch die Wiesen und

Wälder, sondern auch durch den Magen. So werden zunächst auf geführten Wildkräuterwanderungen die Zutaten für ihre Kochworkshops gesammelt und anschließend zu gesunden Vier-Gänge-Menüs verarbeitet. Zusätzlich gibt es zahlreiche Informationen zum gesundheitlichen Nutzen von Brennnessel, Gundelrebe und Co. sowie praktische Tipps zur Verarbeitung und Konservierung der Kräuter. Seifenworkshops und Seminare zum Thema grüne Naturkosmetik und natürliche Reinigungsmittel runden das vielfältige Kursprogramm der Kräuterpädagogin ab.

Südsteirische Kosmetik: naturnahe Pflegeprodukte aus Traube, Lavendel und Rosen

Wein und Wellness – das gehört in der Südsteiermark zusammen. Bei Luise Köfer und ihrer Marke „Vinoble Cosmetics“ gelangt der edle Tropfen in seiner ursprünglichen Form jedoch auf die Haut. Sie nutzt die Wirkstoffe der Traube für ihre breite Palette an kosmetischen Produkten – von der feuchtigkeitsspendenden Creme bis zum Anti-Cellulite- oder Anti-Aging-Präparat für Gesicht und Körper. Über 6.000 Liter Traubenkernöl werden jährlich zu 70 Pflegeprodukten verarbeitet. Die Manufaktur in Fresing kann im Rahmen einer Führung besichtigt werden. Auf dem Biohof Wunsum in Kitzack hingegen werden Biopflanzen auf der größten Lavendel-Anbaufläche Österreichs kultiviert. In der hofeigenen Manufaktur werden die Blüten nach der aufwendigen Ernte mit einem chinesischen Tee-Erntegerät getrocknet, gerebelt, gesiebt und schließlich zu über 120 verschiedenen Produkten wie Öle, Seifen und Parfüm verarbeitet. Für das seelische Wohlbefinden sorgen Leckereien wie Lavendelmarmeladen, Kräuter-, Tee- und Gewürzmischungen. Etwas weiter südlich in Arnfels hängt im Sommer ein sanfter Rosenduft in der Luft, denn hier pflanzt Erika Swoboda auf ihrem Sternhof seit 2007 die wohlriechende Damaszenerrose an. Diese verarbeitet sie in aufwendiger Handarbeit zu kosmetischen Produkten wie Seifen, Körperöle, Parfums oder Shampoos. Zu Swobodas Initiative SteirerROSE zählen zehn weitere Hobby- und Vollzeiterosenbauer, die sich dem biologischen Anbau von mittlerweile 7.000 Rosenstöcken widmen.

Waldbaden im Naturpark: fernöstliche Praktiken in Österreich

Nicht nur in Japan wird die natürliche Heilkraft des Waldes genutzt, sondern auch in der Steiermark, die als walddreischtes Bundesland Österreichs zahlreiche Möglichkeiten für die Trend-Naturheilmethoden bietet. Nachweislich stärken beim Waldbaden Mikroorganismen wie Pflanzenduftstoffe, Bakterien und Pilze nicht nur das Immunsystem, sondern wirken sich auch positiv auf die Psyche aus. Terpene, chemische Botenstoffe in der Luft, senken zudem den Blutdruck. Wellness im Wald erfahren Gäste auch im Naturpark Südsteiermark dank seiner üppigen Laubmischwälder. Bei einem Spaziergang können Gäste dort die Stille genießen, ihren Gedanken freien Lauf lassen und die frische Luft genießen. Lohnende Ausflugsziele im Naturpark sind beispielsweise das Attemsmoor sowie die Altenbach- und Heiligengeistklamm.

Thermen: Schlechtwettertipps für Wasserratten

Ob bei schönem Wetter oder an Regentagen: Der Weg zum warmen und heilsamen Nass ist in der Steiermark nie weit. Aufgrund der hohen Thermendichte lassen sich bequem mehrere Anlagen während eines Aufenthaltes verbinden. Von der Südsteiermark aus sind die Thermen Bad Radkersburg, Bad Gleichenberg sowie die Thermalbäder Loipersdorf und Bad Waltersdorf schnell erreichbar. Besucher freuen sich über Salzgrotten, Steirische Schwitzstuben mit Kräuteraufgüssen, Entspannungsmusik unter Wasser und vieles mehr. Das heilende Quellwasser wirkt stärkend und regenerierend.

Einen Überblick über alle Wellnessangebote und -unterkünfte in der Südsteiermark gibt es [hier](#).

Weitere Informationen zur Südsteiermark unter www.suedsteiermark.com/de und auf [Instagram](#) sowie unter dem Hashtag #visitsuedsteiermark.

BILDMATERIAL

Passendes Bildmaterial zu dieser Pressemitteilung finden Sie [hier](#). Bitte beachten Sie die Bildrechte im jeweiligen Bildtitel.

ÜBER DEN TOURISMUSVERBAND SÜDSTEIERMARK

100 Facetten, zehn Gemeinden und eine Gemeinsamkeit: In der Südsteiermark treffen Naturerlebnisse, Kulinarik und Aktivurlaub aufeinander. Ob Weinwanderung, Radtour oder Einkehr in einem urigen Buschenschank – ein Urlaub in der Südsteiermark gleicht einer Reise der Sinne. Mundart und regionale Spezialitäten sind in der Südsteiermark genauso wenig wegzudenken wie der Klapotetz – seinerseits Wahrzeichen der Region. Das mediterrane Klima begünstigt nicht nur den Weinbau, sondern vor allem ein Besuch zu jeder Jahreszeit. Das nahegelegene Graz sowie die Stadt Leibnitz im Herzen der Südsteiermark sind durch die ÖBB angebunden.

PRESSEKONTAKT

LMG Management GmbH
Sophia Rossmannith
Bavariaring 38
D-80336 München
Tel.: +49 89 6890 638 719
E-Mail: rossmanith@lmg-management.de
Internet: www.lmg-management.de

SÜD _____
STEIERMARK

