

MEDIENINFORMATION

Neujahrsvorsätze in die Tat umsetzen: Fit und entspannt in den Frühling

Erholung im besten Hotel-Spa Europas auf Teneriffa – neue Yoga Retreats und Packages



Frankfurt/Puerto de la Cruz, xx. Januar 2024. Das Jahr hat begonnen und mit ihm steht die Planung neuer Reisen an. Im [Hotel Botánico & The Oriental Spa Garden](#) auf Teneriffa können Gäste ihre Neujahrsvorsätze umsetzen, indem sie ihren persönlichen Fokus bewusst auf **Gelassenheit und Selfcare** legen, wodurch sie auch langfristig im Gleichgewicht mit sich selbst bleiben. Der Spa des 5-Sterne-Hauses wurde bereits siebenmal mit dem Condé Nast Johansens Preis ausgezeichnet. So gilt das Traditionshotel als eines der besten Spa-Reiseziele in ganz Europa, in dem Gäste sich von exzellentem Service verwöhnen lassen können. Buchende, die **noch bis zum 31. Januar 2024** einen Aufenthalt im Hotel Botánico & The Oriental Spa Garden reservieren, erhalten einen 15-prozentigen Rabatt auf den Gesamtpreis.

Entspannen in einem der besten Spas Europas

Im tropischen Oriental Spa Garden des Hotel Botánico sorgt eine Kombination aus Wellness, Harmonie und Ausgeglichenheit für eine optimale Balance von Körper und Geist. Die Expertenteams des Spas stehen ihren Gästen jederzeit zur Verfügung, um sie mit ausgezeichneten Ritualen, Massagen, Schönheitsprogrammen und Treatments zu verwöhnen. Der weitläufige Wellnessbereich, der sich über 3.500 Quadratmeter erstreckt, ist ausgestattet mit zahlreichen Oasen mit Pools, Sauna, Türkischem Bad, Eisgrotte und vielem mehr. Ausgedehnte Spaziergänge durch die 25.000 Quadratmeter umfassenden botanischen Gärten des Hotels sorgen zusätzlich für Erholung an der frischen Luft.

MEDIENINFORMATION

Auszeit vom Alltag

In diesem Jahr bietet das Hotel Botánico & The Oriental Spa Garden an sechs Terminen **neue Yoga-Retreats** an. Hier erlernen die Teilnehmenden an jeweils fünf Tagen in insgesamt zehn Kursen und fünf Spa-Behandlungen Techniken und Methoden, die sie auch im Alltag für ein entspanntes Mindset anwenden können. **Ab Januar finden die Retreats im Zweimonatsrhythmus** statt und beinhalten zudem eine Vollpension mit gesunden Mahlzeiten ohne Verzicht. Die Ernährungswissenschaftler des Hotels entwickelten ein ausgeklügeltes Menü, das den Körper von innen heraus erneuert und so die positiven Auswirkungen, die das Yoga und die Spa-Behandlungen auf die Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden haben, noch verstärken. So wird die Auszeit zu einer unvergleichlichen Erfahrung, in der Körper und Geist zugleich erneuert werden.

Einzigartige Kurprogramme

Neben Yoga bietet das Hotel zahlreiche **Packages**, die Behandlungen, Massagen und Therapien mit dem Wasserkreislauf kombinieren. Die Programme stehen unter der Betreuung erfahrener Fachkräfte und können ab einer Mindestdauer von drei Tagen ganz nach individuellen Geschmäckern und Bedürfnissen angepasst werden. Das **Entgiftungsprogramm** sorgt dank der Ayurveda-Philosophie mit überlieferter Technik für einen reinen Start ins neue Jahr. Durch die Programme mit reinigenden, reduzierenden, entwässernden und peelenden Behandlungen werden Giftstoffe, Flüssigkeitsansammlungen sowie Fett und Cellulite reduziert und der Organismus wird für ein kraftvolles Jahr gereinigt. Das **Anti-Stress-Programm** hingegen sorgt für einen Körper und Geist frei von Sorgen, erholsamen Schlaf und regenerierte Zellen. Die aromatischen Massagen an Schädel, Nacken und Schultern sowie geschulte Yogasessions und Meditationen bauen Spannungen ab und sorgen für einen erholsamen Aufenthalt, aus dem Reisende Energie für das gesamte Jahr ziehen können.

Inspirationen und Neuigkeiten über das Hotel Botánico & The Oriental Spa Garden können Interessierte auch auf [Instagram](#) finden.

Über Hotel Botánico & The Oriental Spa Garden

Das Hotel Botánico & The Oriental Spa Garden ist das erste 5-Sterne-Deluxe-Hotel der Kanarischen Inseln und gehört seit 1998 zur Gruppe The Leading Hotels of the World. Das Traditionshotel in Puerto de la Cruz sorgt seit Jahrzehnten mit seinen exzellenten Serviceleistungen für ein perfektes Urlaubserlebnis für Familien, Paare und Alleinreisende. Zudem besticht es durch zahlreiche Annehmlichkeiten in einem entspannten Ambiente mit traumhaften Ausblicken, wunderschönen Gartenanlagen und einer herausragenden mediterranen und internationalen Gastronomie. Das Luxushotel im klassischen Stil mit orientalischer Inspiration verfügt über erstklassige Freizeiteinrichtungen sowie über Salons, die auf Hochzeitsfeiern, Versammlungen und Kongresse ausgerichtet sind. Reservierung: +34 922 381 512, Adresse: Avenida Richard J Yeoward 1, 38400 Puerto de la Cruz, Tenerife, Spain, Website: <https://hotelbotanico.com/de/>