

PRESSEINFORMATION

Wasserkuren, Barfußwandern und Spa-Anwendungen: Alpine Wellness im Trentino



Frankfurt am Main/Trento, 28. Februar 2024 – Wellnessstrips stehen im Winter bei Urlaubern hoch im Kurs und auch zurzeit sind die Berge Trentinos von Schnee bedeckt. Gerade nach so einem Tag im Schnee in den Bergen ist der Aufenthalt in einem Thermalbad oder bei der Massage im Hotel-Spa besonders entspannend. Das Trentino lockt gleich mit mehreren Thermaleinrichtungen, interessanten Wellness-Aktivitäten sowie Spa-Hotels, die für Alpine Wellness geradezu prädestiniert sind.

Eisenhaltige Wasserkuren vor Dolomiten-Kulisse

Vor der wunderbaren Kulisse der Brenta-Dolomiten können Gäste im [Thermalbad Val Rendena](#), nur wenige Kilometer von Madonna di Campiglio entfernt, besonders gut entspannen. Das eisenhaltige Wasser mit niedrigem Mineralgehalt ist bei Atem- und Kreislaufbeschwerden wirksam. Es stammt aus der Quelle des Sant'Antonio und hilft auch

PRESSEINFORMATION

bei Gefäßerkrankungen. Das Wasser wird sowohl als Trinkkur als auch als Aerosol sowie in Bädern und Sprudelbecken verwendet. Zudem bietet das Bad Meditations- und Atemübungen im benachbarten Naturpark Adamello-Brenta an.

In Madonna di Campiglio lockt das [Dolomiti Natural Wellness](#) mit Wänden aus Tannenbäumen und dem Himmel als Decke nach draußen in die Berglandschaft. Hier stehen geführte Wanderungen auf dem Programm, in unberührter Natur und mit erholsamen Pausen an verschiedenen Stationen: Ein Beispiel ist die Tour „La vita sotto la neve“ (Das Leben unter dem Schnee), auf der die Spuren von Waldbewohnern beobachtet werden können. Begleitet von Wellness-Trainern gibt es an drei Terminen pro Woche sinnliche Aktivitäten im Schnee. Den gesamten Veranstaltungskalender sowie Unterkünfte gibt es [hier](#).

Mitten im Nationalpark Stilfserjoch liegt das [Thermalbad Pejo](#), 1.400 Meter über dem Meeresspiegel. Hier entstammt das Wasser gleich aus drei Quellen, die am Fuße des 3.600 Meter hohen Monte Viöz entspringen und mit unterschiedlichem Gehalt an natürlichen Salzen, Ionen und Gasen aufwarten können. Während die alpine Quelle sich durch leichtes Wasser mit niedrigem Mineralgehalt und harntreibenden Eigenschaften auszeichnet, sprudelt aus der alten Quelle ein mittelhartes eisenhaltiges Mineralwasser. Letzteres hilft besonders bei der Behandlung von Anämie. Aus der mittleren Quelle fließt schließlich ein natürliches, kohlesäurehaltiges Wasser, das Beschwerden des Verdauungssystems und der Leber lindert. Die Angebote der Therme reichen von der Behandlung mit heimischen Alpenkräutern und Heilpflanzen bis hin zu dynamischen Atemübungen.

Das [Thermalzentrum Dolomia](#) befindet sich inmitten der Dolomiten im Val di Fassa. Das Zentrum bietet erstklassige medizinische und klassische Behandlungen, eine professionelle Beratung durch erfahrene Ernährungsspezialisten sowie die Möglichkeit Pflege- und Verwöhnprogramme mit spezifischen Outdoor-Aktivitäten zu kombinieren – perfekt auf die persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten. Zudem erwartet die Gäste in der Thermalgrotte das beruhigende Rauschen von Wasserfällen, ein Sprudelbad und orientalische Wasserbecken, die mit den Elementen Feuer, Luft, Erde und natürlich Wasser spielen.

PRESSEINFORMATION

Winterliches Barfußlaufen für sofortiges Wohlbefinden

Atmen, die bloßen Füße im weichen Neuschnee versenken, die Kälte spüren und dann die Füße in warmes Wasser tauchen – ein kalt-warm-Wechsel nach Kneipp Art: das ist Barfußwandern im Winter. Diese regenerierende Erfahrung in der Natur bei Malga Millegrobbe auf der [Alpe Cimbra](#) können Besucher unter fachkundiger Anleitung machen. Das bringt sofortiges Wohlbefinden, fördert die Durchblutung und das Immunsystem, wirkt entzündungshemmend und verbessert die geistige Klarheit.

Über Trentino:

Trentino ist eine autonome Provinz in Norditalien. Ihre Fläche reicht von den Dolomiten bis zum Gardasee, wobei 60 Prozent des Gebietes bewaldet sind. Mehr als 500 Millionen Bäume sowie 300 Seen prägen die facettenreiche Naturlandschaft, die auf zahlreichen Wanderwegen zu Fuß oder mit dem Bike erkundet werden kann. Trentino bietet eine Mischung aus alpinem und mediterranem Klima, ideale Bedingungen für Natur- und Sportliebhaber. Auch kulturell Interessierte kommen auf ihre Kosten, sei es in Städten wie Trento und Rovereto oder beim Besuch historischer Burgenanlagen.

Weitere Informationen unter www.visittrentino.info/de/presse.

Kontakt Global Communication Experts GmbH:

Rainer Fornauf-Scholz | Sieglinde Sülzenfuhs | Carla Marconi
Hanauer Landstr. 184
60314 Frankfurt
T.: + 49 (69) 175371 -034 | -040
T.: +49 89 / 215379 -384
presse.trentino@gce-agency.com
www.gce-agency.com

Kontakt Trentino Marketing S.r.l.:

Cinzia Gabrielli
via Romagnosi 11
38122 Trento, Italy
T.: +39 0461 219310
M.: +39 335 5873287
press@trentinomarketing.org
www.visittrentino.info