The New York Times Style Magazine: Germany

Sechs Spas, in denen Sie dem Alltag entfliehen können

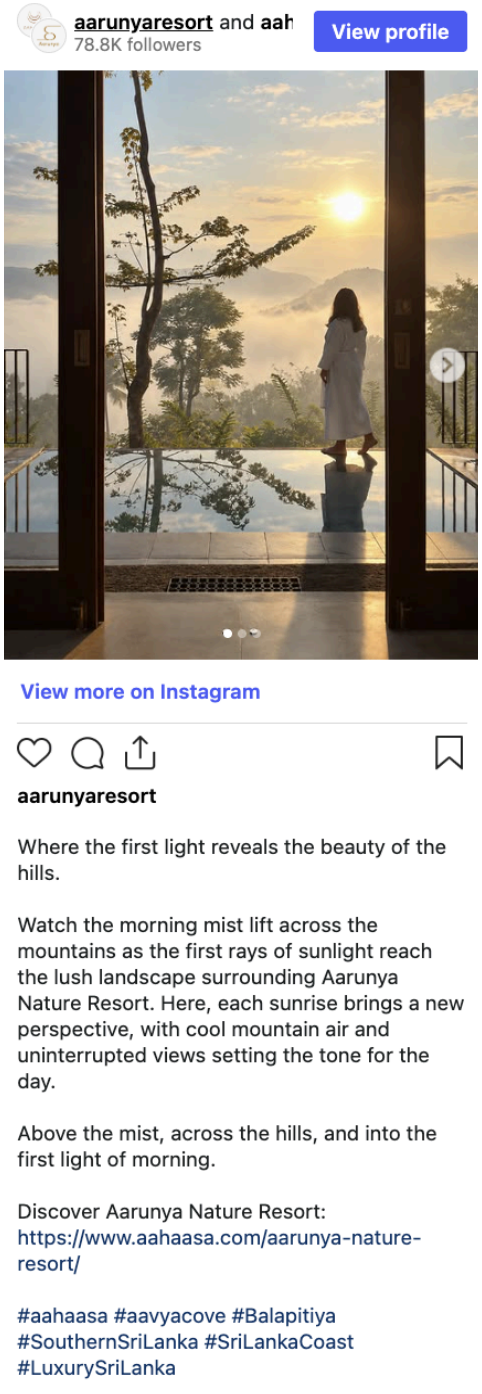
Ob Sie in ein geothermisches Bad eintauchen oder eine intensive Hautpflege erleben möchten – an diesen Orten können Sie den Stress des Alltags hinter sich lassen.



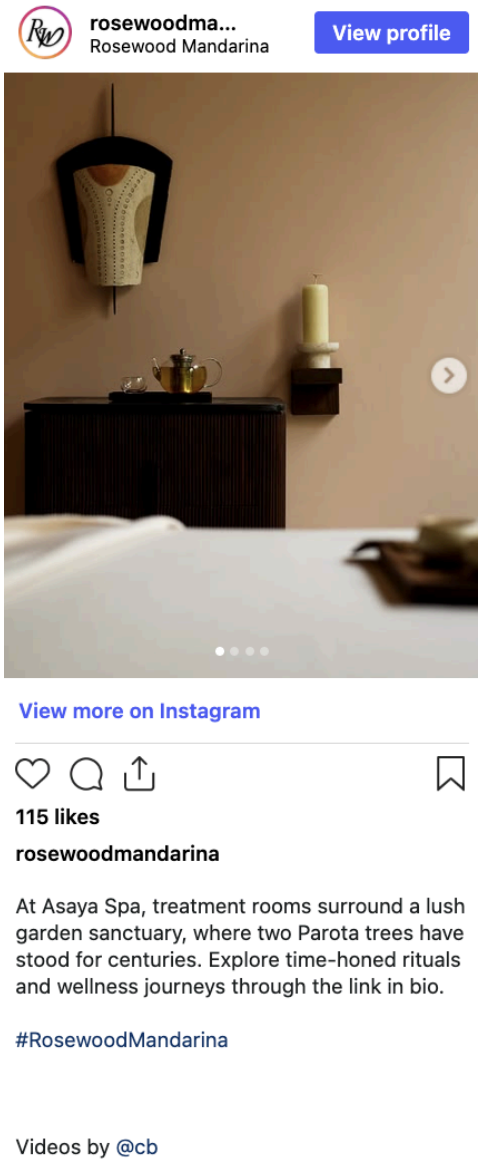
Das Spa Inness in Accord, New York, USA. (Foto: Adrian Gaut)

Ein Wellness-Urlaub war schon immer ein Balsam für stressige Zeiten. Heute sind die Angebote vielfältiger und attraktiver denn je. Diese sechs Häuser bieten Behandlungen in ruhiger Umgebung an, darunter in einem srilankischen Nebelwald und an den Hängen des Fuji. Ihre Ansätze reichen von wissenschaftlich fundierten Programmen – deren Ergebnisse biometrisch über Oura-Ringe oder Smartwatches verfolgt werden können – bis hin zu eher esoterischen Angeboten wie beispielsweise Heilkristallzeremonien. Eines haben sie gemeinsam: Während die Hotels hier eher klein sind und höchstens 135 Zimmer haben, sind ihre Wellnesseinrichtungen weitläufig, manche erstrecken sich über mehr als 6.500 Quadratmeter. Das bedeutet mehr Raum für Ruhe, Stille und Privatsphäre – was schließlich der ultimative Luxus ist.

Aarunya Nature Resort
Kandy, Sri Lanka
Jede der 10 Villen in diesem Resort, das aus einer Tee- und Gewürzplantage im Nebelwald des Hochlands von Sri Lanka hervorgegangen ist, bietet einen Panoramablick auf die Berge. Der Gründer des Resorts, Nath Rankothge, der die Anlage 2018 eröffnete, ließ sich bei der Gestaltung der mit Kokosblättern gedeckten Dächer von Sri Lankas traditionellen Ambalama-Rastplätzen inspirieren. Die im letzten Jahr hinzugefügte Villa „Sol Sanctuary“ verfügt über einen kleinen Steinpool, in die Teakholzdecken eingebaute Sternbeobachtungsöffnungen und von Baumhäusern inspirierte Terrassen, die sich ideal zum Beobachten von Sittichen und Purpurgesichtern eignen. Gäste können sich von Ernährungsexpert:innen beraten lassen, um individuelle Speisepläne zu erstellen. Und die Körperbehandlungen legen den Schwerpunkt auf balinesische Dehntechniken und ayurvedische Therapien wie Pinda Sweda, bei der Massage mit Schwitztherapie kombiniert wird, wobei heiße Baumwollkompressen verwendet werden, die mit nassem Reis und Heilkräutern gefüllt sind. Kurkuma-Honig-Packungen, Grüntee-Salzpeelings und andere Behandlungen nutzen Zutaten, die auf dem 10 Hektar großen Grundstück angebaut werden. *Villen ab ca. 400 € pro Nacht; aarunyaresort.com*.



Asaya Spa im Rosewood Mandarina
Riviera Nayarit, Mexiko
Das 565 Hektar große Strandresort eröffnete im vergangenen Mai mit 134 Suiten und liegt etwa eine Autostunde vom Flughafen Puerto Vallarta an der mexikanischen Pazifikküste entfernt. Alle Zimmer verfügen über private Tauchbecken aus schwarzem Ekol-Glas sowie tiefe Badewannen. Die Behandlungen im Asaya Spa sind von den Heiltraditionen der indigenen Wixárika-Bevölkerung der Region inspiriert und beinhalten Produkte wie beruhigenden Peyote-Balsam sowie Praktiken wie Tamatsime, eine Kombination aus Aromatherapie und Atemarbeit. Drei hauseigene Restaurants servieren frische, moderne mexikanische Gerichte wie Thunfisch-Tostadas, Baja-Fisch-Tacos und Salate mit gegrillter Wassermelone, Jalapeño und Cotija-Käse. *Zimmer ab ca. 700 € pro Nacht; rosewoodhotels.com*.



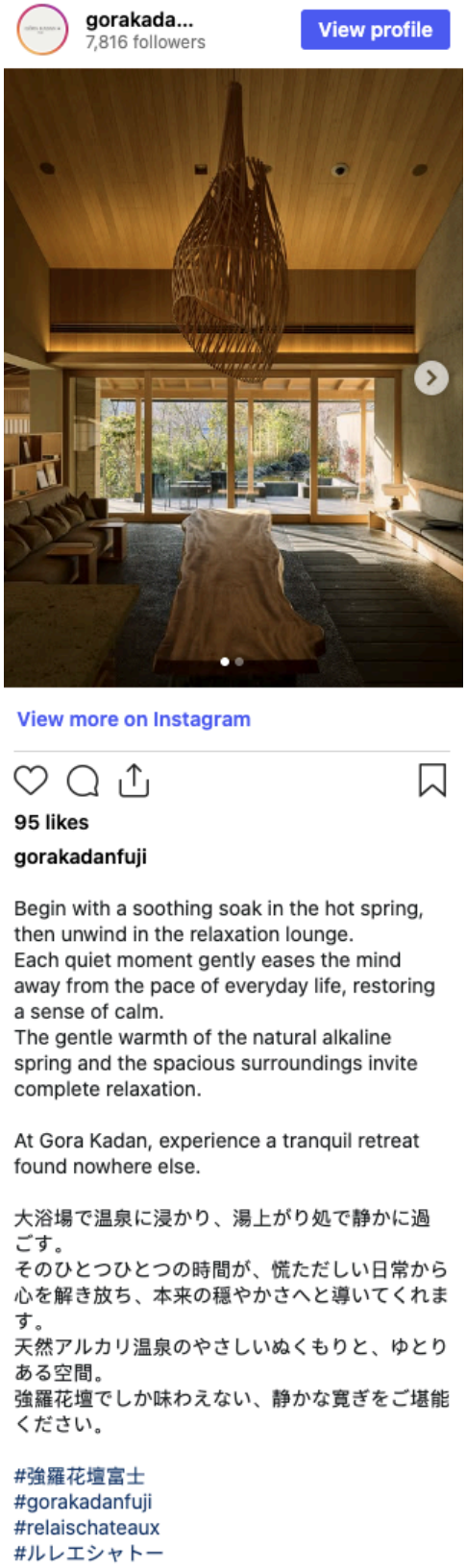
Inness
Accord, New York, USA
Das 2024 neu eröffnete, rund 650 Quadratmeter große Spa in diesem 91 Hektar großen Resort und Privatclub im Bundesstaat New York – das 2021 von Taavo Somer gegründet wurde, der auch Mitbegründer des New Yorker Restaurants „Freeman's" ist – steht sowohl Mitgliedern als auch Gästen offen, die im holländischen Bauernhaus oder in den mit Zedernholz verkleideten Hütten der Anlage übernachten. Mit Panoramablick auf dieselben Landschaften, die den Maler George Inness aus dem 19. Jahrhundert inspirierten (nach dem der Ort benannt wurde), werden das Badehaus im Hammam-Stil, der Innenpool, die Sauna und das Dampfbad mit geothermischem Wasser aus 150 Meter tiefen Brunnen gespeist. Bei den durchblutungsfördernden Gesichtsbehandlungen kommen Jade-Gua-Sha-Steine und

Lymphdrainage-Stäbe sowie Produkte von Biologique Recherche zum Einsatz, während das Angebot an Körperbehandlungen von rhythmischen, von Ayurveda inspirierten Massagen und CBD-Öl-Packungen bis hin zur Reiki-Therapie reicht. Außerdem gibt es einen Fitnessraum mit Yoga-, Kickbox- und Meditationskursen. *Zimmer ab ca. 500 € pro Nacht; inness.co.*



Foto: Adrian Gaut

Gora Kadan Fuji
Shizuoka, Japan
Dieses Ryokan (ein traditionelles japanisches Gasthaus) wurde 2025 am Osthang des Fuji eröffnet und ist ein Ableger des ursprünglichen Gora Kadan, das seit 1948 in der Nähe der Bergstadt Hakone betrieben wird. Wie sein älteres Pendant besticht es durch ein elegant gestaltetes Interieur, das traditionelle japanische Materialien in den Vordergrund stellt, darunter lackierte Teebehälter aus Kirschbaumrinde, 3.000 Jahre alte Tische aus versteinertem Zedernholz und 1.200 Jahre alte Keramik aus der Yayoi-Zeit. Doch die Bäder sind der eigentliche Grund für einen Besuch. Jedes der 41 Zimmer verfügt über ein eigenes Ofuro (Badewanne), das so positioniert ist, dass es einen optimalen Blick auf den ikonischen Stratovulkan bietet, der auch die Quelle des alkalischen, geothermisch erwärmten Wassers der Anlage ist. Einige Ofuro sind aus duftendem Hiba, Japans hochwertigster Hinoki-Holzart (Zypresse), andere aus Granit oder vulkanischem Oya-Stein gefertigt. Eine Villa verfügt sogar über ein separates Onsen für Hunde. Das Spa bietet Behandlungen mit Wirkstoffen wie fermentiertem Reis-Koji und Tachibana (einer einheimischen Zitrusfrucht) an, während die Annehmlichkeiten auf dem Zimmer Hautpflegeprodukte der japanischen Marke Fukubisui umfassen. *Zimmer ab ca. 725€ pro Nacht inklusive Frühstück und Abendessen, gorakadan.com.*



Brenners Park-Hotel & Spa
Baden-Baden, Deutschland

Dieses palastartige Hotel im Beaux-Arts-Stil aus dem 19. Jahrhundert wurde im Oktober letzten Jahres nach einer zweijährigen Renovierung wiedereröffnet. Jedes der 105 geräumigen Zimmer ist ein Unikat, ausgestattet mit antiken Truhen, gemütlichen, tapezierten Nischen und möblierten Balkonen mit Blick auf den Fluss Oos. Das Wellnessangebot umfasst Gesichtsbehandlungen mit den ultra-luxuriösen Produkten von Augustinus Bader, eine Vielzahl von Massagen sowie Ausflüge in den nahegelegenen Schwarzwald zu Klangbädern und Cardio-Wanderungen. Das 6.700 Quadratmeter

große Spa umfasst Saunen, einen Fitnessraum und Pools, doch die hauseigene Klinik ist die Hauptattraktion. Dort führen Ärzt:innen in weißen Kitteln Kryotherapie-Sitzungen, Vitamin-IV-Infusionen, Laserbehandlungen und sogar zahnärztliche Eingriffe durch. *Zimmer ab ca. 750 € pro Nacht; oetkerhotels.com*.



Foto: Jan Dmitrovic

Appenzeller Huus Quell
Gonten, Schweiz
Die sanften, grünen Hügel des Kantons Appenzell Innerrhoden – den Schweizer:innen bekannt für Käse, Bier und Jodeln – bilden die malerische Kulisse für dieses Wellness-Resort mit 30 Zimmern, das 2025 im Dorf Gonten eröffnet wurde. Das dreistöckige, rund 2.100 Quadratmeter große Spa verfolgt eine technologisch fortschrittliche Philosophie, die den Schwerpunkt auf Longevity legt. Es verfügt über eine Kryotherapie-Wanne zur Behandlung von Gelenkschmerzen und Schlaflosigkeit, eine Druck-Sauerstoffkammer, die die geistige Klarheit verbessern soll, sowie eine Infrarotkabine zur Förderung der Durchblutung und des Stoffwechsels. Zu den Saunen, Dampfbädern und neun Pools gehören ein Pool mit Salzwasser in Raumtemperatur und ein weiterer auf dem Dach. Die Botanicum Bar bietet – neben den üblichen Getränken – nährstoffreiche Kreationen aus Zutaten wie mazerierten Hagebutten und fermentierten Kapuzinerkresseblüten. *Zimmer ab ca 450 € pro Nacht; appenzellerhuus.ch*.



Foto: Julien Balmer

https://www.t-germany.de/articles/sechs-spas-in-denen-sie-dem-alltag-entfliehen-konnen