## Tschüss Alltag, hallo Entspannung im Landrefugium im Bayerwald

Lust aus dem Alltag auszubrechen und für ein paar Tage abzutauchen? Im **Bayerwald** macht das **Landrefugium Obermüller** den Weg frei für entspannte und achtsame Tage im Zeichen **qualitätvoller „Me-Time“**. „Müssen“ und „Sollen“ rücken in weite Ferne, wenn man warm eingekuschelt in dem **1.500 m² großen Wellnessbereich** vor sich hinträumt. Ein **Panorama-Hallenbad** mit **Themenruheräumen**, eine **vielseitige Saunalandschaft** und ein SPA im Zeichen von **Gesundheit und Balance** erwarten all jene, die sich eine Pause gönnen möchten. Zwischen Massage und Beautytreatment stärken nachmittags süße und herzhafte Köstlichkeiten. Ein Wellnesstag, an dem sich die Welt nur um einen selbst dreht, kann Berge versetzen.

Wolfgang Obermüller, der Inhaber des Vier-Sterne-Hotels, beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit dem Thema **„nachhaltige Erholung“**. Er bietet in seinem Haus Entspannungsprogramme, die ihre Wirkung auch noch nach dem Urlaub entfalten. Ausbildungen bei führenden Mentaltrainern, Ernährungsexperten und Motivationstrainern u. v. m. bilden die Grundlage für sein Urlaubskonzept voll **Sinn und Freude**. Wer etwas tiefer in das Thema Regeneration eintauchen möchte, der eruiert bei einer **Lebensfeuer-Messung** seinen Stresspegel, greift auf ein Präventionsnetzwerk aus Ärzten, Therapeuten und Heilpraktikern zurück und stellt seine Ernährung auf gesund und vital um (die Küche des Landrefugium Obermüller ist auch auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Allergien eingestellt). An Bewegung an der frischen Luft mangelt es einem im Bayerischen Wald bestimmt nicht. Die **Langläufer** ziehen ihre Spuren durch die Winterlandschaft. **Rodeln**, **Spazieren**, **Winterwandern**, **Schneeschuhwandern**, **Schlittschuhlaufen** – jeder nähert sich der Natur und der Ruhe so, wie es ihm gefällt. Viele geräumte Spazier- und Wanderwege führen durch die Ferienregion. Bei ausreichender Schneelage warten die **naheliegenden Skigebiete Geyersberg** oder der **Hochficht im Böhmerwald** auf die Skifahrer. Schiff ahoi: Eine besinnliche Adventfahrt oder romantische Winterfahrt mit dem **Donauschiff** bleibt unvergessen.

**Mindness**, **Wellness**, **Beauty** und viel **Platz** und **Ruhe** begleiten in dem **idyllischen Landrefugium Obermüller** die Wintertage. Ein fundiertes **Hygienekonzept** macht den Weg zu sicherer Erholung mit viel Freude frei.

Adventness (bis 17.12.20)

**Leistungen:** 3 Übernachtungen, 3 x vitales Frühstücksbuffet, 3 x genüsslicher Nachmittag mit süßen und herzhaften Köstlichkeiten, 3 x 4-Gänge-Genießer-Menü am Abend, Wellness und Erholung auf 1.500 m², Aktiv- und Entspannungsprogramm, wärmender Glühmost am Anreisetag, 1 x Relax & Move-Massage 30 Min., 10 % Rabatt auf eine Wunschbehandlung im Spa (ausgenommen Sa. u. So.), weihnachtliche Leckereien im Zimmer – **Preis p. P.:** ab 295 Euro

2.785 Zeichen  
Abdruck honorarfrei,  
Belegexemplar erbeten!