

So schön und vital ist Sachsen.

Vitalurlaub in Sachsen - ein neues (Er-)Lebensgefühl

Ein Vitalurlaub in Sachsen ist mehr als eine klassische Wellness-Reise. Er steht für die wirkungsvolle Symbiose aus Bewegung in unverwechselbarer Naturkulisse und der Bereicherung für Muse und Geist in der mehr als 1000-jährigen Kulturlandschaft. Hier macht es Lust und Laune, in der Natur auf vielfältige Weise aktiv zu sein und seinem Körper und der eigenen Vitalität neuen Schwung zu verleihen. Heilendes Wasser aus heißen Quellen, gesunde und saubere Luft für ein starkes Immunsystem, vitalisierendes Moor, Mineralien und mehr bilden die Grundessenz für einen nachhaltigen Aufenthalt. Traditionsreiche Kurorte und Bäder wie Bad Elster und Bad Brambach im Vogtland oder Wiesenbad im Erzgebirge überzeugen durch einen langjährigen Erfahrungsschatz, hohe Kompetenz und nachhaltige Gesundheitskonzepte. Dazu bieten geprüfte Hotels, Resorts und Thermen das richtige Ambiente zum Abschalten. Anregende Massagen und Anwendungen wecken die Lebensgeister, regionale und internationale Küche verschaffen genussreiche Momente.

Vogtland - Königlich Genießen

Wo Sachsen, Bayern und Böhmen auf einander treffen, schlägt das Kurherz Europas. Mittendrin liegt das Vogtland. Die unberührte Natur mit ihren Hochmooren, Wäldern und mildem Klima ist Quell für heilendes Moor und gesundes Mineralwasser. Der Kurort Bad Elster ist eines der ältesten Moorheilbäder Deutschlands. Bad Brambach ist weltweit für die stärkste Radonquelle bekannt. In den Sächsischen Staatsbädern Bad Elster und Bad Brambach finden Sie Experten, die Ihnen mit diesen natürlichen Ressourcen neue Kräfte verleihen. Deutschlandweit einzigartig sind die auf verschiedene Berufsgruppen abgestimmten Kuren. Ein verführerisches Schokoladenbad oder eine sinnlich-orientalische Rasul-Zeremonie im königlichen Ambiente bereiten neuen Gedanken Platz. Ausgedehnte Spaziergänge an frischer Luft wecken müde Lebensgeister. Mit Wanderungen und Nordic-Walking sind Sie auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden. Die Ferienregion Vogtland als das Zentrum des deutschen Musikinstrumentenbaus erfüllt Ihnen auch den Wunsch nach musikalischem und kulturellem Genuss. Bei allem können Sie auf eine über 150-jährige Kurtradition vertrauen. www.vogtlandtourist.de

Erzgebirge - Quelle neuer Kraft

Als Quell für Gesundheit und Wohlbefinden ist das Erzgebirge wärmstens zu empfehlen: Im Kurort Warmbad sprudelt für therapeutische Zwecke seit über 600 Jahren die älteste und wärmste Heilquelle Sachsens. Seit fünf Jahrhunderten reizt das gesunde Mittelgebirgsklima in Thermalbad Wiesenbad die Gäste, sich heilende Trink- und Badekuren zu gönnen. Bad Schlema ist „Radonheilbad“. Im Erzgebirge ist auch Sachsens größte Saunalandschaft eingerichtet: die Badegärten Eibenstock. Entspannung und neue Kräfte verleiht ebenso das Gesundheitsbad Actinon in Schlema. Und wer sich zudem auf Spaziergänge durch weite Kurparkanlagen oder Terrainkurwege begibt, durch die Erzgebirgswälder radelt und wandert, der wird mit neuer Vitalität heimkehren. www.tourismus-erzgebirge.de

Sächsisches Burgen- und HeideLand – Natürliche Inspiration

Hier, wo sich jahrhundertealte Schlösser und Burgen trutzig und stolz erheben und wo die Dahlemer und Dübener Heide eine reizvolle Landschaft bilden, bringt Vitalurlaub neue Energie. In Bad Düben im Herzen des größten zusammenhängenden Waldgebietes Mitteleuropas schöpfen Sie Gesundheit aus heilkräftigen Mooren. Die Natur weiter Waldwiesen, großer Seen und dichter Wälder inspiriert zu aktiver Erholung. Das Kurzentrum HEIDE SPA folgt der fast 100-jährigen Tradition, Naturmoor als natürliches Heilmittel zu nutzen. Die moderne Einrichtung verschafft auch Geselligkeit und Erlebnis. Seit der Entdeckung der Heilquellen im Jahre 1820 wird auch in Bad Lausick gekurt.

Eine besondere Attraktion ist das Kur- und Freizeitbad "RIFF". www.saechsisches-burgenland.de

Sächsisches Elbland – Romantisch Entspannen

Die einzigartige Flusslandschaft der Elbe, das mediterrane Flair der Weinberge und der Charme uralter Bäume in dichten Wäldern machen Erholung im Sächsischen Elbland zu einer romantischen Angelegenheit. Deren Ursprung übrigens geht zurück auf den Altmeister der Naturheilkunde in Sachsen: Friedrich Eduard Bilz. Seine Heilmethoden sind im Elbland lebendig. Friedewald, einstiger Luftkurort und heutiger Ortsteil von Moritzburg, lockt ins Bilz-Bad. Die einstige Volksgesundheitsstätte ist heute ein Freibad mit der weltweit einzigen mechanischen Wellenmaschine. In diesem Landstrich zwischen Dresden und etwas über Meißen hinaus tut auch der sächsische Wein sprichwörtlich gut. Ganz anders der Tharandter Wald: Quelle der Energie sind hier kilometerlange Wander-, Radwander- und Nordic Walkingwege. Im Kurort Hartha hat Kneipp seine Spuren hinterlassen, in die Sie heute gern treten können. www.elbland.de

Sächsische Schweiz – Einmal tief durchatmen

Reine Luft, intakte Natur, frisches, klares Wasser, gesunde Ernährung und freundliche Zuwendung – so punktet die Sächsische Schweiz bei Erholungssuchenden. Vital werden Sie fast von ganz allein. Bad Schandau im wildromantischen Kirnitzschtal im Elbsandsteingebirge ist wohl die bekannteste Gesundheitsoase der Region. Bei klarer Luft lässt sich hier bestens verschnaufen und neuer Atem holen. Einer der meist besuchten Orte im Nationalpark Sächsische Schweiz ist Rathen. Auch in dem kleinen, zum Teil Auto freien Kurort am Ufer der Elbe können sie ordentlich Luft tanken. So haben Sie genügend Puste, um die felsigen Berge zu erklimmen oder den Weg hinauf zu Europas schönster Naturbühne – die Felsenbühne Rathen. Sauerstoff aus reiner Luft pumpen Sie auch in Gohrisch in Ihre Lungen – am besten beim Spaziergang auf einem der sieben Klimaterrainwege. Oder Sie machen in zwischen den Felsen Ihr Wanderdiplom? À propos Wandern: Hinterhermsdorf, Stadtteil von Sebnitz ist nicht nur Sachsens schönstes Dorf, sondern auch idealer Ausgangspunkt für Touren. Nicht nur die Nase in den Wind, sondern auch die Füße ins Wasser stecken Sie im Kneippkurbad Berggießhübel/Bad Gottleuba. www.saechsische-schweiz.de

Oberlausitz – Federleicht vital werden

Man nennt sie das Land der Seen und Teiche. Und es stimmt: Die Oberlausitz ist mit mehr als 1000 Wasseroasen größtes zusammenhängendes Teichgebiet Europas. Ein Teil dieser Landschaft ist zum UNESCO-Biosphärenreservat erklärt, das Sie auf zig Kilometern Wander- und Radwegen durchstreifen dürfen. Das Zittauer Gebirge, kleinstes Mittelgebirge Deutschlands, ist ganz groß in Sachen aktiver Erholung. Dazu kommen Orte, die jeglichen Stress von Ihnen fernhalten: Bad Muskau - eines der wenigen deutschen Bäder mit täglich frischem Naturmoor, mit Heilwasser aus der Eisen-Vitriol-Quelle und mit dem zum UNESCO-Welterbe zählenden, 600 Hektar großen Landschaftspark „Fürst-Pückler-Park“. In Großschönau im Zittauer Gebirge liegt harmonisch zwischen Wiesen und Wäldern und inmitten einer zwei Hektar großen, gebirgsklaren Wasserfläche der Trixi-Erholungspark. In den warmen Wässern und wohligen Saunen der Körse-Therme in Wilthen werden Ihr Körper und Ihre Seele federleicht. Sie können sich vorstellen, dass der Sinn nach Vitalität mit diesen Voraussetzungen besser nicht funktionieren kann. www.oberlausitz.com

Die im Katalog „Vitalurlaub in Sachsen“ enthaltenen Anbieter wurden von unabhängigen Testern neutral geprüft. Sie erfüllen hohe Qualitätsanforderungen. Der Katalog ist kostenfrei in der TMGS erhältlich.