

YOGA FÜR KÜSTENKINDER

Das Kubatzki ist zwar ein Yogahotel,
doch Buddha-Statuen und bunte Seidenstoffe
wird man hier nicht finden.

Vielmehr setzen die Inhaber auf ein klares nordisches Design und minimalistische Gemütlichkeit – weiße Wände, weiße Kacheln und sparsam eingesetztes Naturholz bestimmen das Bild. Auch auf Fernseher und WLAN muss niemand verzichten, obwohl ein echter Yogi wohl lieber Asanas übt als in die Röhre zu schauen. Die Matratzen der gemütlichen Betten sind von Cocomat hergestellt und ausschließlich aus erneuerbaren Ressourcen wie Kautschuk, Kokosfaser, Algen, Leinen, Schafwolle, Baumwolle oder Seide gefertigt. Keine

Metallfedern, keine synthetischen Schaumstoffe – sehr löblich! Für Allergiker stehen sogar spezielle Betten zur Verfügung.

Das Hotel steht 300 Meter hinter dem Deich in Sankt Peter-Ording. Es stammt aus dem Jahr 1952, wurde seitdem aber mehrmals vergrößert und verfügt mittlerweile über 36 Zimmer. Im Garten kann man es sich in den Hängematten gemütlich machen und dem Meer lauschen, auf der Holzterrasse werden derweil Asanas geübt. Das Kubatzki möchte Gegensätze ausbalancieren und auch Men-


Yogis und Yoginis,
Küstenkinder,
Meeresliebhaber

€€€
€€
€




Das Kubatzki
Im Bad 59
25826 St. Peter-Ording
Tel. 04863 7040
www.das-kubatzki.de

Das Kubatzki



schen, die kein Yoga praktizieren, mit seinem Wellness-Konzept ansprechen. Dazu werden Badzeremonien im Badsalon angeboten, es gibt eine Ruhelounge, Saunen, Infrarotkabinen, einen Fitness-Bereich und vieles mehr.

Stylish, modern – und ganz schön gesund

In der Küche des Hauses werden frische und handverlesene Produkte verarbeitet und mit viel Liebe zubereitet – immer im Hinblick auf die verschiedensten Ernährungsphilosophien. Das Kubatzki bietet seinen Gästen kreatives

und gesundes Essen, vor allem Vegetarier und Veganer werden sich in der offenen Wohnküche ANNA wohlfühlen. Kostprobe gefällig? Petersilien-Süppchen, gefüllte Feigen mit Ziegenfrischkäse, gegrillter grüner Spargel, Brot mit Chili-Karottenhumus, Safranrisotto mit gegrilltem Chicorée oder Mango-Ingwer-Pannacotta

01 | Wohnküche ANNA

02 | Schlemmertafel (nicht nur) für Vegetarier und Veganer

03 | Frische und nachhaltige Küche

04 | Köchin Grit im Kürbisbeet



Das Kubatzki

und gegrillte Ananas. Inklusiv für alle Gäste ist der Sonnentee, der in der Lounge bereitsteht. Hundebesitzer dürfen sich besonders freuen, denn Vierbeiner sind hier ebenso willkommen und ihnen werden vom Hotel sogar Decke, Napf und Handtuch gestellt – dafür dürfen sie aber nur außerhalb des Hotelgeländes ausgeführt werden.

In den Yogakursen wechseln sich unterschiedliche Stile ab! Täglich werden zwei offene Klassen angeboten sowie zwei Klassen für geschlossene Gruppen – und das sieben Tage die Woche! Nach 75 Minuten Praxis folgt eine 15-minütige Entspannungsphase. Wer es noch intensiver mag oder gerade eine Verletzung hatte, kann sich ein Yoga-Personal-Training buchen. Dabei schaut der Lehrer, welche Bewegungsintensität für den Schüler sinnvoll ist

und wo die Muskulatur noch Dehnung benötigt. Zur Entspannung gibt es eine Wellness- und Saunalounge. Die Sauna ist aus Espenholz gefertigt, daneben gibt es eine beheizte Sitzbank für warme Fußbäder. Auch Shiatsu-Behandlungen und Aromaölmassagen sind möglich.



SO EIN ZIRKUS!

Bokel ist ein kleiner Ort bei Rendsburg, nordwestlich von Hamburg.

Hier, inmitten von Wald und Wiesen, hat sich Ulliwood niedergelassen.

Eine familiäre Hofgemeinschaft mit Bewohnern jeden Alters, ein paar Tieren, einer eigenen Tischlerei, jeder Menge Natur – und sieben Zirkuswagen zum Urlaubmachen und Ausspannen – das ist Ulliwood. Im alten Pferdestall nebenan befindet sich die Küche, hier gibt es eine Sofaecke, ein Klavier, einen Kamin und einen großen hölzernen Esstisch. Wie im Hostel muss sich hier jeder sein eigenes Essen zubereiten, spontane Partys sind dabei nicht ausgeschlossen, das WG-Feeling gibt's gratis dazu! Auf dem Hof wurden außerdem ein Gemüsegarten und

ein Kräutergarten angelegt, auch eine Feuerstelle und viel Platz für sportliche Aktivitäten sind vorhanden. Zwischen Bäumen aufgespannte Hängematten zeugen von der entspannten Atmosphäre des Ortes. Die Übernachtung im selbst gebauten Zirkuswagen kostet 35 Euro pro Person, der Preis ist aber verhandelbar. Jeder Wagen hat einen Namen. Da wäre „Nils“, der vorher Langzeitbewohnern als Behausung diente, und etwas abseits am Waldrand aufgestellt ist. Er hat an einer Seite ein großes Panoramafenster und ist mit Recycling-

 Minimalisten,
Naturfreunde

€€€
€€
€



 Zirkuswagenhostel Ulliwood
Lindenallee 15
24802 Bokel
Tel. 01577 9061945
www.ulliwood.de

 Pension Weseraue
Bleiche 1
37603 Holzminden
Tel. 05531 992781
www.pension-weseraue.de