

# ECHT. ZEIT

DAS KRONTHALER-MAGAZIN | No.17

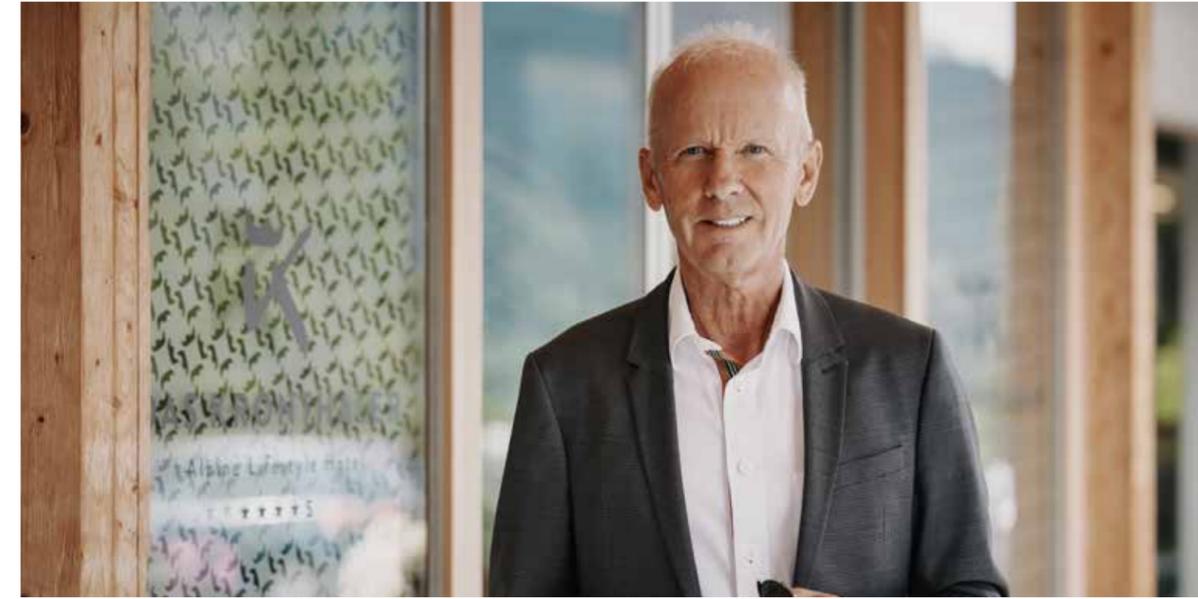


LIFESTYLE | HOTEL | SPORT | GOURMET | KULTUR





VOM URSPRUNG *inspiriert.*  
VON DER ZUKUNFT *geleitet.*  
VOM MOMENT *veredelt.*



## ÜBER UNSER WESEN

Jeder hat individuelle Prioritäten. Wir legen das Augenmerk auf das, was uns wichtig ist, was einen besonderen Stellenwert hat. Für jeden von uns mag das etwas anderes sein. Dennoch gibt es gemeinsame Nenner, die uns einen. Dinge, die für uns alle wesentlich sind. In denen wir Wiederhall finden, die uns aufleben lassen und unserem Dasein Wertigkeit geben. Dieses Wesentliche – so steckt es bereits im Namen – ist unser Wesen. Es ist unser Charakter. Das, was uns ausmacht. Menschen, Erlebnisse und Ereignisse prägen uns und werden Teil unseres Wesens. Sich dessen bewusst zu werden, dass das eigene Wesen das höchste Gut ist, das wundervollste Werk, das wir Zeit unseres Lebens gestalten und formen dürfen – das ist für mich eine der wesentlichsten Erkenntnisse.

Vom ersten Moment an war Charakter im DAS KRONTHALER essentiell. Es war und ist wesentlich für uns, klar zu sein. Echt. Authentisch. Dazu gehören Mut und Entschlossenheit, denn nicht alles, was wesentlich ist, ist zugleich bequem oder opportun. Und das ist gut so. Viele Dinge, mit denen wir täglich konfrontiert werden, entsprechen nicht dem, wie ich unsere Welt gerne sehen würde: die Bilder, die gezeichnet werden, die Szenarien, die uns in eine vermeintliche Ohnmacht versetzen, die uns lähmen soll. Doch die Vergangenheit hat mich gelehrt: Es braucht Klarheit und Standhaftigkeit, um selbstbestimmt zu leben, und die Freiheit, eine eigene Meinung zu vertreten. Das sind bewusste Entscheidungen – und es ist eine Frage des Charakters.

Es steckt viel in unserem DAS KRONTHALER Charakter. Ernsthaftigkeit ebenso wie Leichtigkeit, Rückzug ergänzt Offenheit, Ruhe paart sich mit Unbeschwertheit, Offensichtliches mit Unscheinbarem. In all dem Reichtum und der Fülle, die uns umgibt, haben wir die Freiheit zu wählen, was wir zu unserem Wesen machen, was uns ausmacht. Diese Wahl zu haben, diese Selbstbestimmung, das ist für uns Lebensluxus. Und diesen zelebrieren wir im DAS KRONTHALER in allem. Er offenbart sich im Großen ebenso wie in kleinen Feinheiten. Immer jedoch trägt er in seinem Kern das Wesentliche.

Im DAS KRONTHALER möchten wir Ihnen Fülle geben. Eine Fülle, aus der Sie schöpfen können, die Ihrem Wesen gut tut und – vielmehr noch – Ihnen ihr eigenes Wesen bewusst macht. Wir möchten Ihnen Wege zeigen, die Sie inspirieren, die Sie berühren und bereichern. Wege, die vielleicht ganz leise ein Teil von Ihnen werden – weil Sie es so wollen. Lassen Sie sich von unserer ECHT.ZEIT inspirieren. Entdecken Sie, was wesentlich für Sie ist.

Herzlich,

*G. Hlebaina*

Ihr Günther Hlebaina  
mit dem DAS KRONTHALER Team

54

**SCHÄTZE DER NATUR**

So unscheinbar, so wirkungsvoll: Kräuter und Heilpflanzen begegnen uns überall. Expertin Edith zeigt uns, wie wir sie erkennen und nutzen können.

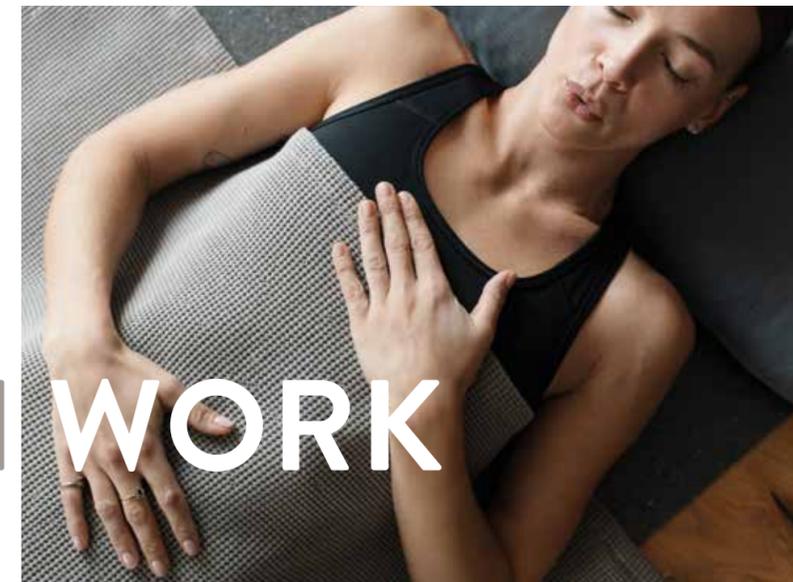


*Kräuter*  
**KRAFT**

64

**ATEMZUG UM ATEMZUG**

Nichts tun wir so unbewusst. Nichts ist so wesentlich. In unseren Yoga & Breathwork Retreats beschäftigen wir uns mit unserem Atmen.



**BREATHWORK**

”

**MAN SIEHT NUR MIT DEM HERZEN GUT,  
DAS WESENTLICHE IST FÜR DIE AUGEN  
UNSIHTBAR.**

Antoine de Saint-Exupéry

“

10

**DIE BERGE & DER SEE**

Eingebettet zwischen dem Achensee, dem sanften Rofan- und dem urtümlichen Karwendelgebirge: DAS KRONTHALER ist ein wahrer Kraftort.

38

**WERTIG UMHÜLLT**

Seit fast 200 Jahren wird am Tegernsee Papier hergestellt – nach alter Tradition und mit viel Hingabe. Auch diese Ausgabe der ECHT.ZEIT ist wieder in hochwertiges Gmund Papier gehüllt.



28

**DAS WAR KLASSIK.UNIQUE 2024**

Ein Feuerwerk der Melodien und der Emotionen. Eine ganze Woche ganz im Zeichen der klassischen Musik, einzigartiger Erlebnissen und kulinarischer Besonderheiten. Ein Rückblick.

58

**SELFCARE**

Das Wohlbefinden, das Wohlfühlen steht im Zentrum. Das verstehen wir im DAS KRONTHALER unter Wellness: Sich selbst wahrhaft Gutes tun.



68

**SPORTS & HEALTH**

Wie Sie zum Athlet Ihres Lebens werden? Unser langjähriger Partner R1 aus München zeigt es Ihnen.

18

**BESTENS AUSGERÜSTET**

Alles, was das Wanderherz begehrt

20

**DAS WESEN DES WINTERS**

Schneeverliebt am Achensee

36

**DIE WERTIGKEIT DES SCHÖNEN**

Edle Handwerkskunst: Juwelier Hilscher

44

**GAUMENSPIELE**

DAS KRONTHALER Kulinarium

48

**RIEDENWEISE PERFEKTION**

Das Weingut Krispel

62

**ZEIT FÜR DICH**

DAS KRONTHALER Retreats

74

**DAS KRONTHALER PACKAGES**

Entspannte Auszeit oder aktiver Urlaub

76

**INKLUSIVLEISTUNGEN**

Rundum-Verwöhn-Programm

78

**JAHRESHIGHLIGHTS**

Erlebnisse & Events 2025

80

**GEWINNSPIEL**

Die ECHT.ZEIT ist der Schlüssel





# Wesenswege

Manche Wege führen uns an Orte, die uns eigentlich ganz nah sind, und doch so fern. Es sind die Wege zu uns selbst, in unser Innerstes. Die Natur rund um DAS KRONTHALER ist ein Wegbereiter. Jeder Schritt, jeder Atemzug führt uns hinaus. Und immer tiefer hinein.



## ROFAN LIEBLICH & SCHROFF

### DER SEE ALS STETER BEGLEITER

Das weitläufige Rofangebirge im Osten ist schroff und lieblich zugleich. Sanfte Anstiege über grüne Wiesen führen zu den Gipfeln, deren andere Seite felsig und steil nach unten abfällt. Hinauf auf 1.831 Meter geht es gemütlich mit der Rofanseilbahn. Vom Ausgangspunkt der Bergstation starten Wanderungen mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Die meisten Hütten liegen auf der dem Achensee zugewandten Seite, mit wunderbarem Blick aufs Tiroler Meer. Dahinter beginnt die alpine Bergwelt.

## KARWENDEL URSPRÜNGLICH & WILD

### DAS MAJESTÄTISCHE SCHUTZGEBIET

Im Westen des Achensees sorgt das Karwendelgebirge für die traumhafte Kulisse. Im größten zusammenhängenden Schutzgebiet der Nördlichen Kalkalpen streifen Wanderer mit Gams und Steinbock durch unberührte Täler, beobachten Murmeltiere, Hirsche und Hasen, während Greifvögel durch die Lüfte segeln. Abseits der anspruchsvollen Bergtouren locken die gemütlichen Almwanderungen in die Karwendeltäler hinein. Die Almen sind teilweise bewirtschaftet und servieren den Gästen echte Tiroler Schmankerl.

# Kraftort ZWISCHEN ROFAN UND KARWENDEL

Der Achensee, der Naturpark Karwendel und das Rofangebirge – im Herzen dieser atemberaubend schönen Landschaften und damit in alpiner Poleposition liegt DAS KRONTHALER. Seine Pforten stehen weit offen für berührend schöne Erlebnisse in diesen einzigartigen Naturwelten. Im Sommer ebenso wie im Winter.

## DER REIZ DES STILLEN GLÜCKS

Er ist der größte See Tirols, aber es ist bei Weitem nicht nur das, was ihn so einzigartig macht. Idyllisch eingebettet zwischen dem lieblichen Rofan- und dem schroffen Karwendelgebirge ist der Achensee ein ursprünglicher Kraftort. Hier zeigt die Natur lustvoll ihre Facetten – ebenso wie das kristallklare Wasser des Sees, dessen Farbnuancen ein bezauberndes Schauspiel bieten. Zu jeder Tageszeit, bei jedem Wetter, in jeder Saison anders. Besonders. Und so beeindruckend in dieser schlichten, edlen Schönheit wie alles hier am und rund um den See. Die üppigen Wiesen, die dichten Wälder, die majestätischen Berge, die als stille und geduldige Meister von hoch oben herab das Leben am See beobachten und bewachen. Was haben sie alles mit angesehen in den Zeitaltern, die verstrichen sind, seit sie selbst und damit irgendwann auch der See entstanden ist. Alles hier ist Geschichte. Eine ruhige, sanfte, lebendige.

DIE LAGE. BENEIDENSWERT.  
DIE NATURNÄHE. EINZIGARTIG.  
DIE ABWECHSLUNG. VIELFÄLTIG.

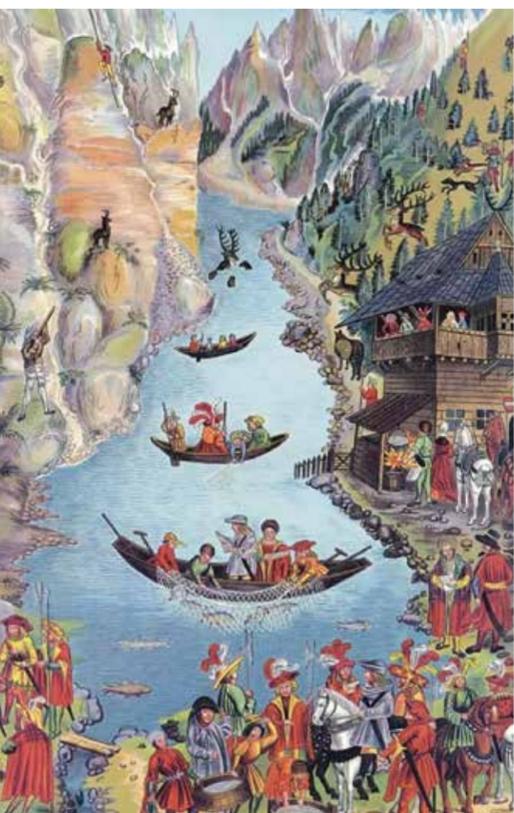


## EINE REGION VIELE MÖGLICHKEITEN

### WO SPORT UND NATUR AUF EINANDERTREFFEN

- ☞ Über 500 Kilometer bestens ausgeschilderte Wanderwege im Sommer, 150 Kilometer Wanderwege im Winter
- ☞ 250 Kilometer Rad- und Mountainbiketouren
- ☞ Unzählige Sportkletterrouten, Klettersteige und ein Waldhochseilgarten
- ☞ Zwei Golfplätze in Pertisau und Achenkirch
- ☞ Zwei Bergbahnen in Maurach und Pertisau
- ☞ Achenseeschiffahrt
- ☞ Paragleiten und Reiten
- ☞ Wassersport – SUP, Kitesurfen oder Tauchen
- ☞ Ski.In-Ski.Out – direkter Zugang vom DAS KRONTHALER zum Skigebiet Christlum mit rund 30 Pistenkilometern
- ☞ Schneeschuhwanderungen, Rodeln und Skitouren
- ☞ 230 Loipenkilometer, Skaten und klassischer Stil
- ☞ Abwechslungsreiches Aktivprogramm mit Yoga, funktionellem Training und vielem mehr

Im Frühling, im Sommer, im Herbst und im Winter eröffnen das 21,4 km lange, frei zugängliche Seeufer sowie die eindrucksvollen Wanderwege und Pfade im Rofan- und Karwendelgebirge landschaftliche Erlebniswelten – ob zu Fuß, mit dem Bike, auf Langlaufskiern oder mit Schneeschuhen.



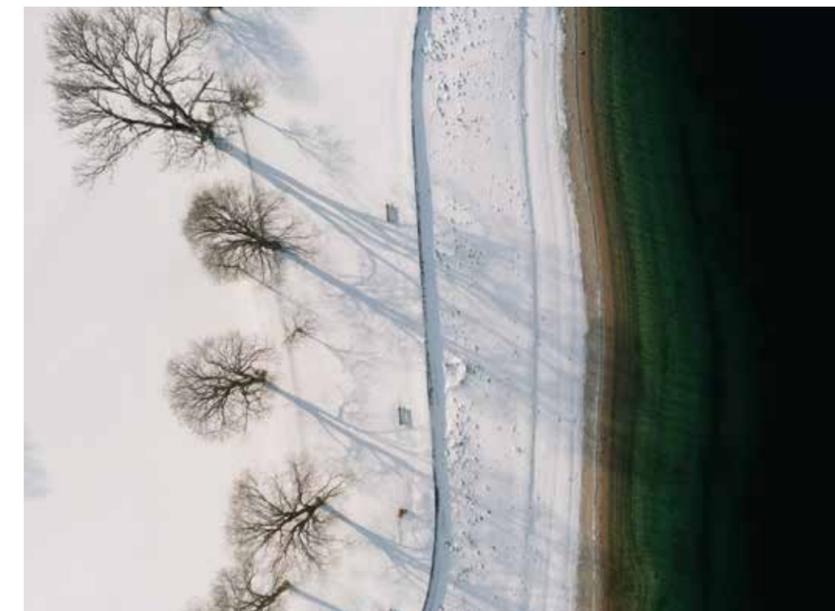
## KAISER MAXIMILIAN & DIE SOMMERFRISCHE

### BERGWELTEN UND SEEBLICHE

Der Achensee war früher schon wertvoll und interessant. Vorerst befand es sich im Besitz der Kirche: Bereits vor 700 Jahren berief sie sich auf eine gefälschte Urkunde, um das Kloster Georgenberg mit den vielen Fischarten (noch heute sind es 17) gut versorgt zu wissen. Später pachtete es der Adel. So angelte und bejagte etwa auch Kaiser Maximilian I. die Gegend. Zwar war die „Sommerfrische“ am Achensee damals einer kleinen Elite vorbehalten, doch der Grundstein für eine lange, erfolgreiche Tourismushistorie war damit gelegt. Aber nicht nur die adelige Gesellschaft zog es in das Achenal: Mangels guter Straßen verlief der Salztransport vom Inntal nach Bayern am Achensee und brachte damit den Schiffsverkehr. 1887 wurde das erste Dampfschiff, die „St. Josef“ von den Leinen gelassen – die daraus resultierende Achenseeschiffahrt ist bis heute ein Besuchermagnet, ebenso die historische Achenseebahn.

## GESCHMIEDET AUS EIS & STEIN

Meere, Gletscher und die Gewalten der Eiszeit formten den Achensee und erschufen über Jahrtausende hinweg ein landschaftliches Juwel. Entstanden aus gigantischen Gletschern nach der letzten Eiszeit vor rund 20.000 Jahren, ist der Natursee von den Berghängen des Karwendelmassivs und des Rofangebirges umgeben und wird durch unterirdische Zuflüsse gespeist. Oft verglichen wird der Achensee mit norwegischen Fjorden – daher auch die Bezeichnung „Fjord Tirols“. Schon Kaiser Franz Joseph sagte dereinst: „Ich habe das schönste Tal gesehen.“



# DIE ALPINE ARCHE NOAH

Bereits seit 1928 steht der Naturpark Karwendel unter Naturschutz – und dadurch konnte ein riesiges, alpines Paradies erhalten bleiben: Auf einer Gesamtfläche von mehr als 737 Quadratkilometern umfasst der Park beinahe das gesamte Karwendelmassiv. Die urtümliche Vegetation ist faszinierend, vielfältig und einzigartig. Hier haben viele seltene Tier- und Pflanzenarten eine Art alpine „Arche Noah“ gefunden, die Naturgeschichte schreibt, wie nicht nur die Gegenwart zeigt, sondern auch faszinierende Funde bezeugen: So wurde etwa 1951 in einer Karwendelhöhle ein 2.000 Jahre altes Elchskelett gefunden.

Die Vielfalt in dieser Gebirgswelt ist beeindruckend. Über 1.300 Pflanzen und 3.300 Tierarten leben hier. Steinadler, Steinböcke oder Flussuferläufer sind ebenso heimisch wie die Deutsche Tamariske (Auwaldpflanze), wilde Orchideen und uralte Bergahorne. Besonders faszinierend ist auch die Vogelwelt – beobachten lassen sich neben vielen anderen Federtieren etwa Dreizehenspechte, Uhus und Waldschnepfen. Bei geführten Wanderungen durch den Naturpark lassen sich seine Wunder entdecken und erkunden – stets behutsam und mit dem Respekt, den sich dieses atemberaubend schöne Gebiet und seine Bewohner verdienen.



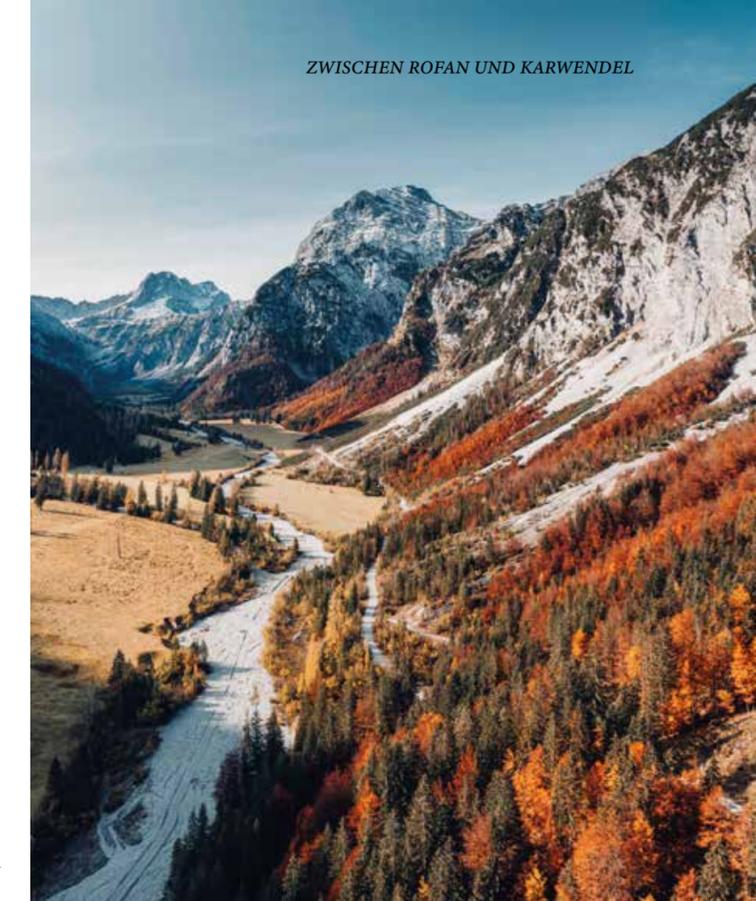
## DIE KÖNIGE DER ALPEN

Steinböcke fühlen sich im Karwendel besonders wohl. Vor allem im östlichen Teil des Karwendels rund um den Achensee finden sie in Höhenlagen über 1.500 m trockene Vegetation, viel Sonne und zahlreiche Quellen und Weideflächen.



## IM ZAUBER DER JAHRESZEITEN

Jede Jahreszeit hat hier am See ihren ganz eigenen Zauber – diesen zu entdecken und zu erleben, ist auf vielfältige Art und Weise möglich. In Wander- oder Schneeschuhen, mit Touren- oder Langlaufskiern oder per Bike. Durch idyllische Täler, auf sanften Wegen ebenso wie hinauf auf schroffe Gipfel und entlang malerischer Routen. Während des Frühlingserwachens, der vollen Blüte des Sommers, im unvergleichlichen herbstlichen Farbenspiel und in der magischen Winterzeit.



ZWISCHEN ROFAN UND KARWENDEL



## DER NATURPARK IN ZAHLEN

### BEEINDRUCKENDE & WILDE VIelfALT

- Die Fläche des Naturpark Karwendel beläuft sich auf 739 km<sup>2</sup> (inkl. bayerischer Teil: 930 km<sup>2</sup>)
- Die Höhenlage des Parks erstreckt sich von 600 bis 2.749 Meter, den höchsten Punkt markiert die Birkkarspitze
- 340 Quellen haben hier ihren Ursprung
- Mit über 1.300 Pflanzenarten und mehr als 3.000 bekannten Tierarten bietet der Naturpark einen faszinierend vielfältigen Lebensraum
- Hier findet sich die größte Steinadlerdichte der Alpen

### IM FARBENRAUSCH

Selbstverständlich hat jede Jahreszeit hier am See und im Naturpark Karwendel eine Fülle an einzigartigen Erlebnissen zu bieten. Unser ganz persönlicher Liebling ist jedoch der Herbst. Das atemberaubende Farbenspiel, das sich bei einer Wanderung – etwa durch das Falzthurntal bis in die Gramai – eröffnet, ist schier atemberaubend. Während die oft schon vom ersten Schnee des Jahres angezuckerten Gipfel vom nahenden Winter zeugen, setzt die Natur weiter unten einen wundervollen Kontrapunkt, als wolle sie uns angesichts der bevorstehenden weißen Jahreszeit noch mal daran erinnern, dass das Leben nur eine kurze Verschnaufpause macht, bevor es mit aller Kraft wieder aufstehen wird. Wenn sich der sanfte Morgennebel hebt, der im Herbst über dem See liegt, und die Sonne sich im Farbenmeer widerspiegelt, dann zieht es uns nach draußen. Hinein in eine Welt, die uns mit jedem Schritt und jedem Atemzug so viel schenkt.

### BERGWELTEN UND SEEBLICHE

Kein Wunder, dass inmitten solch beeindruckender Landschaften das Leben anders tickt. Gemächlicher, doch keineswegs langweilig. Ruhig, doch nicht immer still. Erlebnisreich, doch niemals überladen. Dieser unaufdringliche Luxus – fernab des Massentourismus – beschert ein legeres Lebensgefühl. Eröffnet tiefe Ruhe, die von außen kommt und nach innen wirkt. Echte Erholung. Purer, reiner Genuss. Beim Wandern und Mountainbiken, beim Wassersport. Beim Skifahren und Langlaufen. Beim Flanieren durch die Wälder. Beim Betrachten des Sees. Mit seiner Lage am Waldrand, am Fuße des Karwendels und mit der Nähe zum See bietet DAS KRONTHALER die Poleposition für eine aktive Auszeit am Achensee.

# DER PERFEKTE WANDERTAG

... im DAS KRONTHALER beginnt früh morgens. Der Sommertag bricht an, Vogelgezwitscher weckt sanfter als jeder Wecker es vermag. Das Fenster steht offen, die Luft ist klar und frisch. Raus aus dem Bett, es lockt das VITAL.Frühstück. Das hausgemachte Porridge, die feine Auswahl an Wurst- und Käsespezialitäten, süßes Obst, ein duftender Kaffee – die perfekte und wertvolle Grundlage für Ihren Wandertag. Gestärkt geht es raus in die Natur, eine Jause im Gepäck, die ersten Sonnenstrahlen begleiten Sie auf Ihrem Weg nach oben. Über üppige Wiesen, durch die sich kleine Bäche schlängeln, weiter durch mystische Wälder. Das Grün wird weniger, wir betreten die Welt aus Stein und Felsen. Doch selbst hier floriert das Leben.

Dort! Das Ziel ist in Sicht, das Gipfelkreuz kommt näher. Das Gefühl, wenn man oben steht, ist unvergleichlich. Und nirgends schmeckt eine Jause so gut wie hier, während die Beine ruhen, das Herz schwingt und die Augen sich nicht satt sehen können an dem herrlichen Panorama, das Ihnen den See von oben zeigt und die mächtigen Berggipfel rund um Sie nahezu auf Augenhöhe. Am Rückweg sind Sie beschwingt, be-seelt und der Radler beim Einkehrschwung auf einer der urigen Hütten mundet besonders gut. Zurück im DAS KRONTHALER gönnen Sie sich eine herrlich erfrischende Dusche, genießen Kaffee & Kuchen und sinnend dem Tag nach, während die Abendsonne den Hanggarten in warmes Licht taucht.

## WANDERURLAUB IM DAS KRONTHALER

### DEN BERGEN SO NAH

- ☛ Mehrmals wöchentlich geführte Wanderungen mit unseren Vital Coaches auf die schönsten Almen und Gipfel
- ☛ Highlight: die geführte Sonnenaufgangswanderung auf den Unnütz oder den Christlunkopf
- ☛ Waldbaden mit Biophilia-Effekt
- ☛ Kostenfreie Leihrucksäcke und Wanderstöcke in der LustBOXX
- ☛ Wanderjause auf Anfrage
- ☛ Tourentipps und Wanderkarte an der Reception
- ☛ Auf Anfrage individuelle geführte Wanderungen mit bestens ausgebildeten Wander- oder Bergführern
- ☛ Eine traumhafte Kulisse immer inklusive



Immer eine Wanderung wert:  
Die Seekarspitze (2.053 m), der  
DAS KRONTHALER Hausberg,  
bietet fantastische Ausblicke.



## WANDERLUST IN WINTERWELTEN

Eine Wanderung durch die sanfte Winterlandschaft ist ganz anders als eine sommerliche Bergtour – und nicht weniger besonders. Entspannt flanieren Sie auf insgesamt 150 Kilometer langen, geräumten Winterwanderwegen über verschneite Wiesen oder durch winterliche Täler. Ebenso bieten das Rofan- und Karwendelgebirge abseits der Pisten zahlreiche Möglichkeiten für Skitouren und Schneeschuhwanderungen: von kurz und einfach bis hin zu anspruchsvollen, steilen Anstiegen.

Wanderstöcke und Schneeschuhe sowie Skitourenausrüstung können in der LustBOXX ausgeliehen werden. Geführte Wanderungen und auch Skitouren finden im Rahmen unseres wöchentlichen Aktivprogramms statt.

*Gut geleitet*

### WANDERN MIT UNSEREN VITAL COACHES

Die beeindruckende Bergwelt kann entweder auf eigene Faust oder bei geführten Wanderungen mit unseren Vital Coaches erkundet werden. Im Rahmen unseres Aktivprogramms bieten wir mehrmals pro Woche geführte Touren in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden an. Für alle, die noch höher hinaus möchten, organisieren wir auf Wunsch gerne einen erfahrenen Bergführer.

# LUST BOXX

by Günther Hebbano



# PERFEKT gerüstet

Alles, was das Wanderherz begehrt, findet man in der haus-eigenen Shoppingmeile LustBOXX. Mit Sport- bzw. Wander-kleidung von Salewa, Mons Royale und weiteren Marken sind Sie für Ihren nächsten Wandertag bestens ausgerüstet.

## MUST HAVES

### DIE PERFEKTEN WEGBEGLEITER

Alle Produkte sind ab Frühjahr 2025 in der Shoppingmeile LustBOXX erhältlich.

Sie haben Fragen oder möchten persönlich beraten werden? Gerne! Kommen Sie in der LustBOXX vorbei oder kontaktieren Sie das Team unter +43 5246 6389 525 oder [shop@daskronthaler.com](mailto:shop@daskronthaler.com)

**Damen Bluse**  
Leichte Kurzarmbluse für Sommerwanderungen  
PUEZ DRY | Salewa



**Damen Jacke**  
Weiche und atmungs-aktive Softshell-Jacke  
PUEZ | Salewa

**Damen Hose**  
Wind- und feuchtigkeitsabweisende Softshell-Wanderhose  
PUEZ TALVENA | Salewa



**Herren Langarmshirt**  
Funktionales T-Shirt aus Dry'ton Baumwolle  
PUEZ DRY | Salewa

**Damen Wandertanktop**  
Funktionelles Top mit athletischer Passform  
PUEZ SPORTY DRY | Salewa



**Hüfttasche**  
Funktionelle Hiking-Hüfttasche  
PEDROC | Salewa



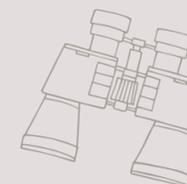
**Wandershorts für Damen**  
Bequeme und super leichte Shorts aus Stretchmaterial  
PUEZ TALVENA | Salewa



**Herren Wandershirt**  
Weiches und schnelltrocknendes Wandershirt  
PUEZ SPORTY DRY | Salewa



**Herren Hose**  
Windfeste und wasserabweisende Softshell-Wanderhose  
PUEZ DURASTRETCH | Salewa



**Sonnenbrille**  
Stylische Sonnenbrille mit kontrastverstärkter Scheibe  
MEMENTO | Sweet Protection



**Herren Jacke**  
Wasserdichte und atmungsaktive 2,5-Lagen-Hardshell-Jacke  
PUEZ AQUA POWERTEX | Salewa



**Damen Shirt**  
Funktionelles Shirt aus Dry'ton Baumwolle  
PUEZ MELANGE | Salewa



**Zustiegsschuhe für Damen & Herren**  
Bequemer Zustiegsschuh mit atmungs-aktiver GORE-TEX® Membran  
WILDWIRE | Salewa

# DAS WESEN DES *Winters*

Winter im DAS KRONTHALER und am Achensee ist anders. Er ist funkelnde Vielfalt. Er ist faszinierende Anmut. Er ist sportlich ebenso wie ruhend, kontemplativ ebenso wie erfüllend. Die stillste Jahreszeit verzaubert, wenn man sie in all ihrer Fülle erleben und genießen kann.

## KEIN TRARA

Es ist so wundervoll leise. Das ist einer der prägnantesten Wesenszüge des Winters. Diese unaufdringliche Stille, die von außen kommt und im Inneren Widerhall findet. Nicht nur wegen der Kälte und der langen Nächte lieben wir es, uns einzukuscheln, uns mit Dingen zu beschäftigen, für die wir in den warmen Jahreszeiten nur wenig Zeit und Muße finden. Der Winter macht kein Trara, er knallt nicht – nicht so, wie der Sommer es tut. Er ist unaufdringlich. Er ist geduldig. Er lässt sich Zeit und gibt Zeit. Der Winter kommt mit leisen Tönen. Er bettet das Leben zur Ruhe, und damit auch uns.

## DER ZAUBER

Das bedeutet nicht den vollständigen Rückzug, ganz im Gegenteil. Der Schnee lockt nach draußen. Warm eingepackt erkunden wir jedes Jahr aufs Neue diese faszinierende Welt. Stapfen voller Begeisterung die ersten Fußtritte in eine strahlendweiße Fläche, formen Schneebälle, sehen unseren Atem gefrieren und spüren die Wintersonne als wärmendes Funkeln im Gesicht. Wir hören den Winter – das Knirschen unter unseren Schneeschuhen, das zischende Gleiten der Skier auf präparierten Pisten. Und eben diese Stille. Diese einzigartige, einmalige Stille, die doch so voll ist von Freude. Genau das ist der Zauber des Winters. Wie er uns bewegt und doch Ruhe verschafft. Wie er in aller Stille alles in uns zum Klingen bringt.



## *Schneeweiß*

### DAS ZAUBERHAFTE WINTERPACKAGE

Zelebrieren Sie den DAS KRONTHALER Lebensluxus in seiner schönsten Form: direkter Pistenzugang, privater Skiunterricht, Wellness & Spa und erstklassige Kulinarik inklusive.

Infos auf S. 75





## DER LUXUS DES SKI.IN-SKI.OUT

Nur wenige Schritte trennen die Gäste im DAS KRONTHALER von dem kleinen, feinen Skigebiet Christlum. Wann immer Sie Lust haben – ob gleich nach dem stärkenden Frühstück oder schon davor, ob nach einem genießerischen Langschläfervormittag oder in den letzten Stunden, bevor der frühe Abend hereinbricht. Tun Sie, wonach Ihnen der Sinn steht. Ihre Skier warten währenddessen im beheizten und verschließbaren Skidepot auf Sie, auch das Skiticket erhalten Sie bequem in der LustBOXX. Dem unmittelbaren Genuss steht nichts im Wege. Auch dann nicht, wenn Ihre Schwünge etwas eingerostet sind oder Sie sogar das erste Mal auf Skiern stehen. Ihre Ausrüstung bekommen Sie von uns, das Know-how von den qualifizierten Skilehrern der hauseigenen Skischule Achensee.

### DIE WOHLVERDIENTEN PAUSEN

Ob Sie nach einer Abfahrt im DAS KRONTHALER Rast machen und sich ein leichtes Mittagessen oder Kaffee und Kuchen gönnen oder ob Sie am Berg in die Gföllalm, die Christlum Alm oder das Riederbergstüberl einkehren – Orte zum Entspannen und Genießen finden Sie reichlich.

## DIE VIELFALT DES WINTERS

Winter ist nicht nur Skifahren. Er lässt sich auch gemächlich und mit allen Sinnen erkunden, etwa beim Winterwandern. Über 150 Kilometer geräumte Winterwanderwege erschließen die verschneite Landschaft rund um den Achensee. Direkt vom DAS KRONTHALER aus führen gut ausgeschilderte Wanderstrecken, zum Beispiel in das nahe gelegene Oberautal, zum gefrorenen Wasserfall oder am See entlang. Auch mit Schneeschuhen lässt sich die Winterwelt erleben, das Equipment dazu gibt es zum Ausleihen im Haus. Wem der Sinn danach steht, durch die idyllische Landschaft zu gleiten, dem seien die 230 Loipenkilometer empfohlen, perfekt gespurt für klassische Langläufer und Skater. Über den eigenen Loipeneinstieg starten Sie direkt los. Eine perfekte Verbindung von Wandern und Fahren erleben Sie beim Skitourengehen oder Rodeln. Und wer sich so ganz von jeglicher Geschwindigkeit verabschieden möchte, der nimmt am besten die Kutsche. Mit gemächlichen zwei PS werden Sie warm eingepackt, durch die verschneite Landschaft kutschiert und können sich ganz aufs Schauen und Entdecken konzentrieren.

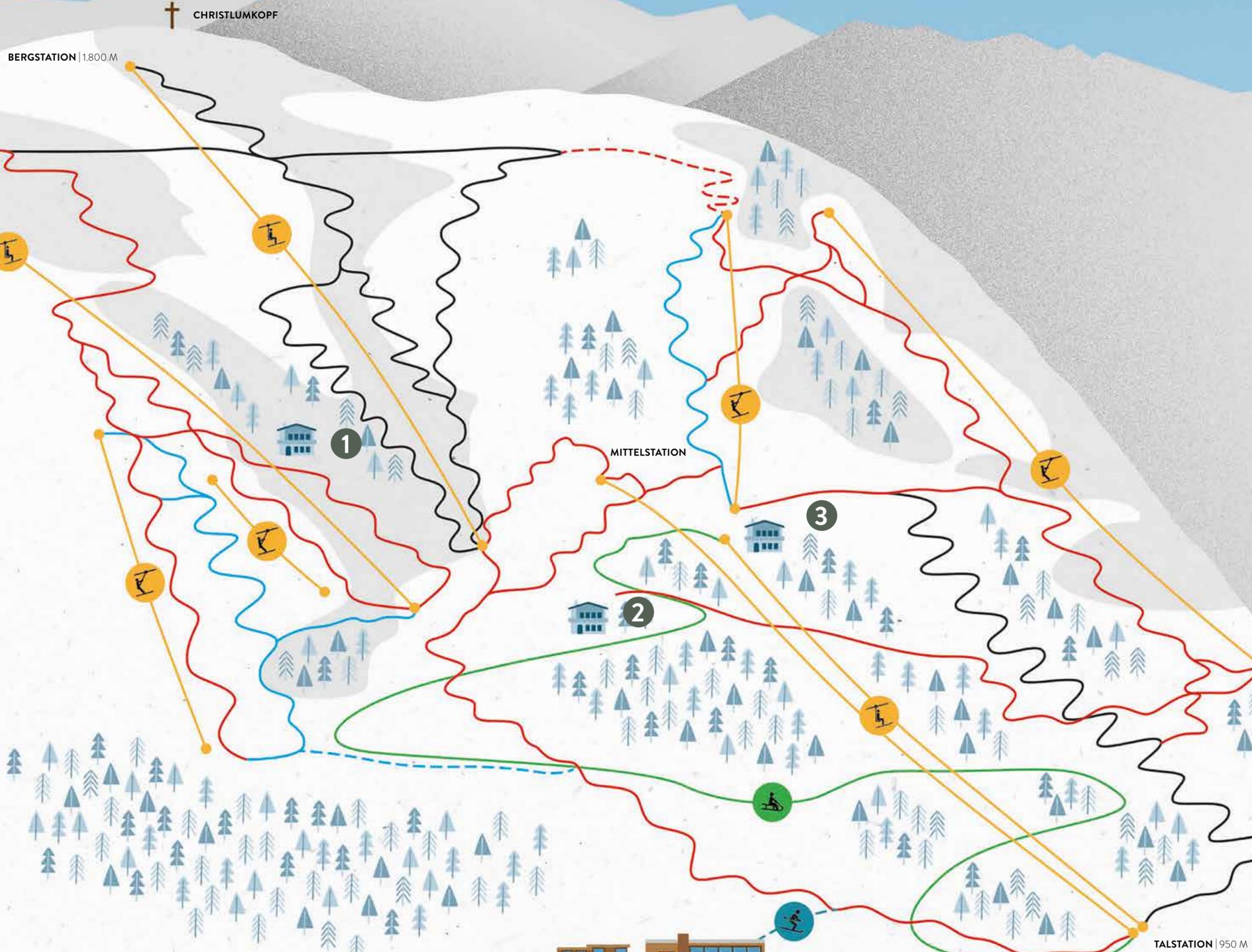


## WINTERWONNEN IM DAS KRONTHALER

### DIE POLEPOSITION FÜR WINTERSPORT

- Mit Ski.In-Ski.Out ist man im Nu auf der Piste – und kann jederzeit für eine Pause und den im DAS KRONTHALER Kulinarium inkludierten GENUSS.Nachmittag zurückkehren
- Das kleine Skigebiet begeistert mit rund 30 Pistenkilometern in allen Schwierigkeitsgraden
- In der hauseigenen Skischule Achensee wird geübt, bis der perfekte Carvingschwung sitzt – in der Gruppe oder ganz individuell. Videoanalyse zur Verbesserung der Fahrkünste buchbar
- Der Inhouse-Skiverleih bietet hochwertige Ausrüstung für Skifahren, Skitouren, Snowboarden und Langlaufen
- Im beheizten und verschließbaren Skidepot findet die eigene Ausrüstung Platz
- Skipässe können in der LustBOXX erworben werden
- Zum Après-Ski tauscht man sich in entspannter Atmosphäre bei einem Glas Champagner in der BAR HimmelNAH 999 aus





### LEGENDE

-  Lift
-  Rodelbahn
-  Rote Piste
-  Blaue Piste
-  Schwarze Piste

- 1** Gföllalm
- 2** Christlum Alm
- 3** Riederbergstüberl

**DAS KRONTHALER**

This block contains icons for buildings and winter sports. It includes a large building icon, a smaller building icon, and circular icons for a skier, a snowboarder, and a tobogganer. The text 'DAS KRONTHALER' is positioned above these icons. To the right, the text 'TALSTATION | 950 M' is visible.



# Wesensart

Unser Leben ist ein Kunstwerk. Jeder Augenblick hinterlässt einen Pinselstrich. Jede Begegnung fügt eine Farbe hinzu. Es ist an uns, welche Momente wir für uns schaffen. Bewusst. Wertig. Nachhaltig. Schöpferisch. Im DAS KRONTHALER stehen ganze Platten an Farben und Pinsel für Sie bereit.



”  
VOLL FREUDE STELLEN WIR FEST, DASS  
WIR MIT KLASSIK.UNIQUE EINEN NEUEN  
FIXPUNKT FÜR DEN INTERNATIONALEN  
AUSTAUSCH DER KLASSISCHEN  
MUSIKKUNST GESCHAFFEN HABEN.

Günther Hlebaina

“

ES IST UNS

*eine Ehre*

Kultur in allen Facetten war und ist fixer Bestandteil der DAS KRONTHALER Philosophie. Seien es die Live Acts, die wechselnden Kunstausstellungen oder die Zusammenarbeit mit Eva Lind und ihrer Musikakademie. Dass aus eben dieser Zusammenarbeit ein Event entstehen sollte, das seinesgleichen sucht, war eher ein Zufall – und doch führte von Anfang an alles zu Klassik.Unique hin. Ein Rückblick. Ein Ausblick.

#### EIN ZUHAUSE FÜR MUSIK

Werden neue Ideen, neue Dinge geboren, dann wird ihnen vieles in die Wiege gelegt. Wünsche. Träume. Hoffnungen. Ebenso wie klare Visionen. All das ist der Leitstern, dem dieses Neue folgen soll, und es auch tut, wenn man es nicht aus den Augen verliert. Als Günther Hlebaina sein Haus plante, schwang die Philosophie, die es erfüllen sollte, von Anfang an mit. Noch bevor DAS KRONTHALER seine Pforten öffnete, war es bereits erfüllt von Leben und Lebensluxus. Es war beseelt. Und diese Seele ist in allem spürbar.

Als der Grundriss des Hauses festgelegt und die Details geplant wurden – der geschützte Innenhof, der Seerosenteich und die Plattformen am Wasser – gab es dazu schon den Gedanken: Hier ist Musik Zuhause. Wenig verwunderlich also, dass schließlich zusammenfand, was zusammen passte.

„Als Eva Lind die Musikakademie gegründet hatte, scheiterte ihr erster Versuch, diese in einem Hotel zu etablieren. Zu diesem Zeitpunkt war DAS KRONTHALER als junges neues Hotel sehr präsent und 2015 erreichte uns eine Anfrage von ihr“, erinnert sich Günther Hlebaina. Nach einigen Jahren der erfolgreichen und fruchtbringenden Zusammenarbeit entstand eine neue Vision. „Hier bei uns im DAS KRONTHALER konnten wir Eva Lind und ihrer Akademie einen wertschätzenden Rahmen bieten. Je mehr internationale DozentInnen und Nachwuchstalente aus aller Welt sich am Achensee einfanden, desto klarer wurde: Diese Talente brauchen eine würdige Bühne und ein Publikum, das diese Kraft der Kunst genießen will. Da der Nachwuchs alleine aber nur wenig Zugkraft hat, war klar, dass wir auch namhafte Stars der Szene brauchen, um diese Bühne und das Publikum mit Leben zu füllen.“



#### WELLEN UND GESANG

Gemeinsam mit der Achenseeschiffahrt luden wir unsere Gäste zu einer beschwingten Schifffahrt auf dem Achensee. Max Müller, der beliebte „Rosenheim-Cop“ präsentierte ein See-Erlebnis der besonderen Art mit bekannten Hits aus Operette, Oper und Chanson. Der Schauspieler ist eigentlich als Polizeiobermeister Michi Mohr in der ZDF-Erfolgsreihe „Die Rosenheim-Cops“ bekannt. Nur wenige wissen, dass Max Müller ebenso ausgebildeter Opernsänger ist.



”  
**ES IST FÜR MICH EGAL, WIE GROSS ODER KLEIN EINE BÜHNE IST. WENN MAN OBEN STEHT, MUSS MAN PROFESSIONALITÄT LIEFERN. DAS IST ES, WAS ZÄHLT. AUSSERDEM IST DIE LANDSCHAFT AM ACHensee EIN TRAUM!**

Bo Skovhus

“

#### UNTER FREIEM HIMMEL

Neben den 200 Hotelgästen nahmen weitere 250 externe Gäste, darunter Freunde, Bekannte und Partner des Hauses, am Konzertabend teil. Gespielt wurden in der ersten Hälfte des Open.Airs weltweit umjubelte Hits der Klassik, in der zweiten die schönsten Melodien der Filmmusik. Auf der Bühne standen Eva Lind und die Stars Daria Sushkova, Bo Skovhus, Joseph Calleja, Céline Moinet, die jungen Nachwuchsstars Norman Spaeth und Chantal Ramona Veit, sowie das Tiroler Kammerorchester InnStrumenti unter der Leitung von Gerhard Sammer.

## MOMENTE DIE BLEIBEN

Was im Jahr 2019 entstand und als ein Event über ein Wochenende begann, hat sich zu einem Musikfestival über eine ganze Woche entwickelt. Von 08. bis 14. Juli 2024 fand zum vierten Mal das große Highlight im DAS KRONTHALER Jahreskalender statt. Eine ganze Woche voller beeindruckender Erlebnisse und Inszenierungen, mit tollen Künstlern und Nachwuchstalente, kulinarischen Kreationen – und vor allem wunderbaren Gästen. Einfach unique. Gemeinsam mit der weltbekannten Sopranistin Eva Lind haben wir erneut ein unvergleichbares Programm kreiert. An einem Ort, der die ungewöhnliche und gerade deshalb so verzaubernde Kulisse für dieses Event bildet. Klein und fein, doch dem hohen Anspruch der Klassik und Kunst mehr als würdig. Intim und dennoch groß. Der Aufwand hat sich wie immer gelohnt. Sowohl die Gäste als auch die teilnehmenden Künstlerinnen und Künstler waren begeistert – vom Event ebenso wie von dem einzigartigen Rundum-Verwöhnprogramm und dem leidenschaftlichem Service, der den DAS KRONTHALER Lebensluxus so wundervoll und einzigartig macht. 🍷



#### MISTER SKISPRUNG

Auch sportliche Highlights durften in der Klassik.Unique Woche nicht fehlen und so ging es am Mittwochmorgen mit „Mister Skisprung“ Toni Innauer und Eva Lind bei einer Alm.Wanderung auf die nahegelegene Gföllalm. Auf der Hütte angekommen gab es für die teilnehmenden Gäste eine köstliche Tiroler Schmankerl-Jause sowie als Überraschung eine musikalische Einlage von Toni Innauer selbst. Am Abend berichtete der Olympiasieger bei einem interessanten Impulsvortrag über sein bewegtes Leben und seine Erlebnisse als Skispringer und Trainer.



#### HOCHGENUSS

Jährliches Highlight: das 5-Gang-Klassik-Dinner mit musikalischer Umräumung und Weinbegleitung. Diesmal kreiert und präsentiert von Gastköchin Simone Kubitzek, der Gewinnerin des Kochwettbewerbs „Junge Wilde“ 2023 – mittlerweile der größte und begehrteste Kreativ-Kochaward Europas. Musikalisch umrahmt wurde das Dinner durch die jungen Stars der Eva Lind Musikakademie Sára, Levente und Martón Bubreg sowie dem jungen Tenor Sangjun Kim.

# VOM MUT ZUR WERTIGKEIT

IM GESPRÄCH MIT GÜNTHER HLEBAINA

**Wie hat sich Klassik.Unique von der Erstauflage 2019 an entwickelt? Was hat sich geändert, geschärft oder bewährt?**

**GÜNTHER HLEBAINA:** Im Wesentlichen war die Erstauflage von Klassik.Unique 2019 bereits ein gelungener Wurf und es musste am Format nicht viel geändert werden. Wir blieben dem Motto Stars & Talente, umrahmt von Kunst, Natur und Kulinarik auch in den Folgejahren treu. Verändert bzw. verbessert haben wir uns vor allem in technischer Hinsicht. So wurde die Bühne erweitert, um mehr Platz für das Orchester und die Künstler zu schaffen, die Beleuchtung umfangreicher und die Akustik auf ein sehr hohes Level gehoben. Auch die Dauer des Events hat sich verändert. Was 2019 mit einem dreitägigen Event von Freitag bis Sonntag begann, war in diesem Jahr ein Musikfestival über eine ganze Woche.

**Hinter Klassik.Unique steckt sehr viel Organisationsaufwand und natürlich auch ein hoher zeitlicher und auch finanzieller Aufwand. Woher kommen diese Liebe und das Commitment dazu?**

Es ist ein gewisses Grundbedürfnis an Musik- und Kunstgenuss in mir vorhanden. Und zudem auch der Wunsch, etwas nicht Alltägliches, etwas, das es in der Hotellerie so nicht gibt, zu veranstalten. Hinzu kommt auch, dass man bereits 2019 gesehen hat, dass es einer kleinen Anzahl an Mitarbeitern auch sehr viel Spaß macht, ein solches Event im Haus zu etablieren, zu planen, organisieren und umzusetzen. Und wir es letztendlich geschafft haben, das ganze Team zu motivieren diese einzigartige Veranstaltung zu meistern. Das Ergebnis ist ein besonderes Alleinstellungsmerkmal, vergleichbare Events in dieser Klasse gib es in anderen Hotels bislang nicht.



”

**ES WAR EIN SCHÖNES ERLEBNIS, ZU SEHEN, WIE PLÖTZLICH EIN GESAMTES TEAM AN EINEM STRANG ZIEHT UND WÄHREND DIESER VERANSTALTUNG SOLCHE HOCHLEISTUNGEN ERBRINGT.**

Günther Hlebaina

“

**Was waren Ihre ganz persönlichen Highlights?**

Da kann ich mich schwer festlegen. Allen voran sind es aber sicher die Auftritte der ganz großen Stars der Klassik wie Vessalina Kasarova, Lidia Baich, Joseph Calleja, uvm. die mir in Erinnerung bleiben. Das sehr anspruchsvolle Open.Air mit tollen Künstlern in einem kleinen Ort wie Achenkirch, das ist etwas ganz Besonderes. Aber es war auch ein schönes Erlebnis zu sehen, wie plötzlich ein gesamtes Team, vom Zimmermädchen bis hin zum Küchenchef, an einem Strang zieht und während dieser Veranstaltung solche Hochleistungen erbringt. Jeder hat jedem geholfen, es wurde in wenigen Stunden für das Open.Air aufgebaut, die Gäste verpflegt und nach dem Konzert wieder alles abgebaut, um am nächsten Morgen für den folgenden Programmpunkt gerüstet zu sein. Darüber staunten auch die Gäste.



**RUNDUM GELUNGEN**

„Es hat nichts gegeben, das mich nicht verzaubert hat. Von der wunderbaren Hotelanlage über den liebevoll gepflegten Garten, von der abwechslungsreichen Musik über die Kulinarik, alles war Teil des großen Ganzen. Die Tage im DAS KRONTHALER haben mich aufgetankt, inspiriert und sehr dankbar hinterlassen und wird mir noch sehr lange im Gedächtnis bleiben“, so Ronja Forcher, die im Rahmen einer Matinée und Lesung die Gäste verzauberte.



”

**KLASSIK.UNIQUE WAR FÜR MICH EIN UNGLAUBLICH STARKES ERLEBNIS. UND „AUF DEM WASSER ZU SINGEN“ WAR SCHON AUSGESPROCHEN ZAUBERHAFT!**

Max Müller

“

**Finden Sie, dass Wertigkeit generell – in einer Welt, in der sie, so scheint es wenigstens, immer mehr verloren geht – Mut erfordert?**

Wertigkeit erfordert auf jeden Fall viel Mut. Vor allem, weil es finanziell anspruchsvoller ist, eine hohe Wertigkeit wirtschaftlich ausbalanciert umzusetzen.

**Aller Voraussicht nach macht Klassik.Unique eine Pause – dürfen wir uns auf eine Fortsetzung freuen?**

Die Anfragen für 2025 sind da, unser etabliertes Musikfestival Klassik.Unique, in dem Format wie wir es kennen, wird aber eine Pause einlegen, das ist korrekt. Wir überlegen, in einen Zweijahresrhythmus zu wechseln und in den Jahren dazwischen ein neues Format zu entwickeln. Dieses soll ebenfalls musikalisch geprägt sein, jedoch nicht in einer einzigen Woche komprimiert, sondern über einen ganzen Monat verteilt stattfinden. Dabei planen wir verschiedene Auftritte und Konzerte unterschiedlichster Genres. Neben der gewohnten klassischen Musik werden also auch andere Stilrichtungen erlebbar sein. Das Ganze ist noch in Ausarbeitungen, aber es wird wie immer hochwertig sein und Kunst, Natur und Kulinarik in den Fokus gestellt. Da die Resonanz zu unserem Event so positiv ist, können wir es nicht zur Gänze aussetzen. Erstaunlich viele Hotelgäste, aber auch externe Besucher zeigen großes Interesse an unserem Festival. Einige Gäste haben bereits an allen vier bisherigen Klassik.Unique-Veranstaltungen teilgenommen und so maßgeblich zum Erfolg beigetragen. Besonders schön ist, dass unser Festival eine Verbindung zwischen internationalen Hotelgästen und einheimischen Besuchern geschaffen hat. 🐾



# DAS WAR KLASSIK.UNIQUE 2024



Eva Lind und  
Künstler Max Heide.



Schauspielerin Ronja Forcher  
mit Ehemann Felix Briegel.



Schauspielerin  
Tanja Lanäus.

Verena und Peter Gruber, Roland Seyr, Barbara und  
Helmut Mauracher und August Rappold.



Die Panoramaterrasse  
verwandelte sich erneut in eine  
Bühne. Champagnerempfang,  
Flying Buffet und spektakuläres  
Feuerwerk inklusive.



Die jungen Nachwuchs-  
talente Norman Spaeth  
sowie Sára, Levente und  
Martón Bubreg.



Prof. Erich Rinner,  
Eva Lind sowie die  
fünf Musikerinnen  
der Gruppe  
„quintTTonic“.



Ginverkostung mit Andreas Bauer von „Fuxbau Gin“.



Nachwuchs-Tenor Sangjun Kim  
und Andreas Kowalewitz am Klavier.



Markus Baumeister und Daniela Kiefer, Günther Hlebaina,  
Sarah Laux und Kai Pierre Thieß (HILSCHER).



Michael und Alicia Hauser, Doris Eibel, Verena Wieser, Anton  
Meiser, Michael Oberhofer, Eva Lind, Lukas Linter und Ferdinand  
Marquez (TIROLERIN).



Die Stars Bo Skovhus, Daria  
Sushkova, Eva Lind und  
Joseph Calleja.



Heidi Seyr, Rikke Pedersen, Julia Hauser,  
Sylvia Lentsch und Melanie Wallner.



Maria Chelucci & Melanie Haas (Achenseeschiffahrt).



Michael  
Pardeller und  
Heilpflanzen-  
Expertin  
Edith Burmester  
mit Ehemann  
Thomas.



Felicitas Birkner und Max Müller.

## EIN GRANDIOSES GEFÜHL

### DANKE VON HERZEN

Mit KLASSIK.UNIQUE konnten wir auch 2024 wieder einen einzigartigen Lebensluxus kreieren und erleben. Gemeinsam mit dem gesamten Team, unseren tollen Partnerbetrieben und Sponsoren sowie unseren wunderbaren Gästen ist es uns gelungen, das Musikfestival mit Leben, Freude und tollen Begegnungen zu füllen und alle zu begeistern.



## Rückblick

Lassen Sie KLASSIK.UNIQUE 2024 noch einmal Revue passieren. Alle Bilder finden Sie in unserer Online-Bildgalerie: einfach den QR-Code scannen und in Erinnerungen schwelgen.



# Das Gute

## DAS UNS SO

Über nahezu 80 Jahre hinweg hat sich Juwelier Hilscher aus München-Schwabing zu einem der renommiertesten familiengeführten Luxusjuweliere Deutschlands entwickelt. Ein wesentlicher Teil des Erfolgs liegt nicht nur im Bewahren jahrhundertealter Handwerkskunst begründet, sondern auch im klaren Bekenntnis zu kompromissloser Qualität – in allem. Und in der Liebe zu Wertigkeit.

### STANDHAFTHE WERTIGKEIT

Gutes bleibt bestehen. So war es immer schon. Doch es braucht Wertschätzung. Es braucht Hingabe. Und es braucht Bewahrung ebenso wie Weiterentwicklung. Echte Handwerkskunst braucht all das, denn die jahrhundertealten Techniken und Traditionen sind ein wahres Juwel, wurden sie doch über Generationen gefestigt und weitergedacht. Von jedem, der das Handwerk mit Leidenschaft ausübt. Bei Juwelier Hilscher lebt man das genau so. Bei der Restaurierung historischer Schmuckstücke ebenso wie bei der Anfertigung moderner Kreationen – Qualität und Detailgenauigkeit stehen stets im Vordergrund. Sie tun es seit nahezu 80 Jahren, seit Carl Hilscher, ein leidenschaftlicher Uhrmachermeister, 1945 mit handwerklichem Geschick und unternehmerischem Mut den Grundstein für diese Erfolgsgeschichte legte.

Heute wird der Traditionsbetrieb von Manfred Hilscher und Kai Pierre Thieß geführt. Und auch, wenn sich die Welt in 80 Jahren sehr verändert hat, bleibt bei Juwelier Hilscher das bestehen, worauf es wirklich ankommt: echte Handwerkskunst, zeitlose Werte, die alles durchdringen – und ein klares Bekenntnis zu Luxus. In der hochmodernen Werkstatt werden kostbare Uhren und Juwelen von Professionalisten mit großer Sorgfalt repariert und umgearbeitet, ganz entsprechend den Wünschen der Kunden. Etwa dann, wenn Erbstücke eines zeitgemäßen Ausdrucks bedürfen. Denn die Zeiten ändern sich zwar und vielleicht auch die Geschmäcker, aber Wertigkeit nicht.



”

GENIESSEN SIE DEN AUGENBLICK,  
SCHÄTZEN SIE WERTE.

Kai Pierre Thieß

“

### ZUSAMMEN KOMMT, WAS ZUSAMMEN PASST

Diese Wertigkeit kommt in allem zum Tragen, nicht nur im Umgang mit den edlen Stücken, sondern auch in der Begegnung mit ihren künftigen Besitzern. Und sie reicht weit über das eigene Tun hinaus, denn wer Wertigkeit liebt, liebt sie in ihrer Gesamtheit. Das ist auch mit ein Grund, warum sich das Unternehmen stark im Bereich Kunst, Kultur und Gesellschaft engagiert. Als Sponsor zahlreicher renommierter Veranstaltungen wie der Salzburger Osterfestspiele und der Münchner Staatsoper fördert Juwelier Hilscher kulturelle Vielfalt. Es freut uns deshalb außerordentlich, dass das Traditionsunternehmen diese Wertigkeit auch in Klassik.Unique erkennt und schätzt und als Sponsor von Klassik.Unique 2024 fungierte. Es zeigt sich immer wieder. Zusammen kommt, was zusammen passt, denn höchste Qualitätsansprüche, exzellenter Service und eine tiefe Verbundenheit zu Kunst und Kultur sind der Wesenskern beider Häuser. Darüber hinaus setzt sich Juwelier Hilscher auch aktiv für die Förderung junger Talente ein. Im Rahmen eines Stipendiums für Studenten der Eva Lind Musikakademie unterstützt das Unternehmen die musikalische Ausbildung und fördert die nächste Generation herausragender Künstler. Wie eingangs bereits erwähnt: Gutes bleibt bestehen. Wenn man sich darum bemüht. Schön, wenn Gleichgesinnte sich finden und gemeinsam Gutes bewirken. 🐾

# Seele ZUM ANFASSEN

In einer digitalen Welt, in der Kommunikation nahezu ausschließlich über Bildschirme und Touchscreens läuft, gewinnt gutes Papier an Wert und Bedeutung. Es schafft nicht nur Wert und Wertigkeit, sondern auch Momente der Interaktion. Denn es ist mehr als nur ein Träger für Informationen: Es weckt Emotionen und macht Botschaften spürbar.

## SUBSTANZ

Es spricht unsere Sinne an. Seine Struktur zwischen unseren Fingern, sein Duft, das leise Rascheln beim Umblättern. Gerade in unserer digitalen Ära, in der unsere Sinneserfahrungen auf visuelle und auditive Reize beschränkt werden, bringt Papier uns etwas zurück, das wir vermissen. Unverwechselbaren Charme. Momente des Innehaltens. Der Fokus auf das Wesentliche – auf eine Seite, auf das, was wir vor Augen haben, das wir in Händen halten, das wir spüren und riechen. Papier transportiert Gefühl. Es bleibt im Moment und ist nicht flüchtig. Es vermittelt uns Beständigkeit. Und genau diese Wesenskern machen es etwa für Unternehmen auch zu einem wichtigen Medium. Auf wertigem Papier bekommt eine Marke Substanz, eine Seele zum Anfassen. Und das schafft ein Erlebnis abseits des Mainstreams, einen Kontrapunkt, der wirkt.



## GANZ NAH DRAN

### BESICHTIGUNG DER PAPIERFABRIK

Verpackungen für Marken weltweit. Faserforschung für die Zukunft. Nachhaltiges Designpapier für analoge Kommunikation. Das alles entsteht am Fabrikstandort in Gmund. Am Gmund Campus erhalten Sie während Ihrer Besichtigungstour spannende Einblicke in die Welt des Papiers vom Tegernsee. Kommen Sie mit auf eine Reise durch die Geschichte und in die Zukunft des Papiers.



### AUTHENTISCH. NACHHALTIG. FORTSCHRITTLICH.

Seit 1829 produziert Gmund Papier am Tegernsee Designpapiere, die sich durch ihre Ästhetik und Haptik auszeichnen. Das Unternehmen steht für nachhaltige Produktion und höchste Qualität, und hat sich weltweit als Vorreiter in Sachen ökologischer Papierproduktion etabliert. In vierter Generation von Florian Kohler geführt, geht der Innovationsgedanke seit Jahrzehnten Hand in Hand mit der Liebe zum Material. Der moderne Industriebetrieb produziert heute pro Jahr 6.000 Tonnen Papier, die in 70 Länder auf allen Kontinenten begeistern: 75 Prozent der Papiere aus Gmund werden exportiert. Das Sortiment umfasst rund 100.000 verschiedene Papiervarianten, allen voran farbige und haptische Designpapiere.

Die Gmund Papierfabrik ist aber nicht nur ein Ort der Produktion, sondern auch ein Zentrum für Forschung und Innovation. Das Spin-Off Unternehmen der Papierfabrik – Greenfibra Labs – erforscht für weltweite Kunden und Institutionen den Einsatz alternativer Pflanzenfasern in der Papierherstellung, um die Ressource Holz zu schonen und die Nachhaltigkeit weiter voranzutreiben. Das Greenfibra Lab entwickelt Papiere aus Hanf, Stroh, regionalen Rohfasern und sehr erfolgreich auch aus pflanzlichen Produktionsabfällen der Kaffee-, Tee- oder Schokoladenindustrie. So gehen Nachhaltigkeit und Innovation Hand in Hand.

### WIE PAPIER DEN UNTERSCHIED MACHT

Papier macht Eindruck – und hinterlässt auch einen. Im besten Fall einen wertigen, bleibenden. Visitenkarte, Verpackung oder Broschüre: Gutes Papier ist ein Mittel, das Inhalte nicht nur visuell, sondern auch fühlbar vermittelt und damit eine Dimension des Erlebens ermöglicht, die weit über bloße Informationsvermittlung hinausreicht. Was wir auf mehreren Ebenen wahrnehmen, verankert sich. Und bleibt. 🐾



## LUST BOXX

### PAPIERLIEBE ZUM MITNEHMEN

Ein kleines Sortiment an Produkten von GMUND Papier ist auch in unserer Shoppingmeile LustBOXX erhältlich.



#### GIPFELBLOCK

Der Gmund Notizblock für Gipfelstürmer mit den beliebtesten Bergketten der Alpenregion. So können Sie Ihre Notizen, die schönsten Erinnerungen, Gedanken oder kreative Ideen zu Papier bringen. Fünf Stanzsilhouetten stellen das bekannte Bergpanorama der Tegernseer Berge nach.

€ 14,50



#### GRUSSKARTEN

Hochwertiges Papier und liebevolles Design. Die verschiedenen Grußkarten von Gmund sind einzigartige Hingucker zu jedem Anlass.

€ 5,90



#### WEEKLY PLANNER

Ein Wochenplaner für Liebhaber von feinstem Papier und Druckhandwerk. Der Wochenplaner bietet Platz für tägliche Notizen und ermöglicht eine übersichtliche Wochenplanung. So ist er das optimale Tool, um die Woche zu strukturieren, Ziele zu setzen und den Fokus auf das Wesentliche zu richten.

€ 17,00

## EDEL UMHÜLLT MIT GMUND PAPIER

### MODERNE PAPIERSCHÖNHEIT

Für den Umschlag dieser ECHT.ZEIT wurde ein Papier aus der Kollektion Gmund Urban in der Ausführung Cement verwendet. Gmund Urban ist ein papiergewordener Architektentraum aus Geometrie, Zement, Holz und warmen, staubigen Farben. All das spiegelt eine progressive Materialität wider. Florian Kohler beschreibt diese Kollektion treffend als „das Designerhaus für moderne Kommunikation“.

Das Papier in Ihren Händen erinnert an die Optik und Haptik von Beton – rau, authentisch und gleichzeitig schlicht. Die Struktur des Papiers entsteht durch das Gmunder Heißdampfverfahren, die Haptik durch einen speziellen Steinstaub aus Österreich, der auch in der besonders robusten Lackfarbe der Golden Gate Bridge zum Einsatz gekommen ist.



Gmund Papiershop

### LIFESTYLE AUS DER PAPIERMASCHINE

Der Gmund Papiershop bietet alles, was das Papierherz begehrt. Außerdem können Sie sich von unseren kompetenten Mitarbeitern zu allen Fragen rund um unseren individuellen Druckservice beraten lassen. Als Teilnehmer einer Werksbesichtigung erhalten Sie 10% Rabatt auf Ihren Einkauf.

Info & Anmeldung unter [www.gmund.com](http://www.gmund.com)



# Wesensfreude

Lichtblicke. Magische Momente. Sinnliches Erleben.  
Umfassendes Wohlbefinden. Alles, was Ihnen gut tut,  
ist Glück. Überbordend oder ganz still macht dieses  
Glück Ihr Leben reich. Es füllt Sie aus und nährt Sie  
– es ist pure Freude.





# Genussraum, GENUSSZEIT

DAS KRONTHALER ist der Rückzugsort für Aktive, für Ruhesuchende und ebenso für Genießer – ganz besonders auch für alle, die eine bewusst gesunde Ernährung schätzen. Das bedeutet aber keinesfalls Verzicht, ganz im Gegenteil. Bewusster Genuss gibt uns, was uns gut tut – er schenkt uns Wertigkeit. Von Produktauswahl über Zubereitung bis hin zu Zeit und Raum, die wir diesem Genuss geben.

## RAUM FÜR GENUSS

Setzen Sie sich. Fühlen Sie sich willkommen. Sanftes Licht umhüllt Sie, ebenso wie der herrliche Geruch der Speisen, die unser Service-Team an Ihren Tisch bringt. Wie man sich bettet, so liegt man, sagt man. Dann wird man auch so essen, wie man sich setzt, denken wir: Genuss braucht einen besonderen Raum.



## HAUSEGEMACHT & AUS DEM EIGENEN GARTEN

Um Qualität und Frische zu garantieren, ist all das hausgemacht, was hausgemacht werden kann. Wir achten darauf, möglichst regional einzukaufen, kennen unsere Lieferanten und verarbeiten am liebsten die frischen Kräuter aus unserem eigenen Hanggarten.

## WERTIGKEIT MIT HINGABE

Alles ist miteinander verbunden. Lebt miteinander und in Abhängigkeit voneinander. Im DAS KRONTHALER wissen wir das und leben es ganz bewusst. In allem, was wir tun und sind. Genau deshalb ist die DAS KRONTHALER Cuisine so besonders. Sie ist nicht einfach nur gutes Essen. Dahinter und darin steckt viel mehr. Klar steht die Auswahl bester Produkte im Vordergrund – den Jahreszeiten angepasst, aus nachhaltiger Produktion und so regional wie möglich. Es geht aber auch um die Zubereitung. Die besten Zutaten sind nichts, wenn sie nicht ebenso bewusst verarbeitet werden wie sie hergestellt wurden. Wertigkeit spielt immer die Hauptrolle. Sie ist die Basis von allem. Und sie braucht Zeit und Raum, in mehrfacher Hinsicht.

Zum einen dürfen und sollen Lebensmittel die Zeit bekommen, die sie brauchen, um zu wachsen, um sich zu entwickeln, um ihren vollen Geschmack und ihre ganze Lebenskraft auszubilden. Sie brauchen aber ebenso den Raum dazu – eine gesunde Umwelt, beste Bedingungen. Dasselbe gilt für ihre Zubereitung.

In der Küche im DAS KRONTHALER wird mit Bedacht gearbeitet – mit dem Bewusstsein dafür, dass Wertigkeit auf Hingabe basiert. Mit Passion für das große Ganze ebenso wie für unscheinbarste Details. Genuss ist die Summe aller Teile. Wenn Sie am liebevoll vorbereiteten Tisch sitzen, den ersten Bissen zum Mund führen, dann sehen, schmecken und fühlen Sie, was wir damit meinen. Genuss braucht keine Show. Er entfaltet sich im Stillen, in der Ruhe. Dort entwickelt er seine Kraft. 🍷

## GOURMET INKLUSIVE

Vital-kreative Gaumenfreuden. Bewusste, nahrhafte und köstliche Kompositionen. Hochwertigste Produkte von verantwortungsbewussten Produzenten und Lieferanten – großteils aus unserer Region. Mit Wertschätzung, natürlich und schonend verarbeitet. Das sind die Grundpfeiler des DAS KRONTHALER Kulinarium.

### VITAL.FRÜHSTÜCK

kulinarischer Start in den Tag mit duftendem Brot, Wurst- und Käsespezialitäten, frischen Eierspeisen, Müsli und Porridge, Marmelade, Honig, Low Carb-Ecke uvm.

### GENUSS.NACHMITTAG

vielfältiger Nachmittag mit Suppe, frischen Salaten sowie warmen und kalten Köstlichkeiten, süßen Versuchungen und frischem Strudel

### GOURMET. DINNER

Tagesausklang mit einem 5-Gang-Gourmetmenü aus unserer Slow Food Küche mit leichten und vitalen Kreationen, traditionellen Gaumenfreuden sowie Low Carb-Gerichten

## EIN GUTER TAG BEGINNT MIT WERTIGKEIT

Ein guter Tag im DAS KRONTHALER beginnt immer mit einem guten Frühstück. Und mit gut meinen wir: nährend, ausgewogen, wertvoll, reichhaltig. Unser VITAL.Frühstück beschert Ihnen all das – mit einer vielfältigen Auswahl an herrlich duftendem Brot, an herzhaften Wurst- und Käsespezialitäten, frisch zubereitete Eierspeisen, Müsli, Obst und Fruchtsäften, Marmeladen und Honig, Aufstrichen uvm. Ein ganz besonderes Highlight für alle, die bewusst und gesund in den Tag starten möchten, ist unser frisch zubereitetes Porridge. Warum wir etwas scheinbar so banales überhaupt erwähnen? Weil es quasi eine Spezialität unseres Hauses ist, die alles Wesentliche in sich vereint. Und noch mehr.

### FRISCH ZUBEREITET, INDIVIDUELL VERFEINERT

Leicht verdaulich, warm und damit eine Wohltat für den Magen, hält es lange satt und liefert anhaltend Energie für den Tag: Unser Porridge, ist die Summe aus Gutem. Es ist reich an Ballaststoffen und Nährstoffen, wird frisch zubereitet und kann nach Belieben mit süßen Beeren, cremigen Fruchtpürees, knackigen Nüssen oder Gewürzen verfeinert werden – ganz nach Ihren persönlichen Vorlieben!

Gut zu wissen: Unser Porridge gibt es auch für den Genuss zuhause – erhältlich im Restaurant oder online unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)

### CRUNCH-EFFEKT

Nüsse bringen nicht nur noch mehr wertvolle Inhaltsstoffe ins Porridge, sondern auch knackigen Biss.

### CREMIGE SÜSSE

Unsere hausgemachten Fruchtpürees werden aus feinstem Obst schonend zubereitet.

”  
DIE TISCHZEIT IST VIELLEICHT  
DIE BLÜTE DES TAGES. DAS  
FRÜHSTÜCK IST DIE KNOSPE.

Novalis

“

*Zum Anbeißen süß*

*Warm und frisch zubereitet*

### SAISONALE KOSTBARKEITEN

Jede Jahreszeit hat ihre Früchte – versüßen Sie sich Ihr Porridge mit den vitaminreichen, frischen Köstlichkeiten.

*Gewürze sind Charakterstärke*

*Kann man es noch toppen? Ja!*

# RIEDENWEISE

## Perfektion

Inmitten des Vulkanlandes der Südoststeiermark liegt das Weingut Krispel. Seit zwei Generationen produziert der Familienbetrieb außergewöhnliche Weine – insbesondere in seine Riedenweine haben sich die Herzen und Gaumen von Kennern verliebt. Einer dieser Weine zählt nicht ohne Grund zu den „Lieblingen“ – den drei Hausweinen – im DAS KRONTHALER.

### DER URSPRUNG

Von all den ausgezeichneten Weinen, die im DAS KRONTHALER zur Auswahl stehen, stechen drei besonders hervor. Es sind die „Lieblinge“ – die drei Hausweine, die sogar einen eigenen Namen bekommen haben. Abgeleitet vom Claim des Hauses „Vom Ursprung inspiriert. Von der Zukunft geleitet. Vom Moment veredelt.“ nennen sich auch die drei Lieblinge Ursprung, Zukunft und Moment. Passend zu ihrem Charakter – und zu unserem. Natürlich muss der Hauswein namens Ursprung – Nomen est Omen – wie auch Hotelchef Günther Hlebaina aus der Steiermark kommen. Doch das war natürlich nicht das einzige Kriterium, das den Ausschlag dafür gab, dass der fruchtige, gelbe Muskateller vom Weingut Krispel zu einem seiner besonderen Lieblingsweine wurde.

### DER WEIN ALLER WEINE

#### WAS STEIRISCHE RIEDENWEINE BESONDERS MACHT

Steirische Riedenweine sind Weine „mit geschützter Herkunft“ aus der höchsten Stufe der DAC Pyramide. Die Trauben der Weine sind handverlesen und stammen meist aus Lagen mit extrem hoher Neigung. Lage und Riede sind gleichbedeutend und stehen für einen einzelnen Weingarten. Sie sind der Stolz eines jeden Winzers und der Traum vieler Weingenießer. Den Begriff Lagen- oder Riedenwein verwenden Eruptionswinzer wie das Weingut Krispel für die „Erste Lage“ und „Große Lage“ – also für die herausragendsten Weine.



## Dine & Wine

**EINE FEINE AUSWAHL**

Genießen Sie die perfekte Weinbegleitung zum 6-gängigen Dine & Wine-Menü. Gang für Gang präsentieren wir Ihnen bemerkenswerte Tropfen von heimischen und internationalen Winzern. Immer passend zum Gericht.

€ 65,00 pro Person

**STEIRISCHER LAGENWEIN**

Ein Wein, der aus dem Gebiet Vulkanland Steiermark kommt, garantiert nicht nur die regionale Herkunft der Trauben, sondern auch die hohe Qualität durch 100 Prozent Handlese sowie ausreichend Reifezeit im Keller.

**DER SCHRITT INS HÖHENGLÜCK**

Das Weingut Krispel – man kann es schlicht und einfach so sagen – produziert einzigartigen Wein. Die Leidenschaft, die in diesem Familienunternehmen steckt, schmeckt, spürt und sieht man. Seit zwei Jahrzehnten haben sich die Krispels – inmitten des steirischen Vulkanlandes – ganz ihrer Genusspassion verschrieben und es ist beileibe kein Zufall, dass Stefan Krispel innerhalb weniger Jahre zu einem der charismatischsten Winzer Österreich wurde und seine Riedenweine weit über die Grenzen des Landes hinaus bekannt sind. Dahinter steckt viel Arbeit – und ein klares Ziel: „Mit 18 Jahren hatte ich daheim die erste Ernte zu verantworten“, erzählt uns Stefan Krispel. „Noch dazu hatte ich immer viele Ideen. Aus gereifter Erfahrung und steter Neugierde heraus entwickelte sich auch meine leidenschaftliche Passion, immer mein Bestes zu geben. Jetzt trägt meine konsequente Haltung Früchte. Ich bin meinem Ziel, den perfekten Wein zu machen, schon sehr nahe gekommen.“ Wie nahe, das können Sie bei uns im DAS KRONTHALER selbst erleben, denn unser „Ursprung“ zählt mit Sicherheit zu einem der Meisterwerke aus dem Hause Krispel. 🍷



## KRISPELS RIEDEN IM VULKANLAND

Die für die Steiermark typische Vielfalt der Rebsorten wird durch die neun gängigsten Sorten in den drei Qualitätsstufen „Gebiet – Ort – Riede“ angeboten. Andere Qualitätsweine laufen unter dem Siegel „Steiermark Weine“ und werden von Stefan Krispel unter den gleichen Qualitätsvorschriften vinifiziert.

Der gemeinsame Nenner aller Lagen im Weingut Krispel ist Basalt. Aber nicht nur: Der Rosenberg hat den höchsten Kalkanteil in der Hangmitte, der Neusetzberg mit bis zu fünf Meter die höchste Schicht Basaltverwitterungsboden auf kalkigem Untergrund, am Hochstrandl ist der Tonanteil höher und die Rotlehmauflage geringer.

Die unterschiedlichen Hangneigungen, Ausrichtungen und Böden eignen sich für unterschiedliche Rebsorten. Der Muskateller braucht den Rosenberg, der Sauvignon Blanc kann sich schwer zwischen Hochstrandl und Neusetzberg entscheiden, der Grauburgunder fühlt sich am Hochstrandl wohl und der Weißburgunder liebt die Sonnenuntergänge am Neusetzberg.



## URSPRUNG UNSER LIEBLING

**DER GELBE MUSKATELLER**

Ein fruchtiger Wein in seiner schönsten Form. In der Nase feines Bouquet nach Holunderblüten, Kräuter und Wildrosen. Am Gaumen präsentieren sich Anklänge von exotischen Früchten, wie Litschi und Mango, sowie dezente Nuancen von Rosenblättern. Ein toller, trinkanimierender Sortenvertreter mit knackiger Säure und voller Saftigkeit im Nachhall. Bei einer idealen Trinktemperatur von 6–8°C passt der Wein optimal zu herzhaftem Speck, Gemüsegerichten sowie einem traditionellen Backhendl.

Alle unsere Hausweine sind auch für den Genuss zuhause erhältlich – fragen Sie im Restaurant oder bestellen Sie bequem online unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)





## Wesenszeit

Alles können. Nichts müssen. Ihre Zeit ist das Kostbarste und das Bewusstsein dafür die wertvollste Erkenntnis. Im DAS KRONTHALER gehört Ihnen jeder einzelne Augenblick. Leben Sie im Moment, atmen Sie durch – und auf.

# KRAFTVOLLE Wegbegleiter

Heilkraft hat nicht immer Packungsbeilagen. Manchmal wächst sie völlig ungeniert in unserem Garten, flankiert Wege und blüht unbeachtet zwischen Gesteinsformationen in den Bergen. Heilpflanzen begegnen uns überall – und wer sie zu nutzen weiß, schöpft aus dem Vollen.

## WAS KANN DENN SCHON SO EINE PFLANZE

Es sind Kleinode, wahre Schätze, die auf Wiesen, im Garten, am Wegesrand, in Wäldern und in den Bergen – von vielen von uns völlig unbeachtet – gedeihen. Doch ob wir ihnen Beachtung schenken oder nicht – ihre Kraft ist ungebrochen und beinahe magisch. Nicht ohne Grund wurden heilkundige Frauen im dunklen Mittelalter verfolgt, denn wer mit Pflanzen zu heilen weiß, muss über ein Wissen verfügen, das tatsächlich zauberhaft anmutet. Doch das tut es nur für den, der ahnungslos ist. Gerade in unserer wissenschaftsgläubigen Zeit, in der wir Heilpflanzen gerne als unbedeutend abtun – was bewirkt denn schließlich schon so ein Pflänzchen ... – ist die Kräuterkunde zum Stiefkind geworden. Und natürlich: Es ist nicht in Abrede zu stellen, dass die Fortschritte der Medizin für uns Menschen überlebenswichtig sind und waren. Doch nicht immer braucht es eine Pille. Und manchmal kann eine Pflanze diese sogar ersetzen – denn die Wirkstoffe, derer sich die Wissenschaft bedient, stammen allesamt aus der Natur. Und deren positiven Eigenschaften und enormen Kräfte machen sich die Menschen bereits seit vielen Tausenden von Jahren zunutze – in jedweder Form: getrocknet als Tee, in Tinkturform, als Öle.

## KRAFT FREISETZEN

Der liebevoll angelegte Hanggarten im DAS KRONTHALER ist eine Hommage an diese Pflanzen-Zauberwelt – und die Wächterin über all diese Kräuter und Heilpflanzen – Expertin Edith – tut das, was kräuterkundige Menschen seit jeher getan haben: Ihr Wissen weiter geben. In wöchentlichen Kräuterwanderungen im Sommer und Workshops im Winter entführt sie uns in diese wundervolle Welt der Heilkräfte, die auf vielfältigste Art und Weise eingesetzt und verarbeitet werden kön-



## Kräuterwissen

### WELT DER HEILKRÄUTER

Unsere Heilpflanzen-Expertin Edith teilt ihr breites Wissen im wöchentlichen Aktivprogramm – bei spannenden Kräuterwanderungen durch den Hanggarten im Sommer und interessanten Workshops im Winter. Zudem finden mehrmals jährlich Kräuter-Themenwochen statt. Tauchen Sie ein in die Welt der Kräuter und lassen Sie sich inspirieren!



nen. Zum Beispiel als ätherisches Öl. „Das Besondere an ätherischen Ölen ist, dass sie ganzheitlich wirken, sowohl auf körperlicher als auch auf geistig-seelischer Ebene“, sagt Edith. Phytoaromatherapie ist ein Teil der Pflanzenheilkunde. Atmen wir diese Öle ein, wirken sie über unseren Geruchssinn in unser limbisches System und bahnen sich ihren wirkungsvollen Weg in das vegetative Nervensystem. Doch nicht nur über die Nase erreicht uns die Heilkraft, sondern auch über die Haut, wenn die Öle aufgetragen werden. „Da Öle lipophil, also fettlöslich sind, ist die Anwendung auf der Haut genial.“ Dadurch unterscheidet sich auch ihre Wirkungsweise. Ätherische Öle werden destilliert, wodurch andere Wirkstoffe freigesetzt werden als es beispielsweise bei einem Tee der Fall ist, dabei werden die wasserlöslichen Teile freigesetzt, nicht aber die fettlöslichen.

#### VIELFÄLTIGER EINSATZ

Lavendelöl, das in einer Körpercreme eingesetzt wird, wirkt zum Beispiel hautberuhigend aber auch entspannend auf die Muskulatur. Gleichzeitig entfaltet er diese ausgleichende und beruhigende Wirkung aber auch durch seinen Duft – wir atmen Heilkraft also förmlich ein. „Lavendelöl kann auch pur angewandt werden, etwa nach einem Insektenschutz oder einer leichten Verbrennung.“

Auch ein Fußbad mit einigen Tropfen Lavendelöl und etwas Sahne oder Milch – da die Öle ja fettlöslich sind und einen Emulgator benötigen – wirkt schlaffördernd, ist hautpflegend und beugt außerdem Fußpilz vor. „Und eine warme Kompresse aus Olivenöl und Lavendelöl hilft bei Bauch- und Menstruationsschmerzen – das entkrampft die glatte Muskulatur umgehend“, erzählt Edith aus ihrem reichen Erfahrungsschatz. Tatsächlich ist ätherisches Öl bereits nach 30 Minuten Anwendung im Blutkreislauf nachweisbar. „Deshalb ist es auch so wichtig, dass man auf die Qualität der verwendeten Öle achtet – also darauf, woher die Pflanzen kommen und wie sie angebaut werden.“ Der Hersteller Primavera zum Beispiel erfüllt diese Qualitäten, diese Wertigkeit – und genau deshalb finden sich diese Produkte auch in der LustBOXX wieder. 🍷

#### HEILPFLANZEN-EXPERTIN EDITH

Geprägt von ihrer Großmutter, erfuhr und erlebte Edith als Kind, dass die Natur uns alles zur Verfügung stellt, was wir Menschen zum Leben brauchen und darüber hinaus eigentlich noch viel mehr. In einer schwierigen Zeit ihres Lebens besann sie sich auf diese Werte. Seit nunmehr über 30 Jahren ist es Edith ein Bedürfnis, das Wissen um die heilenden Kräfte der Natur in all seinen Facetten zu erlernen und dieses Wissen nicht nur beruflich, sondern auch privat für die Familie zu nutzen.



## ÄTHERISCHE ÖLE: EDITHS TOP FIVE

- 🍷 **LAVENDEL**  
Der Allnothelfer schlechthin – hilft bei Hautproblemen, Schlaflosigkeit, Muskel-, Verdauungs- und Atemwegsbeschwerden.
- 🍷 **RAVINTSARA**  
Ravintsara ist ein Kampherbaum aus Madagaskar. Das Öl hilft bei Erkältungsbeschwerden (perfekt als Anwendung beim Duschen) und verbessert außerdem die Raumluft.
- 🍷 **PFEFFERMINZE**  
Hilft bei Stress, Kopfschmerzen und bei Reiseübelkeit. Kühlt auch wunderbar an heißen Sommertagen. Gibt es auch als Roll-On für die praktische Anwendung an den Schläfen.
- 🍷 **ZIRBE**  
Die Königin der Alpen – ihre Wirkstoffe helfen Muskeln & Gelenken und tun besonders in der kalten Jahreszeit wohl. Wirkt auch bei Insektenstichen.
- 🍷 **ORANGE**  
Der Duft der Orange hebt die Stimmung, schenkt Lebensfreude und wirkt entspannend und ausgleichend. Hilft bei Ängsten, Stress, innerer Unruhe oder Schlafstörungen.



Schlafwohl Kissenspray  
von Primavera  
€ 12,00  
Erhältlich in der LustBOXX.



## DER NATUR VERPFLICHTET

Die Geschichte von Primavera begann in den 1980er Jahren im Allgäu mit Ute Leube und Kurt Ludwig Nübling, die auf ihren Reisen in andere Kulturräume ganzheitliche Sichtweisen und das Vertrauen in Pflanzenheilkräfte kennengelernt hatten. Als sie mit ätherischen Ölen in Berührung kamen, waren sie fasziniert. Als sie Primavera 1986 gründeten, gab es kaum Anbieter entsprechender Produkte, Qualitätsnachweise zur Herkunft von Pflanzen und Art der Herstellung fehlten gänzlich. Also machten sich die beiden auf die Suche nach Anbaupartnern, die nach ihren Vorstellungen produzierten. Anliegen dabei war und ist es bis heute, die Wirkstoffe der Natur in all ihrer Vielfalt und Ursprünglichkeit zu erhalten und so wenig wie möglich einzugreifen. „Wir sind davon überzeugt, dass nur pure, unverfälschte Pflanzenextrakte ihre volle Kraft entfalten und heilsam wirken können“, so Ute Leube und Kurt Ludwig Nübling.



”  
 GENIESSEN UND ENTSPANNEN. SICH  
 SELBST GANZ EINFACH ETWAS GUTES  
 TUN. FÜR DAS WOHLBEFINDEN, FÜR  
 DIE SEELE.

“

# LEBE LIEBER *frei*

Wellness ist zu einem Begriff geworden, der das Wesentliche vielleicht ab und zu aus den Augen verliert. Wie so oft im Leben geht es auch hier um Qualität, nicht um Quantität – sollte es jedenfalls. Im Zentrum steht das Wohlbefinden, das Wohlfühlen. Und das kommt aus uns selbst heraus – wenn wir ankommen. Das verstehen wir im DAS KRONTHALER unter Wellness: Selfcare.

## RAUM FÜR BEWUSSTES LEBEN

### BEWUSST BEWEGEN, ERHOLEN UND ERNÄHREN

- ☞ Abwechslungsreiches Aktivprogramm mit Yoga, Meditation, geführten Wanderungen, sportlichen Trainingseinheiten, Waldbaden, uvm.
- ☞ Regionale, hochwertige Kulinarik als Quelle für Gesundheit
- ☞ Wellness & SPA für Entspannung, ausgewählte Treatments für mehr Wohlbefinden
- ☞ Retreats mit verschiedenen Themenschwerpunkten
- ☞ Hypnose, Personal Training, Kräuterkunde uvm.

### WENN AUS ZU VIEL ZU WENIG WIRD

Manchmal ist uns einfach alles zu viel. Zu viel Arbeit. Zu viel Stress. Zu viele Menschen. Zu viel Oberflächlichkeit. Aus diesem Zuviel resultiert dann ein Zuwenig – paradox, nicht wahr? Zu wenig Freizeit. Zu wenig Ruhe. Zu wenig echte Beziehungen. Zu wenig Tiefe. Zu wenig Selbst. Wie kehren wir das um? Durch Innehalten. Wer einen eingeschlagenen Weg fortsetzt, den Rücken gebeugt, Augen zu und durch, der verliert die Richtung aus den Augen. Der verliert sich selbst in all dem Zuviel. Denn wir Menschen ertragen und tragen vieles, wir gewöhnen uns an einen Alltag selbst dann, wenn er uns nicht gut tut. Erst wenn wir innehalten, die Augen öffnen, uns umsehen, erkennen wir klar und deutlich: Das ist nicht der Weg, den wir gehen wollen – und irgendwann auch nicht mehr können.

# ALLES KÖNNEN NICHTS MÜSSEN

Ein Wellness-Urlaub ist gemeinhin das, was uns dann in den Sinn kommt. Abschalten, zur Ruhe kommen. Doch Abschalten kann man nur dort, wo einem der Raum und die Zeit dafür geboten wird. Aus einem Trubel in den nächsten? Ablenkung vom Zuviel durch Zuviel? Wir im DAS KRONTHALER haben dazu ein Motto, das wir leben und lieben: Alles können. Nichts müssen. Legerer Lebensluxus, der die Seele frei macht, um zu entdecken. Dass es weit mehr gibt als Zuviel. Kommen Sie an. Atmen Sie. Öffnen Sie den Blick für die ruhige Natur rund um Sie. Lauschen Sie dem Wind in den Baumwipfeln. Den Vögeln, die den Morgen einläuten. Spüren Sie die Sonnenstrahlen im Gesicht. Das herrlich angenehme Wasser in den Pools. Die Hitze der Saunen und Dampfbäder. Die wohltuende Kraft von Händen, die Ihren Körper massieren. Die Wirkung der Treatments auf Ihrer Haut. Das erstklassige Essen, das nicht beschwert, sondern sie tatsächlich nährt. Die Muße-stunden im Hanggarten. Der Cappuccino auf der Terrasse.



## WENIGER IST MEHR

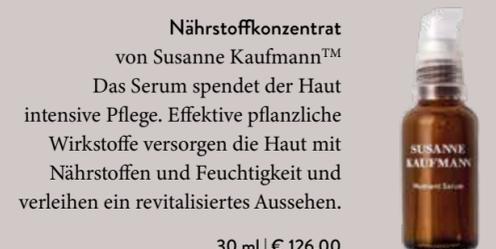
Wir haben drei essentielle Produkte für Ihre tägliche Routine zusammengestellt, welche die wichtigsten Pflegebedürfnisse abdecken. Die Auswahl bietet alles, was Ihre Haut braucht um gesund, vital und strahlend schön zu bleiben. Ganz im Sinne der Philosophie von Susanne Kaufmann und unserer natur[e].spa.BOXX.



### Revitalisierende Tagescreme von Susanne Kaufmann™

Die hochwirksame Tagescreme wirkt den ersten Zeichen der Hautalterung entgegen und verleiht ein glattes, gefestigtes Aussehen. Die Haut fühlt sich weich an und strahlt vor Vitalität.

50 ml | € 173,00



### Nährstoffkonzentrat von Susanne Kaufmann™

Das Serum spendet der Haut intensive Pflege. Effektive pflanzliche Wirkstoffe versorgen die Haut mit Nährstoffen und Feuchtigkeit und verleihen ein revitalisiertes Aussehen.

30 ml | € 126,00



### Nährende Nachtcreme von Susanne Kaufmann™

Die Nachtcreme schenkt trockener und empfindlicher Haut intensive Pflege. Eine kraftvolle Pflegeformel fördert die Elastizität und mildert Falten. Für ein frisches Strahlen am Morgen.

50 ml | € 74,00

## UNSER LEGERER LEBENS-LUXUS

### NATUR[E].SPA.BOXX

Eingebettet zwischen Karwendel- und Rofangebirge sowie dem Achensee, ist die Natur unser Zentrum und merklich spürbar. So erlebt man im DAS KRONTHALER diese Geborgenheit, die Energie der Elemente, die Stärke der Berge und die Kraft der Natur. In Räumen, die zum Auftanken geschaffen wurden. Mit Blick auf Berg, Wald und See. Alles verbindet sich zu einem Erlebnis, das den Blick öffnet für das, was tatsächlich kostbar ist.

- ☛ Elegant-großzügig Entspannen auf 2.500 m<sup>2</sup>
- ☛ Indoor-Pool mit Verbindung zum Outdoor-Pool und insgesamt 215 m<sup>2</sup> Wasserfläche; Wassertemperatur ganzjährig 28–31°C
- ☛ Verschiedene Saunen – finnische Sauna, heilwirkende Salzstein-Sauna, Bio-Kräutersauna, entspannendes Aroma-Dampfbad sowie eine Infrarotkabine
- ☛ Ruhe-Relax-Zone mit Frischluft-Bereich, Outdoor-Ruheoasen im Hanggarten
- ☛ Vielfältige Treatments nach der Philosophie von Susanne Kaufmann

## ENTSPANNEN LOSLASSEN

Sanfte Berührungen, tiefe Entspannung, strahlende Schönheit und frische Vitalität. In der natur[e].spa.BOXX können wir all diese Wünsche erfüllen. Wellbeing ist für uns ein ganzheitliches Konzept und wir zelebrieren es dennoch ganz individuell auf unsere Gäste abgestimmt. Dabei vertrauen wir immer auf die Qualität der erstklassigen Produkte von Susanne Kaufmann und alle Treatments wurden darauf abgestimmt.

### SUSANNE KAUFMANN

Susanne Kaufmann Naturkosmetik steht für Hautpflege mit der Kraft der Natur und vereint jahrhundertealtes Wissen über Heilpflanzen mit modernster Technologie, um wirksame und nachhaltige Hautpflegeprodukte zu kreieren. Alle Produkte basieren auf hochwirksamen pflanzlichen Inhaltsstoffen aus der alpinen Region, die sorgsam ausgewählt und mit größter Sorgfalt verarbeitet werden. Ihr ganzheitlicher Ansatz zielt darauf ab, die Haut zu pflegen, zu schützen und ihr natürliche Strahlkraft zu verleihen – für ein langanhaltendes Gefühl von Balance und Wohlbefinden.



# BEWUSSTE Auszeit

Tief in sich gehen. Körper & Geist nachhaltig erholen. Eine bewusste Auszeit in Form eines Retreats bietet Zeit und Raum, sich ganz auf sich selbst und die eigene innere Balance zu konzentrieren. Lassen Sie den Alltag hinter sich und finden Sie in einem Retreat zu neuer Klarheit, Energie und Gelassenheit. DAS KRONTHALER bietet unzählige Möglichkeiten für eine bewusste Auszeit.



## YOGA.RETREATS

NEUBEGINN

**4 Nächte ab € 1.126,00 pro Person**  
06. bis 10. Jänner 2025

*Starten Sie das neue Jahr mit Klarheit und Balance. Nehmen Sie sich Zeit um Innezuhalten und neue Visionen zu entwickeln. Gemeinsam schaffen wir einen Raum für frische Perspektiven und neue Möglichkeiten. Lassen Sie den Alltag los und finden Sie zu sich selbst. Für einen bewussten Neubeginn 2025. Persönlich begleitet und geführt von Yoga & Meditationslehrerin Florine.*

KUNDALINI

**3 Nächte ab € 1.115,00 pro Person**  
11. bis 14. Mai 2025

*Erleben Sie die transformierende Kraft der Kundalini-Energie. Lassen Sie sich von der Natur inspirieren. Und spüren Sie die tief gehende Wirkung inmitten einer kraftvollen Kulisse. Eingebettet zwischen Berg & See erwartet Sie eine Auszeit die Körper und Geist in Einklang bringt. Mit täglichen Yogaeinheiten mit energetischen Asanas, geführten Meditationen. Entfliehen Sie dem hektischen Alltag und entfachen Sie mit Kundalini-Yoga Ihre Lebensfreude. Persönlich begleitet und geführt von Yogalehrer Markus Alexander Reinhold.*

NATURGENUSS

**5 Nächte ab € 1.346,00 pro Person**  
01. bis 06. Juni 2025

*Yoga und Meditation in Verbindung mit der Kraft der Natur. Lassen Sie sich von erdenden Yogaeinheiten und meditativen Praktiken inspirieren, während Sie die heilende Energie der Umgebung aufnehmen. Genießen Sie erfrischende Naturerlebnisse, wie Waldbaden, und erfahren Sie Wissenswertes über die Kraft der Heilkräuter. Tauchen Sie ein in diese Auszeit, die Ihnen nicht nur Ruhe und Entspannung bietet, sondern auch eine tiefere Verbindung zu sich selbst und der Natur ermöglicht. Persönlich begleitet von Yogalehrerin und Hypnose-Coach Nathalie Sorgmann & Heilpflanzen-Expertin Edith.*



## YOGA & BREATHWORK

TANZ IN DEN MAI

**4 Nächte ab € 1.172,00 pro Person**  
27. April bis 01. Mai 2025

*Gönnen Sie sich eine wohltuende Auszeit und starten Sie voller Energie in den Frühsommer. Unser Retreat „Tanz in den Mai“ verbindet intensive Yogaeinheiten mit tief gehenden Breathwork-Sessions, um Körper und Geist in Einklang zu bringen. Lassen Sie den Alltag hinter sich und tauchen Sie ein in eine Zeit der Entspannung, Achtsamkeit und Erneuerung. Persönlich begleitet und geführt von Yoga- & Meditationslehrerin Florine sowie Atemtrainer und Breathology Entrepreneur Markus.*

ACHTSAME WINTEREINSTIMMUNG

**3 Nächte ab € 923,00 pro Person**  
20. bis 23. November 2025

*Das Jahr ist oft gefüllt mit zahlreichen Erfahrungen, Eindrücken und Herausforderungen. Deshalb gönnen wir uns am Ende des Jahres eine Auszeit, um mehr Zeit für Reflexion zu haben und Ruhe einkehren zu lassen. Mit intensiven Breathwork- und Yogaeinheiten sowie einer Einführung in das Eisbaden stärken Sie Ihr Immunsystem und beruhigen Körper, Geist und Seele. Persönlich begleitet und geführt von Yoga- & Meditationslehrerin Florine sowie Atemtrainer & Breathology Entrepreneur Markus.*

## YOGA & HYPNOSE

DATE MIT DEM GLÜCK

**5 Nächte ab € 1.570,00 pro Person**  
19. bis 24. Jänner 2025 & 14. bis 19. Dezember 2025

*Persönlicher Rückzug. Neue Erfahrungen. Frei von gesellschaftlichem Druck und der Schnellebigkeit sein. Den kritischen Verstand in den Hintergrund rücken und der Herzensstimme mehr Kraft geben. Und endlich mehr Zugang zur eigenen Intuition und Offenheit für innere Prozesse gewinnen, verborgene Potentiale entdecken und ein erfüllteres Leben führen. Erleben Sie mit unserem einzigartigen Yoga & Hypnose Retreat eine Auszeit der ganz besonderen Art. Persönlich begleitet von Yogalehrerin und Hypnose-Coach Nathalie Sorgmann.*

## KRÄUTER.KRAFT THEMENWOCHE

HEILSAME BEGEGNUNG MIT DER NATUR

Aktivprogramm mit Schwerpunkt Heilkräuter

*Die Natur und ihre Heilpflanzen bieten eine breite Palette an Einsatzmöglichkeiten und deren Kraft machen sich Menschen bereits seit Jahrhunderten zunutze. In ihrer ursprünglichen Form, getrocknet als Tees, verarbeitet zu Ölen oder Badezusätzen: Kräuter leisten in ihrer Anwendung einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit des Menschen. Erleben Sie die Natur und deren Heilkräuter hautnah, erfahren Sie Interessantes und Hilfreiches über die „heilende Kraft der Kräuter“ und nutzen Sie dieses Wissen für Körper, Geist und Seele. Persönlich begleitet von Heilpflanzen-Expertin Edith.*

Frühlingserwachen

07. bis 13. April 2025

Sommerkräuter

14. bis 20. Juli 2025

Immunboost

10. bis 16. November 2025



Weitere Informationen & Buchung unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)  
Änderungen vorbehalten

# EINE ODE AN den Odem

Breathwork, das bewusste Atmen, ist eine einfache und effektive Möglichkeit, Körper und Geist zu harmonisieren, geistige sowie körperliche Blockaden zu lösen und einen wirkungsvollen Stressausgleich im Alltag zu finden. Das passt natürlich perfekt in DAS KRONTHALER, wo sich alles um das Bewusstwerden und um das Bewusstsein dreht.



## GEHT TIEF SO WIRKT BREATHWORK

### BREATHWORK BRINGT...

- ☞ mehr Ausgeglichenheit, da die Atmung Einfluss auf den emotionalen Zustand nehmen kann
- ☞ mehr Konzentration durch einen wachen und fokussierten Geist
- ☞ eine bessere Versorgung des ganzen Körpers durch das Ausnutzen der vollen Lungenkapazität
- ☞ eine Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens

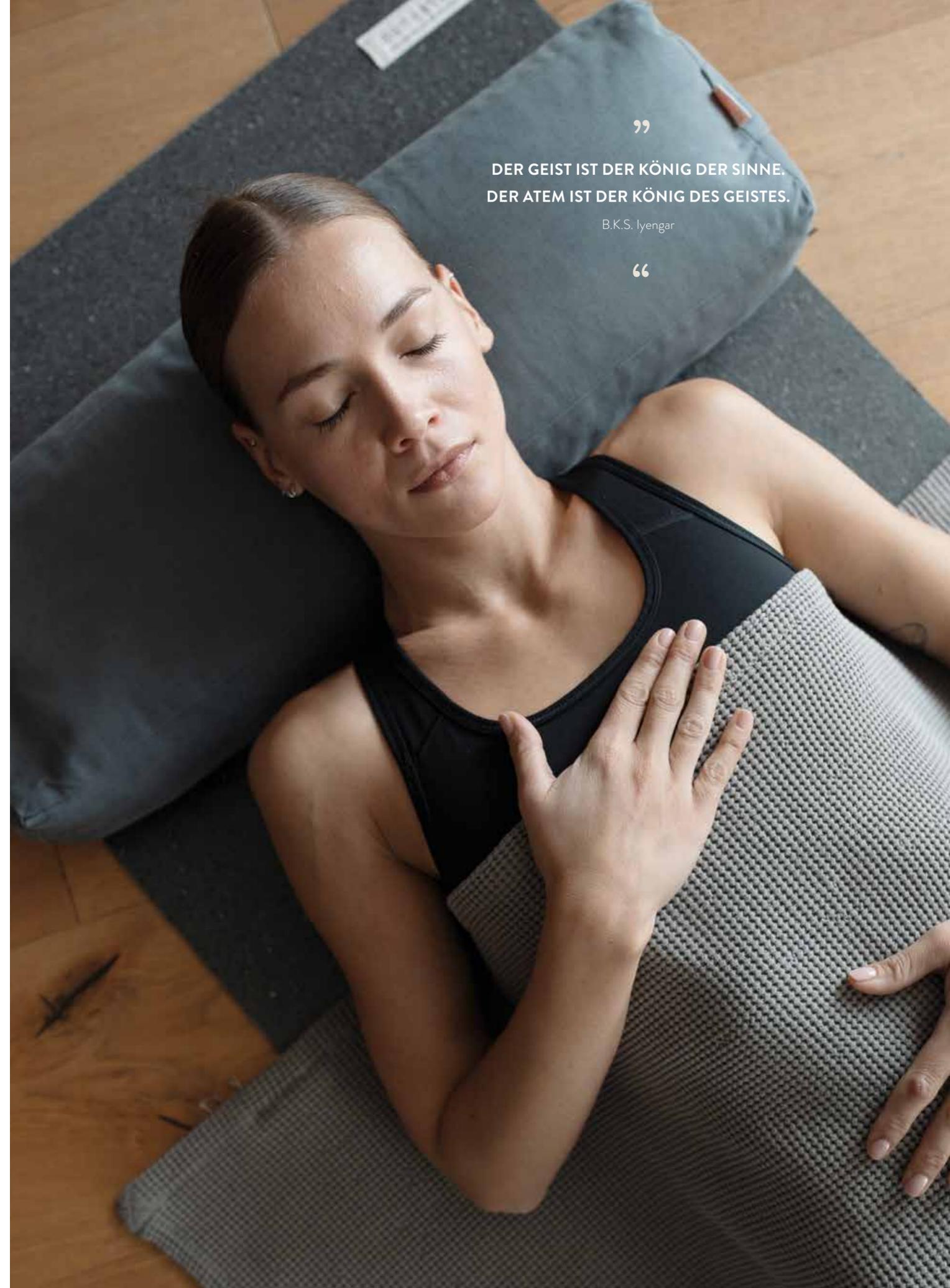
### WIR SIND LUFT

Wir beginnen und beenden unser Leben mit einem Atemzug – dazwischen atmen wir im Schnitt 500.000.000 mal, also etwa 26.000 mal jeden Tag. Mit einem normalen, ruhigen Atemzug atmen wir zwischen 0,5 und 0,8 Liter Luft ein, die über Luftröhre und Bronchien weitertransportiert wird – insgesamt haben die Atemwege eine Fläche von 100 Quadratmetern. Gesteuert wird dieser Vorgang von unserem vegetativen Nervensystem und er ist für unseren gesamten Körper lebenswichtig: Unsere Zellen werden mit Sauerstoff versorgt, Herzschlag, Blutdruck und Verdauung brauchen Sauerstoff, um zu funktionieren.

Doch es gibt noch eine Ebene über der reinen Lebensnotwendigkeit, denn Atmung – besser gesagt, das „richtige Atmen“ – ist maßgeblich für unser Wohlbefinden. Die richtige Atemtechnik kann das körperliche und seelische Wohlbefinden verbessern, entspannt und kann das Einschlafen erleichtern. Doch da wir ja unbewusst atmen, ist uns der Vorgang gar nicht bewusst – und damit auch nicht, dass wir auch „anders“ atmen könnten.

### ARBEITEN MIT DEM EIGENEN ATEM

Bewusst atmen – genau damit beschäftigt sich Breathwork. Wie der Name bereits verrät, geht es dabei um Wahrnehmung, um Beobachten und um das bewusste Lenken der eigenen Atmung. Die Technik findet Einsatz in Entspannungs- und Meditationspraktiken sowie im Yoga, und reduziert psychischen Stress, macht Angst und Emotionen kontrollierbar und hilft uns dabei, uns zu fokussieren. Wie genau eine Breathwork-Session abläuft, erklären Yoga & Meditationslehrerin Florine und Atemtrainer & Breathology Entrepreneur Markus, unter deren Anleitung im DAS KRONTHALER der Atem in die Mitte rückt.



”  
DER GEIST IST DER KÖNIG DER SINNE.  
DER ATEM IST DER KÖNIG DES GEISTES.

B.K.S. Iyengar

“

# ZUG UM ZUG ZURÜCK ZU DIR

„Eine Breathwork-Session beginnt typischerweise mit einem gemeinsamen Teilen der Gefühlswelt der Teilnehmer“, sagt Florine. „Dabei wird erörtert, was auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene gerade präsent ist. Diese anfängliche Runde hilft, das Bewusstsein für den eigenen Zustand zu schärfen und eine Verbindung zur Gruppe herzustellen.“ Erst wenn die Aufmerksamkeit ganz nach innen gerichtet ist, beginnen die eigentlichen Atemübungen. Es geht aber nicht nur ums Empfinden, sondern auch um das Verständnis, weshalb neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zur Atemarbeit ebenso Raum finden wie die Geschichte von Breathwork. „Und die ist durchaus spannend, stammt die angewandte Atemtechnik doch aus dem Qi Gong und ist von der tibetischen Tummo-Atmung beeinflusst“, erklärt Markus.

Die positiven Effekte von Breathwork – wie Stressabbau, emotionale Heilung oder mehr Energie – sind unmittelbar spür- und erlebbar. Und obwohl die Atemarbeit eine überaus sanfte und schonende Methode ist, ist es wichtig, langsam und unter fachkundiger Anleitung zu beginnen und auf den eigenen Körper zu hören. Denn es gibt durchaus spezielle Übungen oder Techniken, an die man sich erst herantasten muss, wie Markus bestätigt. „Intensive Techniken wie holotropes Atmen, die Wim Hof Methode, Tummo-Atmung und bestimmte Kundalini Atemübungen können starke körperliche und emotionale Reaktionen hervorrufen. Diese Techniken lernt man am besten unter professioneller Anleitung.“



## ÜBERALL BEWUSST

Atemübungen brauchen keinen speziellen Ort, doch natürlich spielt auch die Umgebung eine Rolle dabei, wie sehr wir uns auf unsere Atmung fokussieren können. Im und rund um DAS KRONTHALER werden Sie zahlreiche Orte finden, die Ihnen das Atmen leicht machen.

# DER ATEM ALS SCHLÜSSEL

Im Yoga & Breathwork Retreat im DAS KRONTHALER ist der Atem das verbindende Element. Jeder, der bereits Yoga praktiziert, weiß, wie wichtig die Atmung dabei ist, wie sehr sie unsere Bewegungen, unsere Haltung und auch die Fähigkeit des Loslassens beeinflusst. Werden Atemarbeit und Bewegung miteinander kombiniert, hat das einige Vorteile, wie Florine erklärt. „Zum einen profitiert man von einem ganzheitlichen Training für Körper und Geist. Das verbessert eben nicht nur die körperliche Fitness, sondern fördert gleichzeitig die geistige Klarheit und emotionale Ausgeglichenheit.“ Die Verbindung von Bewegung und tiefer Atmung kann auch dabei helfen, Stresshormone zu reduzieren und fördert so ganz natürlich ein Gefühl von Ruhe und Entspannung. Nebenbei ist das bewusste synchronisieren von Atem und Bewegung auch hilfreich dabei, die Konzentration und den mentalen Fokus zu verbessern.



## BREATHWORK & YOGA

Yoga- & Meditationslehrerin Florine und Atemtrainer Markus begleiten die Teilnehmer des Retreats sanft und wirkungsvoll.

---



## Retreat

YOGA & BREATHWORK

Retreats mit Florine und Markus finden mehrmals im Jahr im DAS KRONTHALER statt.

---

Termine auf S. 63

---

## NEUES LEBEN ATMEN

Das Gefühl nach einer Breathwork-Session? Ein Zustand tiefer innerer Harmonie und Erneuerung – Körper, Geist und Seele schwingen wieder im Einklang.

### EMOTIONALE BEFREIUNG

Unterdrückte Emotionen gelangen an die Oberfläche und können losgelassen werden. Man fühlt sich emotional befreit und gereinigt, als hätte man Ballast abgeworfen.

### DANKBARKEIT & FREUDE

Teilnehmer sprechen von einem Gefühl der Dankbarkeit für das Leben und die kleinen Dinge. Es kann tiefe Freude aufkommen.

### VERBUNDENHEIT & INNERER FRIEDEN

Ein starkes Gefühl der Verbundenheit mit sich selbst und auch mit anderen oder dem Universum ist nicht ungewöhnlich. Dieses Gefühl kann von einem tiefen, inneren Frieden begleitet sein.

### KLARHEIT & FOKUS

Die intensive Atmung kann helfen, den Geist zu klären und die Gedanken zu ordnen. Man fühlt sich klarer und fokussierter, als wäre Nebel aus dem Kopf gewichen.

### ENERGIE & LEBENDIGKEIT

Breathwork kann starke Energie freisetzen und ein Gefühl der Lebendigkeit auslösen, man fühlt sich neu belebt und voller Energie. Diese Energie kann sich auf körperlicher und auf emotionaler Ebene zeigen.

### ENTSPANNUNG & GELASSENHEIT

Viele fühlen sich nach einer Session tief entspannt, als wäre eine Last von ihren Schultern genommen. Der Körper kann sich leichter und freier anfühlen und der Geist ist ruhig und klar.





*In Form*

R1 PERSONAL TRAINING

Individuelle Betreuung und ein abgestimmtes Trainingsprogramm: Mit dem Personal Training unterstützen Sie die qualifizierten Coaches beim Erarbeiten und Erreichen Ihrer persönlichen Ziele. Ihre Fitness sowie ganzheitliche Gesundheit werden verbessert und Sie erhalten dadurch mehr Wohlbefinden.

Information & Buchung in der natur[e]spa.BOXX oder unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)

# DER ATHLET *des Lebens*

Körperliche und mentale Fitness? Wollen wir! Im Alltag kommt die Umsetzung dieses Wunsches aber meistens zu kurz. Was es braucht, um am Ball zu bleiben? Einen guten und starken Partner, der mit ausgereifter Expertise ans Ziel begleitet, uns sogar in eine noch nie dagewesene Form bringt. Diesen Partner haben wir – mit dem R1 Health & Sports Club aus München.

Mit einer ganzheitlichen Philosophie führen Thomas Korompai, einer der bekanntesten Personal Trainer Deutschlands, und Marko Rajkovic, achtfacher Kickbox-Weltmeister, den angesehenen R1 Health & Sports Club in München und Starnberg, Marktführer im Segment Personal Training. Was das Konzept so besonders macht? Sein ganzheitlicher Trainingsansatz: Eine ausgewogene Verbindung von Bewegung, Physiotherapie, Ernährung und Regeneration sind der Schlüssel zu mehr Ausdauer, Energie, Kraft und Flexibilität im schnelllebigen Tagesgeschehen. Und genau dieser komplexe und ganzheitliche Ansatz ist die Basis, die uns nicht nur antreiben, sondern uns auch den Weg zeigen, sozusagen unser Kompass sein soll. Vorstellen kann man sich das so: In der Mitte dieses Kompasses steht das Ich. Von ihm ausgehend weist die Nadel in vier Richtungen: MOVE – EAT – RECHARGE – REFLECT. Bringen wir diese Bereiche in Einklang miteinander und in Harmonie mit dem Ich, sind wir auf einem guten Weg, Stress und Sorgen hinter uns zu lassen und das Hier und Jetzt in vollen Zügen genießen zu können. 🍷



## R1 TRAINING IM DAS KRONTHALER

PROFESSIONELL BEGLEITET

Um Gleichgewicht – es wieder zu finden und es zu erhalten – geht es im DAS KRONTHALER. Deshalb werden in Zusammenarbeit mit dem R1 Health & Sports Club an ausgewählten Terminen besondere Small Group Workouts, Impulsvorträge sowie individuelle Trainingseinheiten angeboten. Die Infrastruktur dafür ist gegeben, etwa mit dem Gym & Fitnessbereich sowie dem Personal-Training-Outdoor-Parcours. Trainingseinheiten mit professionell geschulten Vital Coaches sind jederzeit buchbar.

# MOVE EAT

Der Athlet des Lebens kann der Kompass sein, der uns hilft, wir selbst zu sein und das Beste aus unserem Leben zu machen.

## FÜR EIN LEBEN IN BEWEGUNG

Sport ist gesund. Das wissen wir alle. Doch MOVE bedeutet so viel mehr. In Bewegung bleiben, die eigene Mobilität gezielt durch Übungen fördern. Rückenschmerzen vorbeugen. Schon nach kurzer Zeit mit regelmäßiger Bewegung sowie regelmäßigem Training (ja, das sind zwei unterschiedliche Dinge) fühlen wir uns besser, sind weniger gestresst und ausgeglichener.

## ARTGERECHTER TREIBSTOFF FÜRS LEBEN

Neben ausreichend Bewegung und Training braucht der Körper auch den notwendigen Treibstoff. Die richtigen Nährstoffe zur richtigen Zeit sorgen dafür, dass sich unser Körper nach dem Training regenerieren kann. Außerdem können wir mit unserer Ernährung Einfluss auf die Konzentration und Entscheidungsfähigkeit nehmen. Dabei gilt es, dieses hochemotionale Thema individuell anzugehen, sodass sich die Ernährungsweise dem jeweiligen Menschen anpassen darf und nichts dogmatisch übergestülpt wird.



# RECHARGE REFLECT

## FÜR EIN AUSGEGLICHENES, ERFOLGREICHES LEBEN

Belasten wir den Körper zusätzlich zu unserem stressigen Alltag mit Training, werden wir unseren Stresspegel nicht senken, ganz im Gegenteil. „Ich muss noch zum Sport“ ist eine oft gehörte Phrase im Büro, die noch öfter nicht umgesetzt wird, weil es uns doch nur mehr stresst. Deshalb ist es wichtig, sich auch mal Pausen zu gönnen. Nein, nicht nur Pausen von der Arbeit, nicht das Wochenende, an dem wir von einer Party zur nächsten springen, oder den ganzen Tag vor dem Fernseher verbringen. Pausen sollten wir dem Körper ganz bewusst gönnen. Sei es ihm die optimalen Voraussetzungen für den Schlaf zu bieten, oder bewusst mal gar nichts zu machen, nicht erreichbar zu sein, nur für sich zu sein.

## FÜR EIN ACHTSAMES UND SELBSTBESTIMMTES LEBEN

Dieser Aspekt geht Hand in Hand mit RECHARGE. Bewusst leben ist hier der zentrale Begriff. Beim Spazierengehen die Umgebung genau wahrnehmen und mit den Gedanken nicht im nächsten Meeting sein, sondern nur hier. Und damit auch über das eigene Ich, die eigenen Ziele nachdenken. Den inneren Antrieb wiederfinden. Wie schaffe ich es, alte negative Glaubenssätze aus meinem Leben zu verbannen? Wie kreierte ich ein eigenes Visionboard?



# ALLTAGS TIPPS

Nicht jeder hat die Zeit oder Motivation, regelmäßig ins Fitnessstudio zu gehen. Doch auch im Alltag lassen sich viele kleine Übungen einbauen, die dich fit halten und langfristig einen Unterschied machen.

## TREPPEN STATT AUFZUG

Jedes Mal, wenn du die Wahl hast, nimm die Treppe. Es ist eine einfache Möglichkeit, mehr Bewegung in deinen Alltag zu integrieren.

## ZÄHLE DEINE MAHLZEITEN

Versuche, maximal 21 Mahlzeiten pro Woche zu dir zu nehmen und immer 4–5 Stunden Pause zwischen den Mahlzeiten einzuhalten. Bedenke, dass auch Getränke wie Cappuccino oder Säfte als Mahlzeit gelten. Wasser, Tee und schwarzer Kaffee sind immer erlaubt.

## STEHEN STATT SITZEN

Wenn möglich, versuche im Stehen zu arbeiten oder Telefonate im Gehen zu führen.

## AKTIVE PAUSEN

Stelle dir einen Timer, der dich daran erinnert, regelmäßig aufzustehen und dich zu dehnen. Schon ein kurzes Strecken kann Verspannungen lösen und die Durchblutung fördern.

## PARKE WEITER WEG

Parke dein Auto weiter entfernt vom Eingang. So sammelst du zusätzliche Schritte und machst den Spaziergang zu einem festen Teil deines Tages.

## HOLISTISCHES KONZEPT

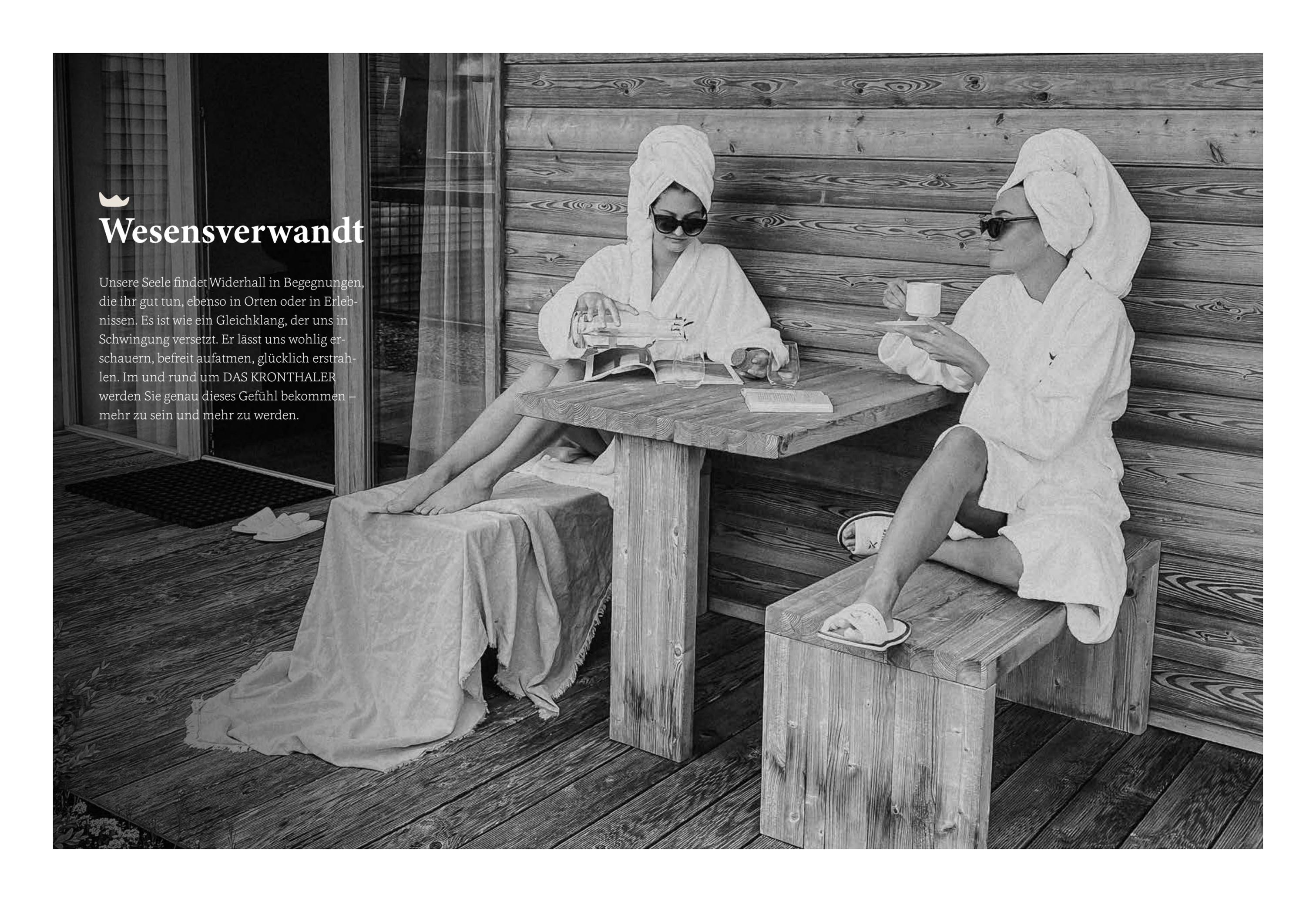
Der R1 Health & Sports Club in München und Starnberg bietet neben personalisiertem Training auch Ernährungsberatung, Physiotherapie uvm. mehr an. Der Fokus liegt dabei immer auf Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden – für nachhaltige Erfolge und ein aktives Leben.

Weitere Informationen unter [www.r1-sportsclub.de](http://www.r1-sportsclub.de)



## UNSER PODCAST TIPP

Der Athlet des Lebens-Podcast mit dem R1 Health & Sports Club Co-Founder Thomas Korompai und der Physiokoryphäe Korbinian Klebensberger. Entdecken Sie Maßnahmen aus verschiedenen Perspektiven der holistischen Gesundheit, die Sie ganz einfach umsetzen können.



## Wesensverwandt

Unsere Seele findet Widerhall in Begegnungen, die ihr gut tun, ebenso in Orten oder in Erlebnissen. Es ist wie ein Gleichklang, der uns in Schwingung versetzt. Er lässt uns wohliger erschauern, befreit aufatmen, glücklich erstrahlen. Im und rund um DAS KRONTHALER werden Sie genau dieses Gefühl bekommen – mehr zu sein und mehr zu werden.

Alle Preise in Euro pro Person in einem DOUBLE S inklusive DAS KRONTHALER Kulinarium, Nutzung aller Hotelannehmlichkeiten sowie den angegebenen Leistungen, zzgl. Ortstaxe ab 16 Jahren. Kinder ab 14 Jahren sind herzlich willkommen. Haustierfreies Hotel. Änderungen vorbehalten



# DAS KRONTHALER PACKAGES

Vom ambitionierten Aktivsein bis zum entspannten Naturgenuss.

## MIDWEEK SPECIAL

**3 Nächte ab € 608,00 pro Person**

Ganzjährig buchbar

*Tauschen Sie das Büro gegen die Tiroler Bergwelt. Und checken Sie ein, in den DAS KRONTHALER Lebensluxus, der auch bei einer kurzen Auszeit zum langen Genießen einlädt. Der Herz und Seele verwöhnt. Entspannt und inspiriert. Überrascht und Ruhe schenkt.*

- ☞ 1 Ölbad der Sinne | 25 Minuten, Solo oder Duo
- ☞ VerwöhnZEIT im Wert von € 30,00 | wählbar aus dem Susanne Kaufmann SPA-Menü

### BUCHUNG UND INFORMATION

+43 5246 6389 oder welcome@daskronthaler.com

Weitere Pauschalen unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)

## HIMMLISCHE MOMENTE

**3 Nächte ab € 665,00 pro Person**

Ganzjährig buchbar

*Der Himmel liegt dort, wo die Zeit sanft und genügsam erscheint. Wo Leichtigkeit lebt und Genuss alle Sinne beflügelt. Fühlen Sie sich wie auf Wolke sieben und gönnen Sie sich eine romantische Auszeit in den Tiroler Bergen. Genießen Sie Wellness & Spa auf 2.500 m², revitalisierende Treatments nach Susanne Kaufmann und ein 6-Gang-Gourmet-Dinner mit exquisiten Kreationen aus der Küche und erlesener Weinbegleitung.*

- ☞ VerwöhnZEIT im Wert von € 50,00 | wählbar aus dem Susanne Kaufmann SPA-Menü
- ☞ 1 x Dine & Wine | 6-Gang-Gourmet-Degustation mit korrespondierender Weinbegleitung

## SCHNEEWEISS

**4 Nächte ab € 1.113,00 pro Person**

Buchbar von 05. Jänner bis 30. März 2025

*Sportiv, romantisch und genussvoll muss der Winter sein. Verzichten Sie auf nichts und zelebrieren Sie den DAS KRONTHALER Lebensluxus in seiner schönsten Form. Elegantes Wohnen, direkter Pistenzugang zum Skigebiet Christlum, privater Skiunterricht, geführte Saunagänge und Wellness auf 2.500 m² sowie erstklassige Kulinarik inklusive.*

- ☞ Skipass je nach Aufenthaltsdauer für das Skigebiet Christlum | 30 Pistenkilometer
- ☞ 2 x 1,5 h Privat-Ski- oder Snowboardstunde | Skischule Achensee
- ☞ Ski.In-Ski.Out | direkter Pisten- und Loipenzugang
- ☞ Skidepot | beheizt & absperrrbar

## SKI SHORT STAY

**2 Nächte ab € 547,00 pro Person**

Buchbar von 05. Jänner bis 30. März 2025

*Erobern Sie den Berg und die Pisten der Christlum. Gönnen Sie sich ein grandioses Date mit dem Skiwinter, der Sie all das wiederentdecken lässt, was verzaubert. Das Spaß macht. Neues bietet. Und Ihnen in erstklassiger Ski.In-Ski.Out-Alleinlage ein Premium-Erlebnis mit Natur, Genuss und kraftspendenden SPA-Momenten bietet.*

- ☞ Tagesskipass für das Skigebiet Christlum | 30 Pistenkilometer
- ☞ 1 x 1,5 h Privat-Ski- oder Snowboardstunde | Skischule Achensee
- ☞ Ski.In-Ski.Out | direkter Pisten- und Loipenzugang
- ☞ Skidepot | beheizt & absperrrbar

## WANDERZEIT

**5 Nächte ab € 985,00 pro Person**

Buchbar von 20. April bis 31. Oktober 2025

*Die Begeisterung für den Berg. Die Verbundenheit mit der Natur. Und die Freude am sportlichen Abenteuer. Drei Gründe, Ihren Urlaub in der Wanderzeit zu verbringen. Begleitet von unseren Wanderführern erreichen Sie nicht nur die schönsten Ziele im Naturpark Karwendel, sondern erleben auch alpine Höhepunkte und erholsame Naturmomente im Wald.*

- ☞ Geführte Wanderungen | laut Aktivprogramm
- ☞ Geführtes Waldbaden mit Biophilia-Effekt | laut Aktivprogramm
- ☞ Wanderkarte | Region Achensee
- ☞ Tägliche Wander-Jause und Leih-Wanderstöcke | auf Wunsch
- ☞ DAS KRONTHALER Rucksack von Salewa
- ☞ Individuelle Massage | 50 Minuten
- ☞ Geschenk zum Naturgenuss | Buch „Waldbaden – mit der heilenden Kraft der Natur sich selbst neu entdecken“
- ☞ Achensee Erlebniscard | optional zubuchbar

## HERBST.GENUSS

**3 Nächte ab € 685,00 pro Person**

Buchbar von 01. Oktober bis 21. Dezember 2025

*Den alpinen Herbst spüren. Den alpinen Herbst genießen. Verwöhnen Sie den Gourmet, Natur und Wellness-Liebhaber in Ihnen. Wohnen Sie mit Prachtpanorama. Und erleben Sie den einzigartigen DAS KRONTHALER Lebensluxus im Herbst am Achensee.*

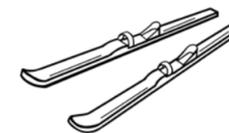
- ☞ 1 Glas Champagner
- ☞ VerwöhnZEIT im Wert von € 30,00 | wählbar aus dem Susanne Kaufmann SPA-Menü
- ☞ Entspannungsmassage | 50 Minuten
- ☞ Day Use am Abreisetag | Nutzung der Hotelannehmlichkeiten bis 18.00 Uhr, Zimmer bis 11.00 Uhr

# Verwöhnt WERDEN

DAS KRONTHALER Inklusivleistungen – unser Rundum-Verwöhn-Programm für Sie: vom Frühstück bis zum Abendessen. Wellness und SPA. Und viele weitere Leistungen, die wir Ihnen Tag für Tag eröffnen.



Kulinarischer **START IN DEN TAG** mit duftendem Brot, herzhaften Wurst- und Käsespezialitäten, Eierspeisen à la carte, frischen Aufstrichen, Marmeladen und Honig, Milch- und Joghurtbar, Müsli- und Porridgeecke, Low Carb-Food, Obst, Kaffee und Tee sowie Saft- und Smoothiemarkt.



Hauseigene Skischule, **SKI.IN-SKI.OUT** mit direktem Pisten- und Loipenzugang, Skidepot sowie Skiverleih im Hotel.



Idyllische **WANDERUNGEN** durch den prachtvollen Naturpark Karwendel, begleitet von unseren Vital Coaches.

## WELL BEING *inklusive*



Wellness im **2.500 M<sup>2</sup> WELLNESS & SPA** mit beheiztem In- & Outdoorpool 215 m<sup>2</sup> Wasserfläche, Saunalandschaft und dem Beauty- & Treatmentbereich natur[e].spa.BOXX.



Aktives **SAUNIEREN** in der großzügigen Panoramasauna mit Aroma-Aufgüssen und speziellen Peelings mit unseren erfahrenen Saunameistern.



Verleih von **FAHRRÄDERN**, Mountainbikes sowie E-Bikes, Wanderstöcken und Rucksäcken.



Kuschelige **BADEMÄNTEL, HANDTÜCHER UND BADESANDALEN** liegen am Zimmer für Sie bereit.



Abwechslungsreiches **AKTIVPROGRAMM** für Körper, Geist und Seele mit Faszientraining, Yoga, Saunaaufgüssen, uvm.



**FRÜCHTE, ERLESENE TEES** und natürliches Quellwasser erfrischen den entspannten Geist.

## GOUR MET *inklusive*



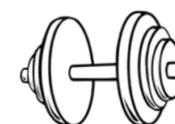
Genussvoller **NACHMITTAG** mit Suppe, frischen Salaten sowie warmen und kalten Köstlichkeiten, süßen Versuchungen aus unserer Patisserie, täglich frischem Strudel sowie einer pikanten Jause.



Genussvoller Ausklang des Tages mit einem **5-GANG-GOURMETMENÜ** aus unserer Slow Food Küche mit leichten und vitalen Kreationen, traditionellen Gaumenfreuden sowie Low Carb-Gerichten.



Ganztags quellfrisches Wasser sowie ionisiertes Basenwasser vom **HAUSBRUNNEN**.



Trainieren im mit Tageslicht durchfluteten und modern ausgestatteten **CARDIO-FITNESS-RAUM**, Personal Training auf Anfrage.



**TREATMENTS** mit Naturkosmetik von Susanne Kaufmann.

# BESONDERE HIGHLIGHTS ERLEBNISSE & EVENTS 2025

DAS KRONTHALER und die Region zwischen Naturpark Karwendel und dem Achensee sind lebendig, vielfältig und etwas Besonderes, ob im Sommer oder im Winter. Hier zwischen Berg & See gibt es unzählige Möglichkeiten – von Sportevents, Kunst oder Kultur bis hin zu interessanten Vorträgen. Sie möchten dabei sein? Wir freuen uns, Ihr Erlebnis hier bei uns für Sie zu reservieren. Kontaktieren Sie uns unter **+43 5246 6389** oder schreiben Sie an **welcome@daskronthaler.com**.

## JÄNNER

11.01.2025

### ACHENSEE BALLONTAGE

Einsteigen, abheben und sich frei fühlen. Wer diesen besonderen Moment erleben und dabei aus luftigen Höhen den Blick über die tief verschneite Landschaft am Achensee genießen möchte, sollte sich die Achensee Ballontage 2025 vom 11. bis 18. Jänner vormerken.

Reservierung unter [www.achensee.com](http://www.achensee.com)

26.01.–02.02.2025

### EVA LIND MUSIKAKADEMIE

DAS KRONTHALER wird erneut zum Schauplatz für die talentierte Eva Lind und ihre Musikakademie. Zusammen mit renommierten Dozenten aus aller Welt gibt sie ihr Wissen an Musikstudenten weiter. Auch die Gäste haben während der Meisterklasse die Möglichkeit, die Darbietungen zu genießen. Täglich können Sie das Erlernte bei Mini-Konzerten an der BAR ZeitLOS 989 oder beim Abschlusskonzert am letzten Abend der Kurswoche in der BAR HimmelNAH 999 erleben.

Programmänderungen vorbehalten. Informationen sowie weitere Events im und rund um DAS KRONTHALER finden Sie in unserem Eventkalender online unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)



## FEBRUAR

01.02.–30.04.2025

### KUNSTAUSSTELLUNG MIT DELIZIA

## MÄRZ

23.–30.03.2025

### EVA LIND MUSIKAKADEMIE

## APRIL

07.–13.04.2025

### KRÄUTER.KRAFT THEMENWOCHE FRÜHLINGSERWACHEN

Die Natur erwacht und in den Pflanzen steckt eine geballte Kraft an heilender Wirkung. Erfahren Sie Wissenswertes sowie Hilfreiches über Frühlingskräuter- und pflanzen und deren positiven Eigenschaften. Eine ganze Woche lang widmen wir uns mit Heilpflanzen-Expertin Edith im Rahmen des Aktivprogramms intensiv dem Thema Natur, ihren Pflanzen und wie wir deren Wirkung für unsere Gesundheit nutzen können. Dabei liegt der Fokus auf einer wohlthuenden Frühjahrskur – ideal, um den Körper zu entgiften und mit neuer Energie und Vitalität in die warme Jahreszeit zu starten.

13.–17.04.2025

### PRIVATISSIMUM DER EVA LIND MUSIKAKADEMIE

Namhafte Künstler und Studierende aus aller Welt treffen sich, um ihre Kenntnisse auszubauen und am eigenen Ausdruck zu arbeiten.

## MAI

01.05.–31.07.2025

### KUNSTAUSSTELLUNG MIT CHRISTIN BECK

## JUNI

Mitte Juni 2025

### SONNENAUFANGSWANDERUNG

Ein Erlebnis der besonderen Art. Jede zweite Woche im Rahmen des DAS KRONTHALER Aktivprogramms. Persönlich begleitet von unseren Vital Coaches.

Termine und Anmeldung unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)

## JULI

Anfang Juli 2025

### ACHENSEE'ER GOLFWOCHEN

Der Golf- und Landclub Achensee lädt zur Turnierwoche auf einem der schönsten Golfplätze im Herzen der Alpen.

Weitere Informationen unter [www.golfclub-achensee.at](http://www.golfclub-achensee.at)

14.–20.07.2025

### KRÄUTER.KRAFT THEMENWOCHE SOMMERKRÄUTER

Im Sommer entfaltet die Natur ihre volle, heilende Kraft. Erfahren Sie Wissenswertes sowie Hilfreiches über Sommerkräuter- und pflanzen und deren positive Eigenschaften. Eine ganze Woche lang widmen wir uns mit Heilpflanzen-Expertin Edith im Rahmen des Aktivprogramms intensiv dem Thema Natur, ihren Pflanzen und wie wir deren Wirkung für unsere Gesundheit nutzen können.



## AUGUST

01.08.–31.10.2025

### KUNSTAUSSTELLUNG MIT PETRA WOLF

30.08.2025

### KARWENDELMARSCH

2025 findet erneut der legendäre Karwendelmarsch statt – das Event für Weitwanderer und Berggläufer. Die Strecke führt durch das atemberaubende Karwendelgebirge von Scharnitz nach Pertisau. Auf den Strecken von 35 oder 52 Kilometern erwartet die Teilnehmer beeindruckende Bergpanoramen, sportliche Herausforderungen und eine besondere Verbindung von Natur und Tradition.

Weitere Informationen unter [www.karwendelmarsch.info](http://www.karwendelmarsch.info)

## SEPTEMBER

07.09.2025

### ACHENSEELAUF

Einmal rund um den See! Der Achenseelauf ist ein malerischer Lauf rund um den Achensee, Tirols größten See. Auf 23,2 Kilometern erleben die Teilnehmer beeindruckende Ausblicke auf das smaragdgrüne Wasser und die umliegenden Berge. Das Event zieht jedes Jahr Laufbegeisterte an, die Naturgenuss und sportliche Herausforderung verbinden möchten.

Weitere Informationen unter [www.achensee.com](http://www.achensee.com)

07.–14.09.2025

### EVA LIND MUSIKAKADEMIE

Arbeiten, Lernen und künstlerische Inspiration. Mehrmals jährlich zu Gast im DAS KRONTHALER: Eva Lind und ihre Musikakademie.



## NOVEMBER

01.11.2025–31.01.2026

### KUNSTAUSSTELLUNG MIT THOMAS GIRBL

10.–16.11.2025

### KRÄUTER.KRAFT THEMENWOCHE IMMUNBOOST

Der Herbst ist unsere Erntezeit, und die Natur beschenkt uns mit einer Fülle an Kräutern und Pflanzen, die uns helfen, unser Immunsystem zu stärken. Erfahren Sie Wissenswertes sowie Hilfreiches über die kraftvollen Kräuter und deren positiven Eigenschaften. Eine ganze Woche lang widmen wir uns mit Heilpflanzen-Expertin Edith im Rahmen des Aktivprogramms intensiv dem Thema Natur, ihren Pflanzen und wie wir deren Wirkung für unsere Gesundheit nutzen können.

16.–19.11.2025

### ADVENT-FLORISTIK-WORKSHOP

Kreative Auszeit mit Florist Markus Reinhold und Frank Wüstermann.

Information & Buchung unter [marketing@daskronthaler.com](mailto:marketing@daskronthaler.com)

Ende November 2025

### DAS KRONTHALER ADVENTMARKT

Romantische Atmosphäre und feine Köstlichkeiten. Die Panoramaterrasse verwandelt sich in einen Adventmarkt. Ab dem ersten Adventwochenende an ausgewählten Terminen.

Weitere Informationen unter [www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)

## DEZEMBER

Anfang Dezember 2025

### SEEWIHNACHT AUF DER MS ACHENSEE

Malerische Seerundfahrt über den Achensee und Besuch der bezaubernden Adventmärkte in Pertisau und Achenkirch.

Weitere Informationen unter [www.achenseeschiffahrt.at](http://www.achenseeschiffahrt.at)

24.12.2025

### WEIHNACHTEN IM DAS KRONTHALER

Ohne großen Vorbereitungsstress, dafür ganz viel Zeit und Genuss mit den Liebsten. Leise und schön. Mit Empfang am großen Christbaum, festliches Weihnachtsdinner und stimmungsvolle Weihnachtslieder beim Konzert an der BAR ZeitLOS 989.

31.12.2025

### SILVESTER IM DAS KRONTHALER

Entspannt. Niveauvoll. Genussreich. Wir eröffnen die Silvesternacht mit einem gediegenen Gourmet-Dinner und begrüßen das neue Jahr mit Live-Band an der BAR ZeitLOS 989 und mit modernem DJ-Sound in der BAR HimmelNAH 999.

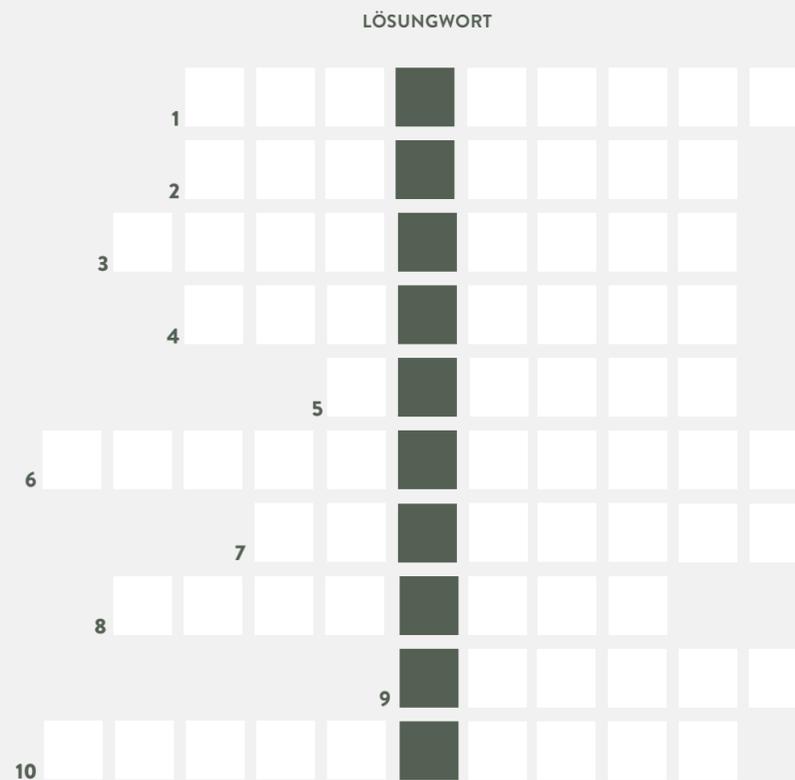




# DAS KRONTHALER

## Gewinnspiel

Gewinnen Sie mit etwas Glück Ihre Auszeit im DAS KRONTHALER! Alle Antworten zur Lösung des Kreuzworträtsels finden Sie in diesem Magazin.



### TOLLE GEWINNE WARTEN

#### AUSZEIT IM DAS KRONTHALER

##### 1. PREIS

2 Übernachtungen für 2 Personen im Double M inkl. DAS KRONTHALER Kulinarium

##### 2. PREIS

1 Übernachtung für 2 Personen in Double M inkl. DAS KRONTHALER Kulinarium

##### 3. PREIS

VerwöhnZEIT im Wert von € 120,00 in der natur[e].spa.BOXX

- 1 Der Naturpark, in dem DAS KRONTHALER liegt.
- 2 Ein ätherisches Öl, das für besseren Schlaf sorgt.
- 3 DAS KRONTHALER liegt direkt an den Pisten der ...
- 4 Der größte See Tirols ist der ...
- 5 Das Musikfestival mit Eva Lind nennt sich Klassik ...
- 6 Der DAS KRONTHALER Lieblingswein von Krispel ist ein gelber ...
- 7 Das verstehen wir im DAS KRONTHALER unter Wellness.
- 8 Das Highlight beim VITAL.Frühstück ist unser ...
- 9 Das Umschlagspapier der ECHT.ZEIT nennt sich Gmund Urban...
- 10 Die Technik des bewussten Atmens nennt man ...

## UNSERE GEWINNER

DIE PREISTRÄGER AUS DER ECHT.ZEIT No. 16



1



2



3

*Herzlichen Glückwunsch!*

##### 1. PREIS

**Eda S. aus München**

2 Übernachtungen für 2 Personen im Double M inkl. DAS KRONTHALER Kulinarium

##### 2. PREIS

**Richard G. aus Fürstenfeldbruck**

1 Übernachtung für 2 Personen im Double M inkl. DAS KRONTHALER Kulinarium

##### 3. PREIS

**Alexander H. aus Frankfurt**

VerwöhnZEIT im Wert von € 120,00 in der natur[e].spa.BOXX

### DIE TEILNAHME

#### RÄTSEL LÖSEN UND GEWINNEN

Lösen Sie das Kreuzworträtsel und füllen Sie online das Gewinnspiel-Formular aus. Wir freuen uns darauf, die Gewinner in der nächsten Ausgabe bekannt zu geben. Viel Glück!



HIER FINDEN SIE DAS GEWINNSPIELFORMULAR:  
[www.daskronthaler.com/gewinnspiel](http://www.daskronthaler.com/gewinnspiel)

Teilnahmeschluss ist der 31. August 2025.

## MITWIRKENDE

Günther Hlebaina  
Valentina Huber | Sonja Niederbrunner, storylines.at

Achensee Tourismus, achensee.com | Markus Busselehner  
DIE OFFSET, offset5020.at | Edith, Heilpflanzen-  
Expertin | Vanessa Eggert | Eva Lind Musikakademie Tirol  
FUENF 6 GmbH, Joachim Stretz | GMUND Papier,  
gmund.com | Juwelier HILSCHER, juwelier-hilscher.de  
Florine Ohlhauser | POET Audio, poetsoundsystems.com  
R1 Health & Sports Club München, r1-sportsclub.de  
SALEWA, salewa.com | SKISCHULE ACHENSEE,  
skischule-achensee.com | STUDIO MALÉ, Content  
Creation Studio München | SUPER PROJECTS,  
superb-projects.at | Weingut Krispel, krispel.at

Die ECHT.ZEIT versenden wir auf Wunsch kostenlos an  
Freunde und Gäste des DAS KRONTHALER.  
Sie können das Magazin auch kostenlos mit nach Hause  
nehmen.

Hotel DAS KRONTHALER  
G.H. Betriebs GmbH  
Am Waldweg 105a  
6215 Achenkirch

+43 5246 6389  
welcome@daskronthaler.com

[www.daskronthaler.com](http://www.daskronthaler.com)

POET

So klingen die Alpen



Erleben Sie POET in der  
LustBOXX oder tauchen  
Sie in unsere fantastische  
Augmented Reality ein.

[poetaudio.com](http://poetaudio.com)

