

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 56 (1999)  
**Heft:** 7: Tanz in den Sommer : mit Liebe, Lust und Lebensfreude

**Artikel:** Vorarlberg : gesund und vital  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-558077>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

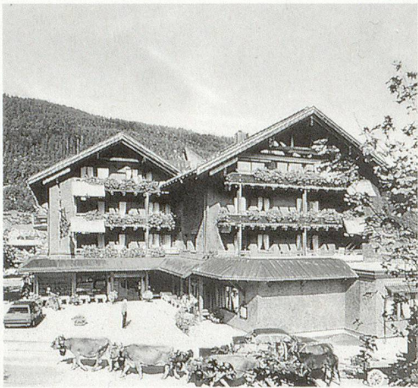
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Vorarlberg – gesund und vital

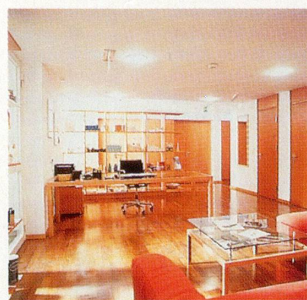
Hier finden die Bregenzer Festspiele statt. Hier strömen im Sommer Wander- und im Winter Skitouristen in die Berge. Hier spielt sich im Roman «Schlafes Bruder» der verliebt-verzweifelte Johannes Elias Alder seine schönsten Orgelmelodien von der Seele. – Wer Vorarlberg mit einem Gesundheits- und Kultururlaub erleben will, ist bei der Hotelkooperation «Natur & Kultur» am richtigen Ort.



Mitten im Bregenzerwald, mitten in der Natur: Hotel Post in Bezau.

Der herbe Charme der Landschaft zwischen Arlberg und Rhein besitzt viele Facetten. «*Das Auge kann sich*», schrieb Eduard Mörike 1857 über das Vorarlberg, «*nicht satt sehen an dieser Natur, und die lautlose Stille, das aufgeräumte Wesen tut unaussprechlich wohl!*» Auch wenn sich die Zeiten seither geändert haben, die Natur und die Gastlichkeit sind dieselben geblieben. Dafür bürgen die dem «Natur & Kultur»-

Verbund angeschlossenen 11 Vorarlberger Hotels, von denen eines von Heino Huber, dem «besten österreichischen Koch des Jahres 1998», geführt wird.



Modern eingerichtete, komfortable Zimmer im Hotel Post

### Gesundheit und Schönheit im Hotel Post

All jenen, die das Besondere lieben, serviert der Bregenzerwald eine Fülle von unvergesslichen Eindrücken. Bäuerliche Dörfer mit stattlichen alten Wirtshäusern, malerische Seen und idyllische Alphütten zwischen scheinbar unbezwingbaren Bergen. Und mitten im kleinen Ort Bezau erwartet das Hotel Post den Besucher mit seinem Verwöhnprogramm. Vor allem in dem modernen Beauty- und Gesundheitssalon erfährt der Gast, was es heisst, in guten Händen zu sein. Das Angebot reicht von Ganzheitskosmetik mit Naturprodukten, Gesundheitsbädern und Massagen bis zu ganzheitlichen Programmen mit traditioneller chinesischer Medizin. Das 4-Sterne-Hotel mit seiner Haubenküche bietet genügend Raum für rundum erholsame Tage.

Entspannung total heisst auch die Devise im hauseigenen Hallenbad, in der Sauna, im Dampfbad, im Solarium oder auf der Liegewiese. Wer sportliche Abwechslung sucht, findet sie in der Tennishalle, auf den Freiplätzen oder auf den herrlichen Wanderwegen. Golf-Fans können auf dem nahegelegenen Golfpark Riefensberg-Sulzberg (18 Holes) zum grossen Schlag ausholen. Mit zum Angebot gehören Intensiv-Wochen für Anfänger mit Endziel Platzreife sowie das perfekte Ambiente für ambitionierte Handicap-Spieler. Als Gründerhotel des Golfparks bietet die «Post» verschiedene Vorteile.

Und noch etwas macht das Hotel Post zu einem bevorzugten Aufenthaltsort: Ob Bregenzer Festspiele, Schubertiade oder Philosophicum Lech – Sie können im Hotel bequem die Karten reservieren lassen und sich ohne Stress auf das Konzert, das Schauspiel oder ein anderes kulturelles Ereignis Ihrer Wahl freuen.

## Rucksack, Käse & Cabrio

Neben den weit über die Region hinaus ausstrahlenden grossen Kulturveranstaltungen schlägt «Natur & Kultur» auch die Brücke zum heimischen Kulturschaffen. Das Spektrum reicht von musikalischen Veranstaltungen über Ausstellungen von bildenden Künstlern bis zu künstlerischen Aktionen – auch in der Natur. Ohnehin offenbart sich die Faszination einer Landschaft erst demjenigen, der sie zu Fuss erkundet. Deshalb bieten die Natur- & Kultur-Hotels auch ein gut organisiertes Wanderprogramm mit Drei-, Vier- und Sieben-Tages-Touren an. Für Anspruchsvolle, die ein komfortables Hotel der (allerdings auch nicht immer zu verachtenden) Alphütte vorziehen, ist genauso gesorgt wie für Radfahrer, die eine Vier-Länder-Radtour rund um den Bodensee machen, oder für unersättliche Mountainbiker, die vom Rheindelta bis zum Piz Buin radeln möchten.

Auch die erste Käsestrasse Europas gehört zum Vorarlberger Natur- und Kulturerlebnis: Für exquisite Gaumenfreuden ist dank der Vielfalt an biologisch produzierten Käsesorten gesorgt. Und wer den Gipfel des Ausgefalleenen erklimmen will, dem stehen Passfahrten mit dem Cabriolet zur Verfügung.



Ganzheitsmedizin und Wellness, Kosmetik-Abteilung und Fitnesszone – Erholung pur im Vital-Zentrum Felbermayer.

## Wellness und Vitalität im Vital-Zentrum Felbermayer

«Wir haben uns mit gesunder Lebensführung beschäftigt, als noch kaum jemand von Vollwerternährung oder Ganzheitsmedizin geredet hat», sind Christa und Markus Felbermayer überzeugt. Bereits in zweiter Generation führen sie das Vital-Zentrum Felbermayer in Gaschurn. Die angebotenen Kuren dienen der Entschlackung, Entgiftung sowie Regeneration des Vitalsystems. Die F. X.-Mayr-Kur gehört da ebenso dazu wie das Heilfasten nach Buchinger. Mit zum Angebot gehört die Sauerstoff- und die Feldenkrais-Therapie sowie unterschiedliche Massagen, Schwebebäder oder Kneipen.

Voll auskosten – im wahrsten Sinne des Wortes – kann man auch die Küche von Christa und Markus Felbermayer. Küchenchefin Christa Langthaler: «Die Produkte stammen zum allergrössten Teil aus der Region, beim Fleisch wird auf artgerechte Tierhaltung geachtet, und als Ergänzung zu diversen Mineralwassern, Fruchtsäften oder Tees gibt es Wein aus biologischem Anbau und ein speziell nach dem Mondkalender gebrautes Bier.» Besonders beliebt sind auch die Brotbackkurse im Vital-Zentrum, bei denen das selbstgebackene Vollkornbrot bis zur Abreise «aufs Eis gelegt wird» – damit die Erinnerung auch zu Hause noch herrlich duftend und knusprig frisch ist.

*Weitere Informationen erhältlich bei:*

*Natur & Kultur, Sieglinde Götze, Oberfallenbergl 31*

*A-6850 Dornbirn, Tel. (+43)(0)55 72/21 592, Fax 21 592-2*

## Wettbewerb:

Im Augustheft der GN gibt es je 1 Woche Wellness- und Überraschungsferien für 2 Personen inkl. Halbpension im Hotel Post, Bezau, und im Vital-Zentrum Felbermayer, Gaschurn zu gewinnen.

Fotos: Natur & Kultur