



IDEEN
für einen
aktiven
SOMMER

White rectangular graphic element.

a bisserl anders - so wie mia

30 JAHRE SPA+WELLNESS

Dieses Jahr feiern wir ein ganz besonderes Jubiläum - 30 Jahre Spa- und Wellnesserlebnisse im ANTONIUSHOF!

[...entspann di!]

AB AUFS RADL

Helme auf, rauf auf den Sattel und ab in die wunderschöne Landschaft. Das Rottal - ein wahres Paradies für alle Radbegeisterten!

[...beweg di!]

DRAUSSEN GENIESSEN

Endlich wieder Gaumenfreuden unter freiem Himmel genießen - auf unserer wundervollen Sonnenterrasse Magnolia.

[...iss gesund!]



Liebe Gäste, liebe Freunde, [liabe Leit]

der Sommer ist endlich da und mit ihm die lang-ersehnte Zeit für Sonnenschein, Entspannung und belebende Erlebnisse. Wir möchten euch an diesen Sommertagen herzlich im ANTONIUSHOF willkommen heißen und euch von den wundervollen Möglichkeiten berichten, die diesen Sommer auf euch warten. Als eines der Highlights freuen wir uns besonders wieder auf unseren Garten, der für euch eine Fülle von Entspannungsmöglichkeiten bereithält. Lasst euch von den warmen Sonnenstrahlen verwöhnen, während ihr in einer unserer bequemen Sonnenliegen entspannt. Spürt die kühle Erfrischung des Pools auf eurer Haut und lasst den Alltagsstress einfach von euch abfallen. Unser Garten ist der perfekte Ort, um die Seele baumeln zu lassen und neue Energie zu tanken.

Zudem bietet unsere Terrasse eine herrliche Atmosphäre, um die kulinarische Köstlichkeiten aus unserer vielfältigen Speisekarte wieder draußen genießen zu können - Gaumenfreuden unter freiem Himmel sozusagen. Für diejenigen unter euch, die es gerne aktiv mögen, hat Ruhstorf und Umgebung eine Fülle von Ausflugszielen und Aktivitäten zu bieten. Und ein Jubiläum gibt es auch noch zu feiern! =>

Am besten überzeugt ihr euch selbst! Auf gut Bayrisch: *kemmts vorbei!* ;)

Liebe Grüße aus dem ANTONIUSHOF,

Miriam
Miriam
Direktorin für Gesundheit,
Sport- & Wellness

Patricia
Patricia
Direktorin für Genuss,
Kulinarik & gute Tropfen

Anette
Anette
Direktorin für
Besonderes



UNSER TIPP:

fastenkur im garten-boutique-hotel ANTONIUSHOF

Eine erfrischende Kombination - eurem Körper etwas Gutes tun und dabei in Ruhe entspannen! Das Fasten während des Urlaubs in unserer behüteten Hotelumgebung kommt sowohl eurem Körper als auch eurem Geist zugute. Auf zu einer erfrischenden Reise (zu dir selbst)!

5 Gute Gründe für eine Fastenkur in deinem Urlaub:

- Entspannung & Regeneration
- Entgiftung & Reinigung deines Körpers
- Steigerung der geistigen Klarheit
- Gewichtsverlust & Körperkomposition
- Spirituelles Wachstum

Unser Fokus liegt dabei stets auf den drei Säulen: Entspannung, Bewegung & Gesunder Genuss.

Deshalb lautet unser Plan ganz einfach:
„...entspann di, beweg di & iss gesund!“

Passend dazu bieten wir unseren gesundheitsbewussten Gästen drei Arten von Fastenkuren an: Intervallfasten, Bastenfasten & Heilfasten.

Mehr Infos findet ihr auf unserem Blog:
www.antoniusshof.de/blog

[plantschen & ausschnaufa]

entspannung im garten

Endlich wieder Gaumenfreuden unter freiem Himmel genießen - auf unserer wundervollen Sonnenterrasse Magnolia.



POOL & GARDEN TIME

Endlich ist der Sommer da und mit ihm die perfekte Zeit, um im Hotelgarten zu entspannen und die Seele baumeln zu lassen. Ruhe und Erholung in vollen Zügen genießen. Eine fantastische Idee, oder? ;)

Unsere brandneuen Liegen mit extra dicken Polstern laden förmlich dazu ein, sich gemütlich niederzulassen und den Alltag hinter sich zu lassen. Lehnt euch zurück, schließt die Augen und spürt die warmen Sonnenstrahlen auf eurer Haut. Hier findet ihr den idealen Ort, um in eine Welt der Entspannung einzutauchen.

Für diejenigen unter euch, die gerne aktiv bleiben möchten, haben wir auch Aqua-Fit Kurse im Angebot. Das erfrischende Wasser unseres Pools bietet nicht nur eine willkommene Abkühlung an warmen Tagen, sondern ermöglicht es euch auch, euren Körper zu stärken und gleichzeitig zu entspannen. Und wenn ihr das ultimative Verwöhnprogramm erleben möchtet, dann lasst euch mit einer Massage im Garten-Pavillon verwöhnen. Dort könnt ihr die sanften Klänge der Natur genießen, während geschickte Hände eure Verspannungen lösen und euch in einen Zustand vollkommener Gelassenheit versetzen.

Egal, ob ihr die Ruhe bevorzugt oder aktiv werden möchtet, unser Hotelgarten bietet für jeden etwas. Kommt vorbei und lasst euch von unserem idyllischen Ambiente verzaubern.



INSPIRATION FÜR EINEN AKTIVEN SOMMER:

NORDIC WALKING IN BAYERN

Naturerlebnis & optimaler Stressabbau.

Im Unterschied zum gewöhnlichen Walking werden beim Nordic Walking zusätzlich Laufstöcke eingesetzt. Nordic Walking ist mehr als nur ein reines Ausdauertraining. Durch den Einsatz der Stöcke wird circa 90 Prozent der gesamten Körpermuskulatur aktiviert. Sozusagen ein Ganzkörpertraining.

Die passenden Routen mit schöner Aussicht findet ihr direkt vor unserer Haustür.



YOGA IM GARTEN



E-Bikes
im Hotel!

AB AUFS RADL



Schnappt euch eure Helme, rauf auf den Sattel und ab in die wunderschöne Landschaft. Rund um den ANTONIUSHOF haben wir ein wahres Paradies für alle Radbegeisterten! Ihr könnt die landschaftliche Schönheit entlang des Inns und der Donau erkunden und dabei die bekannten Fernradwege wie den Donauradweg, den Innradweg, den Rottalradweg, den Römeradweg oder den Apfelradweg entlangfahren. Hier im Passauer Land erwartet euch ein dichtes Netz an Radwegen entlang der Flüsse Donau, Inn, Ilz, Vils und Rott.

Egal, ob ihr Genusssradler oder Profi-Biker seid, hier im Südosten Bayerns werdet ihr definitiv eure Traum-Radtour finden. Und das Beste daran? Als Hotelgäste könnt ihr kostenlos ein rückschonendes Holland-Rad nutzen. Wenn ihr es gerne etwas elektrisch mögt, stehen euch gegen eine kleine Gebühr Elektroräder mit 8 Gängen und einem traumhaften Leichtlauf zur Verfügung.

Genießt die frische Luft, lasst euch von der idyllischen Umgebung verzaubern und erlebt unvergessliche Radabenteuer. Wir freuen uns darauf, euch mit unseren Fahrrädern auszustatten und euch die Möglichkeit zu geben, das Passauer Land auf eine ganz besondere Weise zu entdecken.

Mehr Infos findet ihr auf unserer Website:
www.antoniusshof.de/natur-aktiv

AUSFLUGSZIELE IN RUHSTORF & BAYERN

Langeweile ist hier ein Fremdwort =>

Für diejenigen unter euch, die es gerne aktiv mögen, hat Ruhstorf und Umgebung eine Fülle von Ausflugszielen und Aktivitäten zu bieten. Kunst und Kultur - modern und traditionell. Dank unserer Lage haben wir die besten Voraussetzungen für Tagesausflüge in nahegelegene Städte und Ausflugsziele. Die Dreiflüssestadt Passau, die Barockstadt Schärding, der seit über 500 Jahren bekannte Wallfahrtsort Altötting, Burghausen oder Linz - kulturelle Highlights ganz in der Nähe!



„a bisserl anders
- so wie mia!“

ABSCHLAG IN DER GOLFREGION DONAU-INN

Golfen ist nicht nur ein sportliches Vergnügen, sondern auch ein Weg, um Körper und Geist in Einklang zu bringen. Hier habt ihr die Möglichkeit, euren Körper bewusst wahrzunehmen und euch ganz auf das Spiel zu konzentrieren. Hier im Rottal erwartet euch eine einzigartige Golfregion, die mit alten Baumbeständen und atemberaubenden Weitblicken bis in die Alpen aufwartet. Auf den malerisch angelegten Golfplätzen der Golfregion Donau-Inn könnt ihr euch entspannt bewegen und die Ruhe sowie die Schönheit der Natur in vollen Zügen genießen. Das Passauer Land, der nahegelegene Bayerische Wald und das benachbarte Oberösterreich bieten eine Vielzahl von Golfmöglichkeiten, die es zu entdecken gilt.

30 Jahre Wellness und Spa im ANTONIUSHOF

Dieses Jahr feiern wir ein ganz besonderes Jubiläum - 30 Jahre Spa- und Wellnesserlebnisse im ANTONIUSHOF! Das bedeutet 30 Jahre pure Entspannung und Wohlfühlmomente für unsere Gäste. Unserem Jubiläum zum Anlass haben wir vier neue besondere Behandlungen in unser Programm aufgenommen. Wir freuen uns schon sehr darauf, Euch bald bei uns im GartenSpa willkommen zu heißen. Vielen Dank für Eure Unterstützung und Euer Vertrauen.

Energetische Chakrenmassage

Inner Balance Chakra Massage

Ihr persönlicher Weg zu Harmonie und innerer Balance. Diese Komposition aus sanft duftenden, reinen Chakrenölen, gezielte, auf Ihre 7 Energiezentren wirkende Massagegriffe und der Einsatz von Edelsteinen wirken tief entspannend. Ein besonderes Behandlungserlebnis, das Ihr Körperbewusstsein fördert und Freude schenkt!

Wirkstarkes Celluliteprogramm

Detoxifying Cellulite Treatment

Eine effektive Cellulite-Behandlung, die nachhaltig auf Ihr Hautbild und Bindegewebe wirkt. Die Schröpftechnik in Kombination mit hochwirksamen Naturprodukten, lindern Cellulite sichtbar und wirken entstauend auf das Körpergewebe. Ein aktivierendes Fußbad, das anregende Körperpeeling und die spezielle Massagetechnik unterstützen gemeinsam dieses Detox-Konzept. In Kombination mit einer Algenpackung optimieren Sie das Ergebnis. Rundum definiert!

Bauch-Straffungsprogramm

Revitalizing & Firming Abdomen Massage

Dieses effiziente Körperkonzept wirkt zentral-festigend und hilft den Bauchraum zu entstauen. Durch sanfte Stimulation des Bauchraums verbessert sich die Hautspannung, die Körpermitte wirkt gestrafft und der Bauchumfang wird sanft vermindert. Die Lösung für Ihre Körpermitte!

Nachhaltiges Rückenkonzept

Dynamic Recreation Back Massage

Eine aufbauende Rückenbehandlung, die in Technik und Intensität individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst wird. Die hochwirksamen, natürlichen Wirkstoffe des Massageöls optimieren das Ergebnis. Die einzigartige Kombination von Schröpfgläsern und Klangschalen unterstützt das Lösen von Verspannungen und verbessert die Dynamik der Wirbelsäule. Sich entspannt und befreit bewegen. Aufrichtig – aufrecht!



30% Jubiläumrabatt auf alle TEAM DR. JOSEPH Anwendungen
nur 55,30 € statt 79,00 €

Unser Partner:

TEAM DR. JOSEPH

Mit TEAM DR. JOSEPH haben wir unseren idealen Partner gefunden. 1986 gegründet, ist das Familienunternehmen der Ausdruck einer lebenslangen Faszination für die Welt der Pflanzen und ihrer Wirkstoffe. Die preisgekrönte zertifizierte Hightech-Naturkosmetik vereint sorgfältig ausgewählte natürliche Wirkstoffe mit den neuesten Technologien für Ihre Hautgesundheit.

TEAM DR. JOSEPH verkörpert jene Grundsätze, die auch unser Hotel leiten:

- Verantwortungsvoller Umgang mit der Natur und ihren Ressourcen
- Höchstmögliche Qualität
- Gelebte Nachhaltigkeit
- Ganzheitlicher Ansatz
- Wirkstarke Hightech-Naturkosmetik mit sichtbaren Sofort-Ergebnissen
- Individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Behandlungsmethoden

Das Beste aus Hightech und Natur.

* gültig bis 31.12.2023

JETZT BUCHEN ;)

+49 8531 93 49 - 0

info@antoniushof.de

Aktuelle Angebote findet Ihr auf unser Website

www.antoniushof.de

antoniushof feel-good-tipp

WANDERN

Aktive Auszeit draußen! Lauscht beim Wandern durch Wälder den Geräuschen der Bäume und bei Touren entlang von Rott und Inn dem Plätschern des Wassers. Genießt es, entlang von Streuobstwiesen zu wandern, deren Bäume im Frühling herrlich blühen und im Sommer reichlich Früchte tragen. Macht Rast, wo ihr es schön findet. Die Hügellandschaft des Rottals bietet auch immer wieder wunderschöne Aussichten auf das Rott- und Inntal – und manchmal, wenn das Wetter klar ist, lässt sich sogar die Alpenkette in der Ferne erkennen. Ein wahrer Feel-Good-Tipp! ;)

Mehr Infos unter:

» www.antoniushof.de/de/natur-aktiv/wandern/

