

Deutschland 9,- € | Österreich 9,50 € | Schweiz 17,- SFR

REISE & LIFESTYLE MAGAZIN

# FEEL GOOD

No.21

INDISCHER  
OZEAN

MOMENTE FÜR  
DIE EWIGKEIT

& HOME  
STYLE  
GUIDE

Wohlfühloase Zuhause

TORY  
BURCH

WER SIND IHRE FASHIONVORBILDER?

# IM EINKLANG MIT KÖRPER, GEIST UND SEELE

Amatara Wellness Resort, Thailand

*Gelegen in einer ruhigen und idyllischen Bucht im Südosten der Insel und umgeben von einer atemberaubenden Kulisse verfügt das Resort über 105 Wohneinheiten, darunter 48 Suiten, 22 Pavillons und 35 Pool Villen – alle mit einzigartigen Blicken auf das Meer. Der Phuket International Airport liegt 45 Kilometer und Phuket Town 10 Kilometer vom Resort entfernt.*

Die drei Restaurants mit asiatischer sowie internationaler Küche, ein Infinity Pool, direkter Strandzugang, Kinderclub und eine Vielzahl an angebotenen Sport- und Freizeitmöglichkeiten runden das Angebot ab. Wer dem Retreat Restaurant einen Besuch abstattet, wird begeistert sein von der leichten, saisonalen und regionalen Wellness-Küche. Höchste Qualitätsstandards bei der Auswahl der Zutaten sichern maximalen Genuss. Eine Selbstverständlichkeit, dass Zutaten nur aus biologischem Anbau und Freilandhaltung stammen. Küchenchef und Ernährungsspezialisten haben eine Karte voller leckerer, leichter und gesunder Gerichte kreiert. Rohkost, grüne Smoothies und Super Food – Im Retreat Restaurant dreht sich alles um eine neue Ernährung, die auf leckere Art und Weise Entschlacken und Entgiften, eine Stärkung des Immunsystems und eine Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit in den Mittelpunkt stellt. Ein äußerst schmackhafter, gesunder und vor allem nachhaltiger Weg zu einer

neuen Figur, einer Verjüngungskur und einem neuen Selbstbewusstsein.

Unter fachkundiger Anleitung vor traumhafter Kulisse setzt sich im ersten und einzigen Destination Spa auf Phuket das auf absolutem Wohlbefinden beruhende Konzept fort. Los geht's mit einem Gesundheits-Check Up und einer individuellen Wellness-Beratung, denn nicht jeder Mensch findet auf die gleiche Weise ein Höchstmaß an Entspannung und Erholung. Nach Herzenslust ausprobieren, was das

## WERTSCHÄTZUNG DES EIGENEN SEINS

eigene Wohlbefinden am meisten fördert, lautet die Devise im Amatara Wellness Resort Programm. Sechs ganzheitliche Wellness-Programme, darunter das Amatara Detox, Weight Management, Amatara Active, Spa Revive, Amatara Connect und Amatara Yoga stehen den Gästen zur Verfügung. Mit dem exklusiv entworfenen Thai Hamam Erlebnis, das die traditionellen türkischen und marokkanischen Badepraktiken mit den Weisheiten der

thailändischen Spa-Therapien vereint, setzt das Resort neue Maßstäbe. Neben Joggingrunden am Strand, einem Besuch im hauseigenen Fitnessstudio, Kayaktouren oder stärkenden Pilates Übungen, bietet das Amatara Wellness Resort einen perfekten Zugang zur Faszination Yoga. Atemübungen, Dehnungen und sein inneres Gleichgewicht finden – wer vor atemberaubender Kulisse und unter Anleitung von erfahrenen Trainern einmal mit dem ausgleichenden Sport begonnen hat, wird

ihn auch zuhause nie wieder missen wollen. Für alle diejenigen, für die die sportliche

Komponente eher im Hintergrund steht und denen es vor allem darauf ankommt Konzentration, Achtsamkeit und Spiritualität zu trainieren, bietet das Amatara auch Meditationssitzungen an. Von einem Aufenthalt im Amatara Wellness Resort bringt man vor allem eines mit nach Hause: Jede Menge Inspirationen wie man sein neues Lebensgefühl beibehalten und in den Alltag integrieren kann.

Amatara Wellness Resort | Tel: +66 (0) 7631-8888 | [www.amataraphuket.com](http://www.amataraphuket.com)



„Der Aufenthalt im Amatara Wellness Resort hat mich nachhaltig geprägt und bis heute blicke ich voller Dankbarkeit auf diese positiv anhaltende Erfahrung zurück.“  
(Katja Momberg,  
Chefredakteurin FEEL GOOD Magazin)

