



*Zu Yoga, Fasten oder Wellness mit direktem Seeblick die Seele baumeln lassen – diese Entschleunigung im Einklang mit der Natur und allen Sinnen liefert diese Insel der Entschleunigung, in der man aus der Zeit fällt und zu sich selbst kommt.*

## Musik aus Stille, Wasser und Loslassen

Auf der sinnlichsten Insel der Lausitz entspannen und Energie tanken

Stellen Sie sich einen Ort vor, an dem Wasser und Leben ineinander fließen, die Zeit ihre Relevanz verliert, ein Feuer im Kamin knistert, in dem warmes Holz und dunkler Stein Ruhepole und gleichzeitig Spiegel der Kraft unserer Natur sind. Inmitten genau dieses Kokons entschleunigt eine Musik aus Stille, Wasser und Loslassen. Wer diese tiefe Erfahrung mit ihrem Balsam für Seele und Körper sucht, dem sei eine Reise auf die Insel der Sinne am Berzdorfer See empfohlen.

### Die Reise zu sich selbst

Wer die Insel der Sinne betritt, fällt aus der Zeit. Urlaub geht hier völlig im holistischen Gedanken auf. Großzügige Weite und Offenheit gepaart mit legerem Luxus geben Raum zum Durchatmen und Träumen. Das Spa verwöhnt mit Naturprodukten und hilft dem Körper, zu ursprünglicher Kraft und Ruhe zu finden. Eingebettet wird die Auszeit in Sandstrände und ein wahres Naturparadies am Berzdorfer See. Wer will, geht auf Gesundheitswanderungen oder nutzt im 4-Elemente-Loft mit atemberaubendem Blick vom Hoteldach über den See

entspannendes Yoga oder eine der weiteren, vielfältigen und sanften Aktivierungen. Aktiv- und Gesundheitsprogramme können in einer selten harmonischen Auswahl komponiert werden. Alles steht hier im Zeichen einer regenerierenden Auszeit und Reise zu sich selbst.

### Reset für den Körper

Genuss kann hier auch mit körperlicher Entlastung einhergehen – mit Basenfasten nach der Wacker Methode erleben Sie beispielsweise einen Urlaub mit Vielfalt, Abwechslung und so wohltuenden wie verwöhnenden Elementen, mit viel Zeit für sich selbst und die wertvollen Dinge des Lebens. Schütteln Sie einmal den Stress aus ihren Gliedern und entdecken Sie neue Kraftressourcen. Sie verzichten keineswegs auf kulinarische Momente, vielmehr wird auch das Küchenhandwerk auf einen neuen Einklang Ihrer Lebenskräfte abgestimmt. Letztendlich ist dies aber auch nur eines der Angebote, die Inselbewohner stets ganzheitlich einen Einklang aus Gesundheit, Kulinarik, Entschleunigung und Selbstfindung bieten.

### Genuss für alle Sinne

Ergänzend zum Abtauchen in Gesundheit, Wellness und Meditation bietet die kreativ beschwingte Kulinarik von Küchenchef Ronny Braackmann überraschende Crossover-Gerichte – echte Symphonien für Auge und Gaumen. Und Görlitz – das Paris an der Neiße – liegt quasi nebenan. Auch hier findet man einen Ort, aus der Zeit gefallen, von seltener Schönheit und Kraft. Fast schon ein steingewordenes Pendant zur sinnlichsten Insel der Lausitz. ®

### Basenfasten nach Wacker

7 Übernachtungen inkl. Vollpension samt Genussfrühstück, zwei morgendlichen Yoga-Einheiten, Qi Gong, Atemmeditation, Wellness & Massagen, Basentees, Gesundheitswandern und Naturlausflügen pro Person im DZ ab 1.451,00 Euro.

### Insel der Sinne

Am See 33, 02827 Görlitz  
Tel.: 035822-5540  
hotel@inseldersinne.de  
[www.inseldersinne.de](http://www.inseldersinne.de)