

WELLNESS – AYURVEDA – MEDITATION – FITNESS

DAS NEUE
MAGAZIN
→ GRATIS ←

JETZT NEUE KRAFT TANKEN!

freundin

RAUSZEIT

AYURVEDA FÜR ALLE

Einfache Gerichte,
die Körper &
Seele guttun

ENTSPANNT IN DREI MINUTEN

...und weitere
Wohlfühl-Übungen

→ FÜR DIE WIR
NUR UNS SELBST
BRAUCHEN

DIE WEISHEIT DER PFLANZEN

Wie wir von der Natur
fürs Leben lernen

**PLUS:
DIE SCHÖNSTEN
WELLNESS-ZIELE**

DAS GIBT UNS ENERGIE

Naturerlebnisse, Reisen oder Bewegung:
Mit unserem Selbsttest finden Sie heraus,
wie Sie am besten Kraft tanken

AUF DEM BAUERNHOF

WAS FINDE ICH HIER?

Gute Vorbilder: Tiere. Die machen sich keinen Kopf über Autoreparaturen oder Bürostress. Sie leben im Moment – daran nehmen wir uns ein Beispiel.

FÜR WEN IST ES WAS?

Besonders schön für Kinder – aber auch erwachsene Tierfreunde werden die Zeit genießen.

WO FINDE ICH DAS?

Auf dem malerischen „Hanznhof“ (Bild) im Chiemgau. Hier geht's mit Bauer Edi in den Stall: Kleine Gäste können bei der Arbeit helfen und Kälbchen füttern. Oder bei Ponys, Hasen, Zwergziegen und Rehen vorbeischauen.

„Hanznhof“, Bernau am Chiemsee, Deutschland, Apartment für zwei Personen ab 110 Euro, hanznhof.de



AUF DER HÜTTE

WAS FINDE ICH HIER? Das Gefühl von Geborgenheit. Wer sich verloren im Leben fühlt, dem helfen ein paar Tage Hüttenromantik.

FÜR WEN IST ES WAS? Wer einen Ofen einheizen kann, ist klar im Vorteil. Oder man bucht eine komfortable Hütte (im Internet nach „Chalet“ suchen).

WO FINDE ICH DAS? Hüttenromantik kommt im urgemütlichen Chalet „Maso Azzurro“ (Bild) vorm knisternden Kaminfeuer auf. Das Häuschen im norditalienischen Trentino hat zwei kuschlig ausgestattete Suiten. „Maso Azzurro“, Premione, Italien, DZ/F ab 105 Euro, bbtrentinomasoazzurro.com



AUF DEM BAUERNHOF

- **„Middenmank“**, bequem und stylish schlafen bei Schafen in Mecklenburg-Vorpommern.
Ludwigslust, Deutschland, Wohnung für zwei Erwachsene und zwei Kinder ab 85 Euro, middenmank.de
- **„Allgäu-Ferienhof Schönberger“**, familiärer Hof im Allgäu.
Argenbühl, Deutschland, Wohnungen für zwei Personen ab 80 Euro, allgaeu-ferienhof-schoenberger.de
- **„Kompatscherhof“**, schickes Bauernhofhotel in Südtirol.
Lüsen, Italien, DZ/HP ab 174 Euro, kompatscherhof.it
- **„Koe in de Kost“**, hier gibt's Häuschen auf der Kuhweide.
Heeten, Niederlande, Haus für sechs Personen ab 480 Euro, koeindekost.nl
- **„Warfthof Wollatz“**, Ponys, Mini-Schweine, Esel und Ziegen erwarten einen an der Nordsee.
Süderdeich, Deutschland, Apartment für fünf Personen ab 86 Euro, warfthof-wollatz.de

AUF DER HÜTTE

- **„Gfällhütte“**, urige Jagd- und Holzfällerhütte aus dem Jahr 1833 im Bayerischen Wald.
Spiegelau, Deutschland, Hütte für zwei Personen ab 120 Euro, hofurlaub-bayerischer-wald.de
- **„Bergwaldhaus Dreiangelhütte“**, guter Ausgangspunkt für Bergtouren im Oberallgäu.
Sonthofen, Deutschland, Hütte für acht Personen ab 295 Euro, dreiangelhuette.de
- **„Alpe San Romerio“**, klassische Berghütte in Graubünden.
Brusio, Schweiz, DZ/F ab 129 Euro, sanromerio.ch
- **„Liebesgrün“**, luxuriöse Chalets im Sauerland.
Schmallenberg, Deutschland, Haus/HP für zwei Personen ab 310 Euro, liebesgruen.de
- **„Feriendorf Holzleb'n“**, perfekt für Familien oder Hundebesitzer, im Salzburger Großarlal.
Großarl, Österreich, Ferienwohnung für zwei Personen ab 130 Euro, holzlebn.at

AM MEER

- **„Beach Motel SPO“**, schickes Hotel mit Nordseestrand vor der Tür.
St. Peter-Ording, Deutschland, DZ ab 105 Euro, beachmotel-spo.de
- **„Kunterbunthof“**, alternativer Künstlerhof an der Ostsee.
Züsow, Deutschland, Tiny House für zwei Personen ab 40 Euro, kunterbunthof.business.site
- **„Haus am Watt“**, Bio-Pension mit vegetarischer Küche an der Nordsee.
Heringsand, Deutschland, DZ/HP ab 200 Euro, hausamwatt.de
- **„Ferienhof Presener Deichkrone“**, Bauernhof an der Ostsee auf Fehmarn.
Fehmarn, Deutschland, Haus für drei Personen ab 65 Euro, presener-deichkrone.de
- **„Pension am Meer“**, gemütliche Pension auf Rügen.
Baabe, Deutschland, DZ/F ab 109 Euro, pension-am-meer-baabe.de

HOCH OBEN

- **„Campingplatz Bergheimat“**, im Oberallgäu, höchster Campingplatz Deutschlands.
Oberjoch, Deutschland, im Zelt ab 24,40 Euro p.P., camping-bergheimat.de
- **„Frankfurt Marriott Hotel“**, im Wolkenkratzer liegt jedes Zimmer mindestens 80 Meter über dem Boden, Blick auf die Frankfurter Skyline.
Frankfurt am Main, Deutschland, DZ ab 95 Euro, marriott.de
- **„Mönchsjochhütte“**, höchste bewirtschaftete Hütte der Schweiz auf 3657 Metern, im Wallis.
Jungfrauoch, Schweiz, ab 31 Euro p.P., moenchsjoch.ch
- **„Cloefhänger“**, Hängezelte im Saarland, nur für Schwindelfreie.
Orscholz, Deutschland, ab 119 Euro p.P. inkl. Abendessen, cloefhaenger.com
- **„Kulturinsel – Die Geheime Welt von Turisede“**, fantasievolle Baumhäuser in Sachsen.
Neißeau, Deutschland, Baumhaus für zwei Erwachsene und zwei Kinder ab 190 Euro inkl. Frühstück, turisede.com

SO NEHMEN SIE AM GEWINNSPIEL VON „SLEEPERO“ UND „SAALERWIRT“ TEIL:

Online finden Sie ein Teilnahmeformular unter freundin.de/heftgewinnspiele. Oder senden Sie uns eine Postkarte mit dem Stichwort an freundin Verlag GmbH, Postfach 80 02 69, 81602 München. Einsendeschluss ist der 24.9.2021. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Teilnahme nur für Personen über 18 Jahre mit Wohnsitz in Deutschland, Österreich oder der Schweiz. Mitarbeiter der freundin Verlag GmbH, der Gewinnspielpartner sowie von deren Dienstleistern und ihre jeweiligen Angehörigen dürfen nicht teilnehmen. Weitere Teilnahmebedingungen im Hauptheft auf Seite 102 und auf freundin.de.