

MEIN HARMONIEMOMENT in theiner's garten

Ausgabe 2023



Liebe Gäste und Freunde
des theiner's garten,

viele Gäste wünschen sich,
mehr von uns zu erfahren.

Das hat uns bewogen,
wieder eine theiner's garten
Info zu schreiben.

Mit Freude lade ich Sie ein,
zu lesen und zu schauen
und uns noch besser
kennen zu lernen.

Viel Spaß und Freude dabei
und ich freue mich, Sie bald
in Gargazon wiederzusehen.

Ihr
Ingo Theiner
Gastgeber



Liebe Gäste und Freunde
des theiner's garten,

treu nach unserem Motto
„Altbewährtes bewahren und
Neues, Innovatives einfließen
lassen“ werden wir auch in
diesem Jahr Ihren Urlaub
noch nachhaltiger gestalten.
Unser Ziel ist es, jeden Tag aufs
Neue, gemeinsam mit dem
gesamten Team, Ihnen die
schönste Zeit des Jahres zu
bereiten – Ihre wohlverdiente
Auszeit in theiner's garten.

Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße
Martin Wolf
Direktor



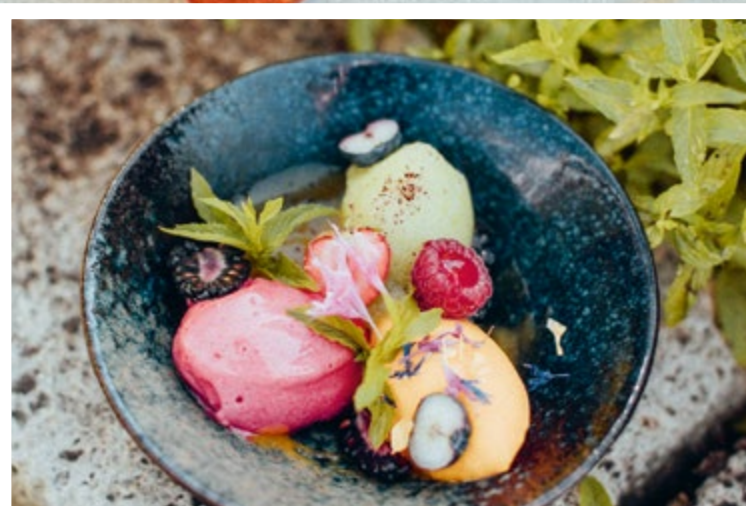
„FROM FARM TO TABLE“ – IM GARTEN DER GENÜSSE



SÜDTIROLER APFELSTRUDEL IM GLAS – DAS PERFEKTE REZEPT FÜR NASCHKATZEN

- › 300 g Äpfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
- › 50 g Zucker in einem Topf karamellisieren, mit 100 ml Apfelsaft löschen, Äpfel und 1 EL Butter dazugeben und etwa 7 Minuten glasieren.
- › Äpfel kurz auskühlen lassen und mit 20 g Sultaninen, 20 g Pinienkernen, 20 g Mandeln, 15 g Walnüssen, 2 EL Rum, Vanille, Zimt und Zitronenschalen vermischen.
- › Für das Nougatmousse werden 2 Eigelb mit 40 g Zucker schaumig geschlagen. 1 Blatt Gelatine wird mit 2 EL Rum schmelzen gelassen.
- › Die geschmolzene Nougatschokolade zusammen mit der zerlassenen Gelatine in die Eimasse rühren und sofort die 200 ml geschlagene Sahne unterheben. In Gläser abfüllen und kaltstellen.
- › In die Gläser mit der Nougatmousse die Apfelfüllung geben und zum Beispiel mit Schlagsahne mit Zimt auffüllen.

Wir wünschen einen guten Appetit!



IHR ESSENSWUNSCH IST UNS BEFEHL

Sie ernähren sich vegetarisch oder vegan? Sie achten auf low carb oder möchten ein paar Detox-Tage einlegen? Sie leiden unter Unverträglichkeiten oder Allergien? Im Garten der Genüsse stimmen wir die Ernährung individuell auf Ihre Wünsche ab. Teilen Sie uns einfach Ihre Wünsche mit und wir werden diese mit kulinarischer Freude und Hingabe erfüllen.

Mahlzeit!

Woran denken Sie, wenn Sie sich einen Garten der Genüsse in Südtirol vorstellen? An saftig rote Tomaten, noch warm von der Sonne? An die Geschmacksexplosion in Ihrem Mund, wenn Sie krachend in einen frisch gepflückten Apfel beißen? Läuft Ihnen bereits das Wasser im Mund zusammen?

Freuen Sie sich auf edle Fleischspezialitäten und köstliche Fischgerichte, hochwertige vegetarische und vegane Speisen, frisch von Meisterhand zubereitet mit besten Zutaten aus der Umgebung. Das Küchenteam im theiner's garten zaubert jeden Tag für Sie Köstlichkeiten, die Ihren Gaumen jubeln und Ihren Magen genussvoll seufzen lassen.



BESTES BAYERISCHES BIO-BIER IN THEINER'S GARTEN

Neumarkter
Lammsbräu

Das Familienunternehmen, zu dem neben vielfältigen Bio-Bier-Sorten die Marken now und BioKristall gehören, wurde 2022 als erster mittelständischer Lebensmittelhersteller in Deutschland in die Science Based Targets Initiative aufgenommen. Das bedeutet, die Klimaziele der Neumarkter Lammsbräu sind – wissenschaftlich belegt – dazu geeignet, das 1,5-Grad-Ziel einzuhalten. Zusammen mit den Bio-Höfen aus ihrer Erzeugergemeinschaft betreibt die Brauerei aktiven Artenschutz.



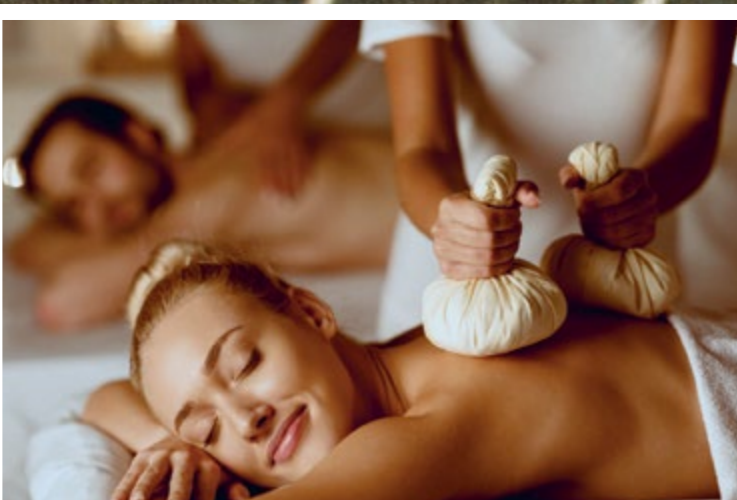
DER BERGERHOF – DAS REICH VON INGO THEINER

Kommen Sie doch mit auf einen Spaziergang durch die Obstwiesen auf dem Bergerhof. Schnuppern Sie an Williamsbirnen, Zwetschgen und Marillen, bewundern Sie die zart-rosa Pfirsiche, Nektarinen, Indianer-Bananen und Trauben. Und erst die Apfelsorten! Von verführerisch süß bis erfrischend säuerlich finden auch alte Apfelsorten und rotfleischige Äpfel auf dem Bergerhof ein Plätzchen zum Wachsen.

DEN MENSCHEN ALS GANZES BETRACHTET

DIE THEINER'S GARTEN SPA-METHODE

Unsere erfahrenen Spa-MitarbeiterInnen besitzen Herzensqualität, Achtsamkeit, Empathie, fundiertes Wissen und stellen den ganzheitlichen Ansatz in den Vordergrund. Wir sind in der Lage, Sie in eine unserer vier theiner's garten Spa-Persönlichkeiten einzuordnen, welche auch als Phasen im Leben verstanden werden können. Die Namen der vier Spa-Persönlichkeiten „Apfel“, „Traube“, „Pfirsich“ und „Birne“ beschreiben die wichtigsten Obstsorten am Bergerhof und beziehen sich symbolisch auf die Wurzeln des theiner's garten. Nach einem Gespräch mit unseren Spa-MitarbeiterInnen und mithilfe eines Fragebogens erstellen wir ein auf Ihre Spa-Persönlichkeit abgestimmtes, individuelles Programm nach unserer theiner's garten Spa-Methode und begleiten Sie auf Ihrem Weg.



NEU 2023: PRIVATE SPA

Ganz neu seit 2023 haben wir einen Private Spa, genau so, wie wir uns das schon immer gewünscht haben: kuschelig, gemütlich, romantisch und mit Liebe zum Detail – für zwei, die sich mögen, oder auch mal für sich alleine.

GEO SAISON

Empfehlung der Geo Saison in der Rubrik „nachhaltiger Urlaub“

„Für die hektischen Pfirsiche etwa geht es gleich ins Zirben-Entspannungsbad und zum Waldbaden. Und natürlich! In ‚theiner's garten‘ (und damit ist nicht nur der Garten, sondern das ganze Hotel gemeint) sollen nur die Gäste strahlen. Es ist ein Ort weitgehend ohne Elektrosmog, dafür mit wunderschönem Ausblick ins Etschtal.“



MENTAL DETOX: WELLNESS FÜR DIE SEELE MIT INGRID

Ganzheitliche Entspannung heißt für uns in theiner's garten eine Entspannung von „Körper, Geist und Seele“ im Einklang mit der Natur. Gerade deshalb ist „Mental Detox“ mit Ingrid für uns eine Herzensangelegenheit.

Mit Hilfe von Coaching-Gesprächen finden Sie Ihre persönlichen Methoden, um mehr Balance in Ihr Leben zu bringen. Im Zentrum steht dabei das Wiederentdecken der Achtsamkeit, des bewussten Genießens eines Moments. Von Ingrid erfahren Sie, wie Sie Achtsamkeit in Ihren Alltag integrieren und daraus Kraft schöpfen können. Ausbildung: Frauen-Mentoring (KVV), Gestaltpädagogin (AGB), Coaching und Supervision (FUTURE Academy).

theiner's garten befindet sich an einem Kraftort. Seit Jahrzehnten blühen hier biodynamisch gepflegte Pfirsichbäume. Der achtsame Umgang mit der Natur bezieht die spirituelle Ebene des Lebens mit ein. Das Pflegekonzept im Garten der Sinne orientiert sich am Mondkalender von Maria Thun, verwendet heilende Kräuterpräparate, energiespendende Quarzit-Kristalle und beruhigende Tees. Das uralte Wissen aus und über die Natur dient als Inspiration für das theiner's garten Spa-Programm.

WELLNESS IM SIEBTEN HIMMEL

REIN INS WASSER UND AUF GEHT'S!

Die sanften Bewegungen mögen mühelos wirken, Wassergymnastik ist jedoch ein sehr effektives Training für Kraft und Ausdauer. Unser großer Sportpool ist bestens geeignet dafür. Medizinische Aspekte: Stärkung der Abwehrkräfte, Gelenkentlastung, Anregung der Motorik, Hautmassage und -entspannung. Die sanfte Bewegung im Wasser ist gut für die Gefäße, entlastet den Körper und bringt Herz und Kreislauf in Schwung.



„Sehr gute Leistungen“ im Relax Guide

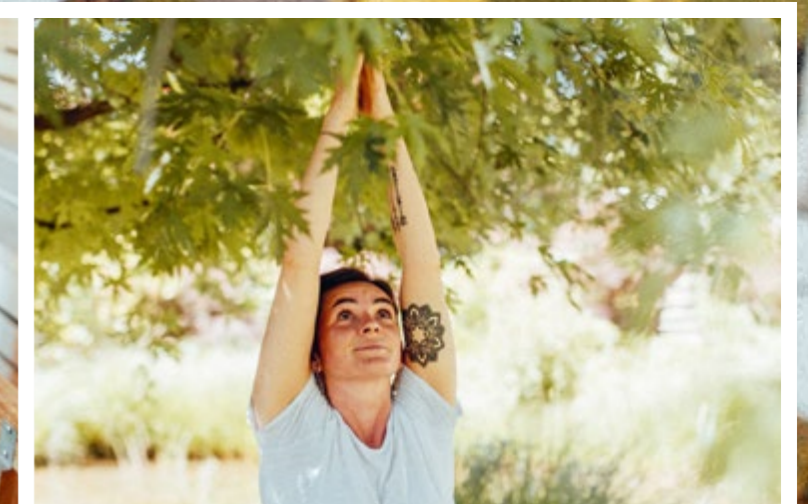
„Richtig fein: der FKK-Außenbereich mit Wasserfall und Kneippbecken. Fitnessraum mit Geräten auch im Freien, breites Aktivprogramm, auch Waldbaden, Yoga, geführte Wanderungen und E-Bike-Touren. Schöne Terrasse für das Frühstück.“

Sie erwachen morgens wunderbar erholt und ausgeruht vom wohligen Schlaf in Ihrem Zirbenholz-Zimmer und Ihr Blick wandert nach draußen. Ob sich der Himmel über Gargazon nun strahlend blau oder mystisch grau wölbt, im Garten der Sinne in theiner's garten finden Sie mit Sicherheit Ihr perfektes Plätzchen zum Erholen. Urlaub in theiner's garten verspricht nicht nur ganz viel süßes Nichtstun, sondern genauso wartet auch ein spannendes Aktivprogramm auf Sie. Von geführten Wanderungen mit Wanderführerin, Aquagymnastik, Workouts, Yoga, Meditationen bis hin zu gemütlichen Winzerabenden ist alles dabei.



GUT SCHWITZ IN UNSEREN SAUNEN

Richtig heiß wird es in unseren Saunen! Mit drei verschiedenen Saunen haben Sie eine schöne Abwechslung in unserem Spabereich. Mehrmals wöchentlich finden unsere Saunaaufgüsse statt. Die herrlich duftenden Kräuter für die Aufgüsse stammen natürlich aus dem hauseigenen Kräutergarten. Zum Abkühlen geht's ins Tauchbecken und anschließend laden die Relaxliegen zur Ruhephase ein, himmlisch!



NAMASTE, YOGA-FREUNDE!

Mehrmals wöchentlich erwarten Sie die beliebten Yoga-Stunden. Ein intensives abgerundetes Programm für AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Freuen Sie sich auf abwechslungsreiches Übungsprogramm und die Expertise unserer professionellen Yogis. Neben Yoga bieten wir auch andere Aktivitäten für geistiges und körperliches Gleichgewicht an, u. a. Meditationen und Traumreisen.

BAUBIOLOGIE DER SPITZENKLASSE

BEGINN DER ZUSAMMENARBEIT MIT HOLZIUS

Eines war für Myriam und Walter Theiner klar: Wenn sie ein Hotel bauen, dann so nachhaltig, biologisch und gesund wie möglich. Mit dem Vinschger Vollholzhersteller holzius haben die Hoteliers einen idealen Partner gefunden, der sowohl die stilistischen, technischen als auch die hohen baubiologischen Anforderungen lückenlos erfüllen konnte.



Holzius' Geschäftsführer Herbert Niederfriniger erinnert sich gerne an das Verkaufsgespräch mit Familie Theiner zurück: „Ich habe Myriam und Walter Theiner damals mein eigenes holzius Haus als Referenzprojekt gezeigt, als es noch ein Rohbau war. Als die beiden im Schlafzimmer standen, platzte Walter voller Euphorie heraus ‚Herbert, genau so möchte ich unser Hotel bauen!‘ Das war ein sehr schöner Moment und denke oft daran zurück.“

NATÜRLICH, WOHNGESUND, NACHHALTIG: DAS VOLLHOLZHAUS VON HOLZIUS

Als Herbert Niederfriniger ein Eigenheim für seine Familie bauen wollte, stellte er sich die Frage, wie er eigentlich bauen möchte. Der Naturbursche, aufgewachsen auf einem Bauernhof am Vinschger Sonnenberg, hatte eine Ausbildung als Tischler und Holztechniker absolviert und arbeitete als Förster – seine Leidenschaft für Holz sollte sich natürlich auch in seinem Wohnhaus widerspiegeln.

Er begann zu tüfteln: Praktisch über Nacht entstand die Idee für einen Holzverbindungsknoten, der bis heute der Kern des patentierten holzius Bausystems ist. Diese kleine Idee war es, die Herbert Niederfrinigers Vision möglich machte.

Heute ist das Unternehmen holzius einer der Marktführer im konsequent ökologischen Vollholzhausbau. Immer mehr Menschen haben denselben Traum: Möglichst naturnah, wohngesund und nachhaltig zu bauen und zu wohnen. Holzius übernimmt Verantwortung und leistet einen Beitrag für die Zukunft, hin zu einer nachhaltigeren Bauwirtschaft. Denn auch eine kleine Idee kann dazu Großes beitragen.

HOLZIUS: DIE NATUR ALS VORBILD

Holzius steht für Bauen mit Vollholz in seiner natürlichsten Form. Von der Natur inspiriert, hat das Unternehmen ein leim- und metallfreies Vollholz-Bausystem entwickelt, welches sowohl höchsten baubiologischen Standards als auch den technischen Leistungsanforderungen des modernen Bauens gerecht wird. Der Kern der patentierten holzius Bauart ist eine Gratleiste mit Kanten in Schwalbenschwanzform, wobei uralte handwerkliche Techniken neu kombiniert werden. Dadurch ermöglicht holzius leim- und metallfreies Bauen in garantierter Formstabilität und dauerhafter Luftdichtheit. Auf Grund dieser technischen Eigenschaften ist holzius vermehrt im mehrgeschossigen Holzbau tätig. Zahlreiche bereits umgesetzte Projekte im Tourismus und Objektbau bezeugen die hohen Qualitäten bei kurzen Montagezeiten. Für die holzius Vollholzelemente wird ausschließlich der nachwachsende Rohstoff Holz aus nachhaltig bewirtschafteten, PEFC-zertifizierten Wäldern verwendet. Durch den Verzicht auf Leim und Metall sind die Vollholzelemente sortenrein und können somit bei ordnungsgemäßer Verwendung zu 100% zurückgebaut und in den Stoffkreislauf eingeführt werden. Dies bezeugt die 2022 erhaltene Auszeichnung Cradle to Cradle Certified™ Gold.



Wellness und Wohlbefinden beginnt mit einem guten Schlaf. Deshalb wurde auf die Ausstattung der Zimmer besonderer Wert gelegt und für die Errichtung des Hotels kam ausschließlich heimisches Holz zum Einsatz. Lärche, Zirbe und Fichte sorgen für ein ideales Wohnklima, das heimelig und ansprechend ist. Die Forschung hat gezeigt: Zirbenholz (Arve) senkt nachweislich die Herzfrequenz und trägt so zu einem besonders erholsamen Schlaf bei. Das Holz der Lärche wirkt stressmindernd und ausgleichend.

„Und wenn es einen Ort gäbe, wo die Natur nicht nur eine Nebenrolle, sondern eine Hauptrolle einnimmt? Es gibt ihn: **UNSEREN GARTEN.**“

falstaff
WELLNESS & SPA

Empfehlung vom Falstaff Spa-Guide:

„Nach Betreten des Wellnessbereichs oder der üppig grünen Gartenlandschaft mit den vielen lauschigen und versteckten Sitzmöglichkeiten, kann eine wundervolle Ruhe verspürt werden. Eingehüllt wie von einer sanften Decke, ist sie ein Begleiter in eine Auszeit, fern von Stress und Hektik.“



Fürs große Glück braucht es oft nicht viel. Ein feines Plätzchen, etwas Sonne, Zeit und Ruhe! Unser mediterraner Garten steht genau dafür! Einer in sattem Grün und zartem Blau, in Sonnengelb und warmen Erdtönen. Hier gelingt es, Herz und Seele baumeln zu lassen, runter zu kommen, sich gänzlich zu erholen. Beim Sich-Treiben-Lassen im angenehmen Wasser des großen Pools oder beim Sich-Verlieren auf einer der Liegen, am Terrassendeck oder hinten beim Teich, zwischen Sträuchern und Büschen am leichten Hügel oder frei schwebend unter unserer Laubpergola.



*„Worauf denn warten,
auf ins theiner's garten.“*



DAS THEINER'S GARTEN IM DEUTSCHEN FERNSEHEN!

Wir waren im Fernsehen! Ja ganz genau,
der SWR hat bei uns einen Beitrag über nachhaltigen Urlaub gedreht.

Schauen Sie selbst!