





Herzlich willkommen!

Im schönen Naturpark Westhavelland in Rathenow befindet sich auf 5.500 m² unsere wunderschöne Anlage mit Hotel und Saunalandschaft, Yogawelt und Retreatzentrum. Aus Träumen entstanden, ist dies ein Ort des Wohlfühlens.

Unser kleines gemütliches, familiär geführtes Drei-Sterne-Superior Hotel finden Sie direkt an den beiden Radfernwegen "Havelland Radweg" und "Tour Brandenburg".

Ein großzügiger Außenbereich mit Barbecue-Möglichkeit lädt zum Verweilen ein. Sie können aber auch gern in der eigenen angrenzenden Saunalandschaft entspannen oder sich durch eine Massage verwöhnen lassen.

In unseren SAMINA Power Sleeping Rooms mit Schrägbetten schlafen Sie im wahrsten Sinne des Wortes wie Gott in Frankreich.

Wenn Sie mit dem Zug ankommen, holen und bringen wir Sie gern zum Rathenower Bahnhof. Für Ihr e-Auto stehen zwei Ladesäulen zur Verfügung.

Kommen Sie ins Havelland und genießen Sie unsere Gastfreundschaft!



Urland voller Freude und Genuss.



Die Reise des Lebens...

ist voller Überraschungen – betrachten, erwägen, einer Eingebung folgen...
Daher war unser Wunsch, einen Ort der Entspannung, der Kommunikation und des Wohlfühlens zu schaffen, klein und gemütlich. <u>Natürlich sollte er sein, liebev</u>oll und einen Hauch von Gelöstheit versprühen.

Unser Anliegen ist es, Ihnen mit herzlicher Freundlichkeit und liebevoller Betreuung Gelegenheit zu bieten, in familiärer und natürlicher Atmosphäre vom Alltag aufzuatmen und Energie zu tanken.

Damit stillt dieser kleine Ort die Hoffnung auf die Rückkehr von Licht, Wärme, Ruhe und Entspannung. Stille Minuten innerer Einkehr helfen uns, die Sorgen der Vergangenheit und die Erwartungen an die Zukunft beiseite zu stellen und nur in der Gegenwart zu sein, da, wo wir das Gefühl der Zeit verlieren und in dem Genuss der Langsamkeit aufgehen.

Seien Sie herzlich eingeladen zu einer inspirierenden Entdeckungsreise...

Herzlichst Ilka und Sven Schönberg





| | DAS HOTEL | |
|--|---|----------|
| | Rundum wohlfühlen | 12 – 17 |
| | Zimmer-Kategorien | 18-21 |
| | Frühstück und Abendessen | 22-25 |
| | DAS EXTRA | |
| | Sauna, Wellness | 28-29 |
| | Yoga – Namasté | 30 – 31 |
| | Rund um's Fahrrad | 32-33 |
| | Und abends? | 34-35 |
| | DAS ERLEBNIS | |
| The state of the s | An Land Der Naturpark Westhavelland | 38-39 |
| | Radwege erkunden, die Natur beo | bachten, |
| | ihre Schönheit entdecken | 40-41 |
| | Zu Wasser Die Havel | 42 - 43 |
| | Kanufahren, Angellust ausleben | |
| | In der Luft Der Sternenpark im Westhavelland Sternenhimmel genießen, | 46-47 |
| | ein Ausflug in den Nachthimmel | 48-49 |
| | SONN'IDYLL im Überblick | 50-51 |
| | - A 10 - A | |



Schlafen Sie gut...



Die Innenwände im Hotel wurden überwiegend mit Lehm verputzt. Das Raumklima wird durch den Lehmbaustoff wesentlich beeinflusst. Lehm kann relativ schnell Luftfeuchtigkeit aufnehmen und bei Bedarf wieder abgeben. Dadurch reguliert er die Feuchtigkeit der Raumluft und trägt somit zu einem gesunden Raumklima und erholsamen Schlaf bei.

...schlafen Sie schräg!

Gesund schlafen – kombiniert mit dem SAMINA Power Sleeping System®

SAMINA

Die Schwerkraft ist nicht nur eine Kraft, sie ist auch ein Signal für den ganzen Körper.

Durch eine Ganzkörper-Schräglage von 3,5°-5,5° wird die Schwerkraft wieder ausreichend aktiviert und die gesundheitsfördernden Reize während des Schlafes werden wieder wirksam.

In Kombination mit dem ganzheitlichen SAMINA Power Sleeping
System® ist dies präventiv sehr wertvoll.
Diese Veränderung des Schlafstils
kann sich zudem sehr positiv und
therapieunterstützend auf zahlreiche
Gesundheitsprobleme auswirken.

Wir beraten Sie gern.

Kissen-Menü

Für eine gute und erholsame Nacht haben wir für Sie ein Kissenmenü kreiert, aus dem Sie sich à la carte Ihr Kissen aussuchen können – ganz nach Ihren Schlafgewohnheiten.

Schlafen Sie gut...



Bereits 80%
der Erwachsenen klagen
über schlechten, gestörten
zu kurzen oder nicht mehr
erholsamen Schlaf.

Gesundheitsreport

GUTE NACHT

NEUROnight



Unsere Schlaf – Gesund – Philosophie für Sie

- Optimierte Schlafumgebung mit dem ganzheitlichen SAMINA Power Sleeping Konzept und Schräg-Schlaf Erfahrung, EMF Reduktion, SAMINA Chronolight u.v.m.
- Aktive und entspannende Tagesaktivitäten wie Yoga, Fahrrad fahren, paddeln, schwimmen, saunieren
- Schlaffördernde Ernährung mit entsprechend dienlichen Lebensmitteln
- Unterstützende Abendroutine
 hauseigener Schlafcocktail mit Melatonin, Blaulichtfilterbrillen, kleine Bibliothek auf jedem Zimmer
- Erlebnis Bioenergetischer Schlaf® nach
 Prof. Dr. med. h.c. Günther W. Amann-Jennson
- Schlaf Gesund Beratung und Coaching durch zertifizierte SAMINA Schlaf Gesund Experten
- Schlafmessung, durch unser mobiles
 Schlafmessgerät buchbar

In unserer modernen Zivilisation fühlen sich die Menschen häufig gestresst, erschöpft, oder leiden oft an Schmerzen und Angststörungen. Schlafstörungen nehmen leider epidemieartig zu.

Erfahren und erleben Sie bei uns mehr über den gesunden bioenergetischen Schlaf®. Tanken Sie neue Energie für mehr Lebensfreude und Lebensqualität.



Für Ihr besonderes Wohlfühlerlebnis haben wir Ihr Zimmer mit einem Stück Natur ausgestattet, in Form von herrlich duftenden und wohltuenden Zirbenprodukten.

Für eine besonders angenehme Atmosphäre im Raum und eine verbesserte Schlafqualität sorgen diese Zirbenprodukte:

ein **Zirben-Klimakissen**, gefüllt mit handgehobelten Zirbenholzrosen und einem Zirben-Propolis Herzstück (Harz) mit ätherischen Ölen von Zirbe und Johanniskraut,

ein **Zirbenwürfel** mit 100% reinem, biologisch hergestelltem Zirbenöl, ein **Zirbenrahmen mit -spänen** auf dem Zimmerschrank.

Ein besonderes Geschmackserlebnis: Die **Zirbenkugel** auf der Wasser-

> karaffe in Ihrem Zimmer bereichert das Wasser mit angenehmem Duft und Geschmack.



Die Zirbe wirkt!

Die Zirbe gehört zur Gattung der Kiefern und ist in den westlichen Innenalpen auf 1.400 bis ca. 2.500 Meter Seehöhe verbreitet.

Eine wissenschaftliche Studie des Joanneum Research Institutes weist nach, dass sich die Zirbe positiv auf den menschlichen Organismus auswirkt und allgemeines Wohlbefinden erzeugt. So werden beim Schlaf in einem Zirbenzimmer sowohl die Regenerationszeit des Körpers, als auch der Herzschlag um bis zu 3.500 Schläge pro Tag reduziert. Dies entspricht einer Ersparnis von einer Stunde Herzarbeit pro Tag!

Zudem wirkt die Zirbe im Gegensatz zu anderen Holzarten antibakteriell.

Im Vergleich zu den Hölzern Ahorn, Buche oder Pappel konnten
auf dem Zirbenholz praktisch keine lebensfähigen Bakterien
nachgewiesen werden. Auch zahlreiche andere positive
Eigenschaften der Zirbe konnten in dieser Studie
nachgewiesen werden.



So sieht Gemütlichkeit in ihrer schönsten Form aus!
Alle Zimmer sind geschmackvoll und
besonders liebevoll eingerichtet.

Das Bad ist ausgestattet mit:

Dusche, Fön, Kosmetikspiegel und

Handtuchheizkörper

Für Ihr Wohlbefinden bieten wir Ihnen im Zimmer neben unserem revitalisierenden Schlafsystem: einen großen Flat-TV, einen Schreibtisch und einen Safe, einen Wasserkocher mit einer Teeauswahl

Doppelzimmer







18 m²

Geräumiges Doppelzimmer

auf Wunsch mit eigener Dachterrasse





Comfort Doppelzimmer separater Wohn- und Schlafbereich







95 m²

Suite 2 Schlafzimmer, großzügiger Essbereich,

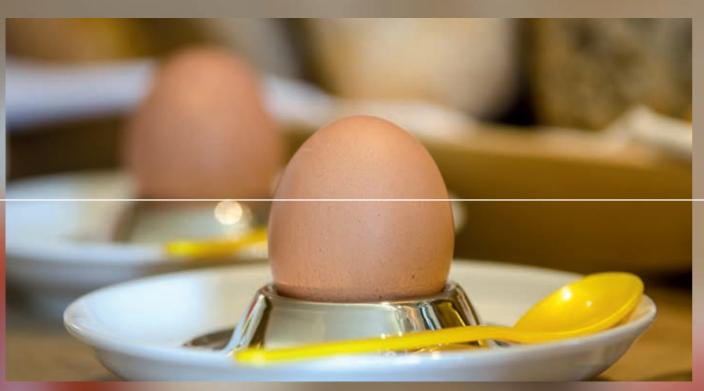
Einbauküche mit Kochfeldern, Kühlschrank, Mikrowelle, Kaffeemaschine













Frühstück & Abendessen

Besser als mit einem gesunden und vollwertigen Frühstück kann der Tag nicht beginnen.

Lassen Sie sich von uns verwöhnen. Am Abend bieten wir Ihnen selbst zubereitete kleine Speisen. Dazu servieren wir Ihnen Weine von ausgewählten Weingütern.

Für ein exklusives à la carte Essen fahren wir Sie selbstverständlich kostenfrei zu einem der nahe gelegenen Restaurants.





Urlaub ist wie jeden Tag Sonntag:

Sie haben Zeit für ein ganz gemütliches Frühstück. Bei uns können Sie sich an einem Frühstücksbuffet bedienen, welches keine Wünsche offen lassen soll.

Frisches Brot und knusprige Brötchen, Eier in verschiedenen Varianten – bei uns finden Sie alles, was dem Körper Energie und Nährstoffe liefert.
Mit unserer Flockenquetsche bereiten Sie Ihr Müsli aus dem vollen Haferkorn selbst zu und erhalten so Energie und Vitalstoffe pur.

Unsere Frühstücksexperten bedienen Sie gerne, wenn Sie statt eines normalen Kaffees einen Latte Macchiato oder Cappuccino wünschen. Gern bereiten wir Ihnen auch ein Lunchpaket zum Mitnehmen zu.

Unser Gastraum oder der Hofgarten laden Sie herzlich zum Abendessen ein. Hier erwarten Sie frisch zubereitete kleine Gaumenfreuden. Das Weingut Zwölberich liefert uns erlesene Weine in Bio-Qualität. Sollten Sie lieber einen Cocktail wünschen, können wir ihnen auch hier eine leckere Auswahl anbieten.

Unser gut ausgerüsteter Barbecue Platz auf der Terrasse ist eine willkommene Abwechslung für einen angenehmen Abend. Egal ob Sie selbst grillen oder den Service eines Grillmeisters in Anspruch nehmen möchten.



Sauna, Wellness

Direkt am Hotel befindet sich unsere hauseigene, öffentliche Saunalandschaft mit Schwimmteich und vielen Ruhemöglichkeiten. Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Öffnungszeiten.

Genießen Sie bei uns die Möglichkeit einfach mal zu entspannen, weitab von Hektik und Stress. Wir bieten eine angenehme Atmosphäre um das wohltuende Zusammenspiel von Wärme, Duft, Farben und Wasser mit der Seele zu erspüren und wieder Kraft und Energie zu tanken.

Denn das Wohlbefinden hat einen entscheidenden Einfluss auf unsere Gesundheit.

Die entspannende Wirkung einer Massage, ob zwischen den Saunagängen, oder einfach nur so, ist besonders groß. Nehmen Sie sich die Zeit und lassen Sie sich von uns verwöhnen.

Unseren Hotelgästen gewähren wir bei der Nutzung der Saunalandschaft einen Rabatt auf die Eintrittspreise.



Yoga -Namasté

Ich verbeuge mich vor Dir...

Nutzen Sie Ihren Urlaub um aktiv und achtsam durch das Praktizieren von Yoga zu innerer Ruhe zu finden und Flexibilität und Kraft Ihres Körpers zu stärken.

Egal zu welcher Tageszeit – kreieren Sie sich Ihr individuelles Yogaevent. Wie wäre es mit einem Tagesausklang mit sanftem Dehnen, nach einer Wanderung oder Radtour? Oder starten Sie in den Tag mit kräftigendem Mobilisieren aller Muskeln und Gelenke. Beides hat seinen eigenen Charme.

Wir bieten Ihnen Yoga allein, zu zweit oder in der Gruppe. Profitieren Sie von diesem einzigartigen Übungssystem unter professioneller Anleitung.

Egal ob Anfänger oder fortgeschritten, bei unseren Yogalehrern sind Sie bestens aufgehoben.



Rund um's Fahrrad

Lust auf eine Fahrradtour?

Wir haben die passenden Räder und das Kartenmaterial dafür. Tourenräder, Kinderräder, E-Bikes, Anhänger, Kindersitz, Helme, GPS Geräte, Videokamera für Helm und

Im Havelland haben wir ein sehr gut ausgebautes Radwegenetz. Direkt am Hotel führen zwei Radfernwege vorbei.

Für den Tagesausflug gibt es individuelle Tourenvorschläge, lassen Sie sich von uns beraten.

Ihre eigenen Fahrräder können Sie gesichert und trocken bei uns unterstellen. Für kleine Reparaturen Lenkrad für das eigene Urlaubsvideo. haben wir Ersatzteile und Werkzeug vor Ort. Bei unverhofften Pannen bieten wir Ihnen mit unserem Holund Bringedienst einen Rundum-Service.

Apropos Service:

Unsere Gäste haben die Möglichkeit, kostenfrei Wäsche zu waschen und zu trocknen.



Und abends?

Ganz ehrlich, gibt es etwas Schöneres **Ein einzigartiges Erlebnis** als unbeschwert den Tag ausklingen zu lassen? In unserem liebevoll angelegten Hofgarten verwöhnen wir Sie gern mit einem Cocktail oder anderen leckeren Getränken. Lassen Sie die Seele baumeln – wir kümmern uns um Ihr Wohlbefinden.

Abend am hauseigenen Grillplatz. Gern reichen wir Ihnen verschiedene Salate, eingelegte Steaks, Würstchen und Gemüse, einen Brotkorb, Butter und Dipp. Ein kühles Bier und andere Getränke warten am eingerichteten Grillplatz auf Sie. Auf Wunsch können Sie auch gern unseren Grillplatz selbst nutzen.

erwartet Sie bei einem 1-stündigen Rundflug um Rathenow in den Sonnenuntergang. Ein traumhafter Blick von oben, der Sie begeistern wird.

Unvergesslich auch ein romantischer Ausflug in den **nächtlichen** Mal etwas anderes: Ein gemütlicher Sternenhimmel im nahegelegenen Naturpark Westhavelland. Wir bieten verschiedene individuelle Touren in den Sternenpark an.

an Land

Zu Wasser

In der Luft

Das Erlebnis

Naturerlebnis pur. Nahe gelegen am Naturpark Westhavelland, können Sie bei uns ursprüngliche Landschaft erfahren.

Ob romantische Abende im Sternenmeer
des 1. Sternenpark Deutschlands,
entspannte Kanutouren auf der Havel oder
aktive Fahrradausflüge – entlang der gut ausgebauten Radwege
können Naturliebhaber sich an einem wahren Paradies
der Pflanzen- und Tierwelt erfreuen.

Der Naturpark Westhavelland

Vögel, Biber, Fischotter u.v.m. – ein Naturerlebnis der besonderen Art bietet der Naturpark Westhavelland.

In diesem einmaligen Naturraum leben rund 1.000 vom Aussterben bedrohte Tier- und Pflanzenarten. Der Naturpark ist mit 1.315 km² Fläche der größte in Brandenburg. Charakteristisch sind die weiten Niederungen mit Feucht- und Nasswiesen. Hier befindet sich das größte zusammenhängende Feuchtgebiet im westlichen Mitteleuropa.

Die Lebensader ist die Havel. Im Jahr 2005 hat hier an der Unteren Havel eines der größten europäischen Renaturierungsprojekte begonnen. Träger ist der Naturschutzbund Deutschland (NABU). Die Havel ist Lebensraum für Biber, Fischotter und seltene Fischarten. Im Frühjahr und Herbst bevölkern tausende Gänse und Schwäne, Kraniche, Enten und Schnepfenvögel die Niederungsgebiete. Zahlreiche Greifvögel wie See- und Fischadler kommen hinzu. Besonders bemerkenswert ist das Vorkommen der geschützten Großtrappe im Havelländischen Luch, die sich am besten im Frühjahr zur Zeit ihrer eindrucksvollen Balz beobachten lässt.

Mit seinem Gewässerreichtum eignet sich der Naturpark zum Radfahren, Baden, Wandern und für den Wassertourismus. Genießen Sie die Ruhe. Zur Vogelbeobachtung stehen mehrere Aussichtstürme zur Verfügung. Erleben Sie den Naturpark vielleicht auch auf einer Tour mit einem Natur- und Landschaftsführer. Entdecken und erleben Sie endlos weite Wiesen und Felder, ausgedehnte Mischwaldgebiete und die atemberaubende Ursprünglichkeit der unteren Havelniederung.



Radwege erkunden, die Natur beobachten, ihre Schönheit entdecken...

Radfahren im Havelland verspricht aktive Erholung. Die Ruhe der Landschaft und der Menschen wird sich auf Sie übertragen.

Das Fahrrad ist die beste Art die Natur zu entdecken. Sie erreichen damit die schönsten Flecken, genießen die frische Luft und haben genug Zeit die Umgebung zu erkunden. Auf zwei Radfernwegen, die direkt am Hotel vorbeiführen, sowie zahlreichen individuellen Rundtouren können Sie die vielfältige Natur mit wechselnder Szenerie genießen.

Der Gülper See ist eines der bedeutendsten Durchzugs-, Rast- und Überwinterungsgebiete für Vögel im mitteleuropäischen Binnenland. Besonders spektakulär ist der Durchzug der Kraniche und Gänse im Herbst und Frühjahr. Alljährlich von Anfang April bis Ende Mai lockt ein besonderes Schauspiel Vogelbegeisterte in das Havelland: die eindrucksvolle Balz der Großtrappen. Fast einzigartig in Deutschland, lassen sich diese vom Aussterben bedrohten Tiere beobachten.

Aber auch der Biber und Fischotter sind im Naturpark Westhavelland zu Hause. Mit etwas Glück lassen sich diese besonderen Tiere auf unseren geführten Touren beobachten.









weitverzweigter Fluss mit unverwechselbarer Landschaft

Brandenburg ist das wasserreichste Bundesland in Deutschland.

Hier im westlichen Havelland können Sie auf eine **Boots- oder Kanutour** inmitten einer intakten Natur gehen.

Die Untere Havelniederung ist das größte zusammenhängende Feuchtgebiet im Binnenland des westlichen Mitteleuropas und Teil des Naturparks Westhavelland. Mal breit und gradlinig, mal schmal und kurvenreich durchzieht die Havel gemächlich das Revier.

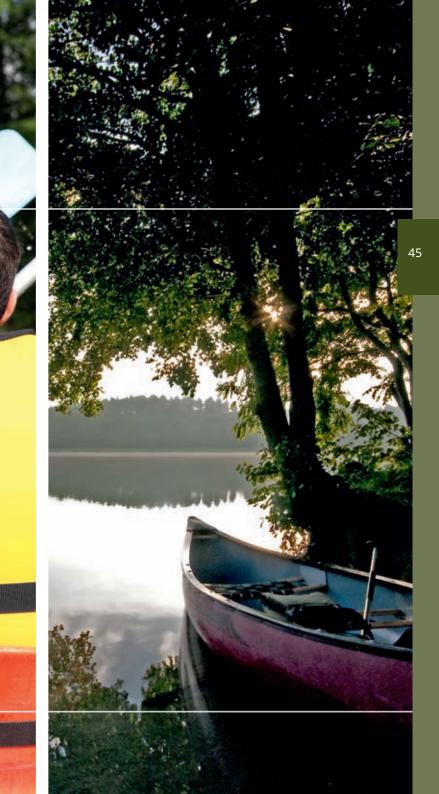
Ein Paradies nicht nur für die vielen tausend Wildgänse und Kraniche, die hier im Herbst Rast machen, sondern auch für Menschen, die gerne auf dem Wasser unterwegs sind und dabei die Schönheit der Langsamkeit

und Ruhe entdecken möchten. Biber und Fischotter sind hier ebenso zu Hause wie eine bemerkenswerte Vielfalt an Fischen, Insekten und Pflanzen. Sumpfige Wiesen, rauschende Schilfwälder, weite Blicke und viel Ruhe kennzeichnen dieses in weiten Teilen kaum besiedelte Revier.

Ob **Paddelromantik** oder **Angelleidenschaft** – hier können Sie eine beeindruckende Flusslandschaft in ihrer Ursprünglichkeit genießen.

Stille deine Sehnsucht!

Mit dem Kanu oder Motorboot – Flussromantik pur erlebt man auf der Unteren Havelniederung. Biber, Fischotter und Silberreiher lassen sich auf und an der Havel mit seinen schmalen Flussarmen entdecken. Das "Blaue Band der Havel"
bietet dem Freizeitangler mit der
Havel und den Havelseen sowie
den Kanälen und Erdlöchern
hervorragende Möglichkeiten, um
seiner Angelleidenschaft ausgiebig
nachzugehen. Der wohl bekannteste
und kulinarisch begehrteste Fisch
im Angelrevier Havelland ist der
Havelzander. Aber Sie finden zudem
noch viele weitere Arten wie Aal,
Barsch, Hecht und Plötze, die mit etwas
Glück an Ihren Angelhaken beißen.



Der Sternenpark im Westhavelland

In der modernen Gesellschaft wird viel künstliches Licht erzeugt, das den Himmel aufhellt und dadurch schwache Sterne, kosmische Gasnebel und die Milchstraße verschleiert.

Das Westhavelland ist eine der wenigen Regionen Deutschlands, die noch einen natürlichen Nachthimmel haben. Das nur 70 km von Berlin entfernt liegende Gebiet ist dünn besiedelt. Hier ist nur eine geringe künstliche Beleuchtung erlaubt und das ermöglicht einen ungetrübten Blick in den spektakulären Nachthimmel. Die Beobachtung der Sterne gilt als eine der ältesten Wissenschaften der Menschheitsgeschichte.

Derzeit gibt es weltweit um die 50 klassifizierte Lichtschutzgebiete, an denen sich Hobbyastronomen auf besonders sternenreiche Nächte freuen dürfen. Die Region im Westhavelland wurde im Februar von der International Dark Sky Association (IDA) 2014 als Deutschlands erster Sternenpark anerkannt. Astronomen treffen sich hier regelmäßig und es werden spezielle Führungen angeboten.

Der Sternenpark umfasst den gesamten Naturpark mit seinen 1.315 Quadratkilometern und ist in Kernzone, Pufferzone und Außenzone unterteilt. Ziel des Sternenparks ist es, dafür zu sorgen, dass künftig verantwortungsvoll und bewusst mit künstlichem Licht zum Schutz der Nacht, der Gesundheit des Menschen und des Lebensraumes nachtaktiver Tiere umgegangen wird.

Demzufolge sind die Nächte hier so ursprünglich dunkel erlebbar wie nur noch in wenigen Regionen Europas. Tausende Sterne funkeln am Firmament, Sternennebel sind mit bloßem Auge erkennbar und das weiße Band der Milchstraße zieht sich über den gesamten Himmel.



Sternenhimmel genießen ein Ausflug in den Nachthimmel

Bei uns haben Sie beste Bedingungen um Sterne zu beobachten. Erleben Sie die Schönheit eines ungetrübten natürlichen Sternenhimmels in perfekter Dunkelheit.

Lassen Sie sich zur Einstimmung von den magischen Farben der untergehenden Sonne in den Bann ziehen. die Faszination am Himmelszelt auf eigene Faust oder nutzen Sie eines unserer bestehenden Arrangements.

Nachterlebnis unterm Sternenhimmel

Sie liegen bequem und eingekuschelt auf einer beheizbaren Doppelliege in unserem einzigartigen Sternenhänger und bestaunen nicht nur die Milchstraße über Ihnen.







