

*Deutschland*

# EIN ORT, AN DEM RUHE ZUR SCHÖNSTEN REISE WIRD



Wer nach echter Entschleunigung sucht, findet sie im Park am See – Nattika Ayurveda. Eingebettet in die stille Natur des historischen Schlossparks von Alt Rehse und direkt am Ufer des Tollensesees gelegen, wirkt dieses besondere Retreat wie eine Einladung, den Alltag einfach hinter sich zu lassen. Hier verschmelzen die jahrtausendealten Lehren des Ayurveda mit der sanften Landschaft der Mecklenburgischen Seenplatte – eine Kombination, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringt.

Die Zimmer und Suiten liegen in charman-ten, reetgedeckten Häusern, umgeben von Gärten und alten Bäumen. Warme Naturmaterialien, ruhige Farben und viel Licht schaffen eine Atmosphäre, die sofort entschleunigt. Jede Unterkunft ist bewusst reduziert gestaltet, damit sich der Blick wieder auf das Wesentliche richtet: Ruhe, Natur und innere Balance. Von der Terrasse aus schweift der Blick über den Park, während die Stille des Sees fast meditativ wirkt.

Der Aufenthalt folgt einem sanften Rhythmus aus Ayurveda, Bewegung und Genuss. Nach einer persönlichen Konsultation entwickeln erfahrene Ayurveda-Ärzte ein individuelles Programm aus Massagen, Ölanwendungen und Detox-Ritualen. Yoga- und Meditationsstunden im lichtdurchfluteten Yogahaus bringen neue Energie, während Spaziergänge durch den Park oder entlang des Sees das Gefühl von Weite verstärken.



Hier beginnt Erholung mit einem tiefen Atemzug und endet mit neuer Lebensenergie.

Kulinarisch wird Ayurveda im Restaurant „Anadi“ zu einem Erlebnis für alle Sinne. Die vegetarische Küche orientiert sich an den individuellen Doshas der Gäste und nutzt frische, saisonale Zutaten. Sanft gewürzte Gerichte, warme Kräutertees und bewusst komponierte Menüs unterstützen die Heilwirkung der Anwendungen und schenken zugleich neue Leichtigkeit.

Auch die Wellnesswelt lädt dazu ein, tiefer loszulassen. Ayurveda-Behandlungen, Dampfbäder und ruhige Saunen am See verbinden traditionelle Heilkunst mit moderner Entspannung. Zwischendurch locken kleine Rituale wie Teezeremonien, Ayurveda-Kochkurse oder stille Stunden am Wasser.

So wird Park am See – Nattika Ayurveda zu einem Ort, an dem Luxus nicht laut ist, sondern in der Stille liegt. Eine Reise, die weniger nach außen führt – und umso mehr nach innen.



RETREAT PARK AM SEE NATTIKA | [WWW.PARKAMSEENATTIKA.COM](http://WWW.PARKAMSEENATTIKA.COM)