PRESSE-MITTEILUNG

**Dorf am See – Seehotel Niedernberg:  
Fitness mit Seeblick:   
Fresh Air Gym am See und Dorf-Yoga-Wochenenden**

**Niedernberg, Mai 2019.** Das Dorf am See – Seehotel Niedernberg bei Aschaffenburg setzt ganz auf Wellness, Erholung, Beauty und Fitness. Unter dem Motto „Licht, Luft und Lust auf Bewegung“ findet ab sofort und immer samstags ein Fresh Air Gym am See statt. Unter fachkundiger Anleitung werden die fünf Säulen des Fitnesstrainings – Koordination, Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit – im Rahmen eines Open-Air-Trainingsprogramms miteinander kombiniert. „Das ist nicht nur effektiv und inspirierend, sondern macht in der Gruppe, unter freiem Himmel und am Wasser auch besonders viel Spaß“, so Karina Kull, Direktorin im Dorf am See. „Künftig werden wir unser Outdoor-Programm noch weiter ausbauen und beispielsweise auch Yoga-Kurse am See auf Stunden- oder Tagesbasis sowie Arrangements mit Übernachtung anbieten.“ Das rund 90-minütige Fresh Air Gym im Dorf am See beginnt immer samstags um 10.30 Uhr, es eignet sich sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene und kostet 25 Euro pro Person. Um vorherige Anmeldung unter 06028-999-0, per E-Mail an [info@seehotel-niedernberg.de](mailto:info@seehotel-niedernberg.de) oder online unter [www.seehotel-niedernberg.de/arrangements-fresh-air-gym](https://www.seehotel-niedernberg.de/arrangements-fresh-air-gym) wird gebeten. Wer sich nach dem Training stärken möchte, kann im Anschluss das Frühstücksbuffet mit Vitalecke im Restaurant „Rivage“ zum Sonderpreis von 20 Euro genießen.

**Dorf-Yoga-Wochenenden mit Wellness, Massagen und Kulinarik**Auch um Körper, Geist und Seele wieder in Einklang zu bringen, bietet das Dorf am See beste Voraussetzungen: Bei den dreitägigen Dorf-Yoga-Wochenenden (24.-26. Mai, 26.-28. Juli, 1.-3. November 2019) stehen nicht nur Yoga (vier Einheiten mit einer professionellen Yoga-Lehrerin), sondern auch Wellness, Massagen, Kulinarik und Spaziergänge in unberührter Natur rund um den See im Fokus. Neben zwei Übernachtungen inklusive Vitalfrühstück und abendlichem Vier-Gänge-Menü oder Buffet beinhaltet das Programm unter anderem auch den freien Zugang zum Wellnessbereich und Beach-Club. Preis pro Person im Doppelzimmer: ab 329 Euro. Weitere Informationen unter [www.seehotel-niedernberg.de/arrangements-yoga-am-see](https://www.seehotel-niedernberg.de/arrangements-yoga-am-see).

**Ein Wellness-Tag im Dorf am See – die ideale Ergänzung zum Gym**Ein Wellness-Tag im frisch renovierten Day-Spa ist die ideale Ergänzung zum Fresh Air Gym am See. Er verfügt über einen beheizten Innen- und Außenpool, Saunabereich, Wärmeraum und Infrarotkabine, Warmwasser-Massage-Außenpool, Blockhaussauna unter freiem Himmel, Außen-Whirlpool mit Seeblick, „Fitnesshäuschen“ sowie den Beauty- und Massagebereich „vitalOase“. Der Tagespreis inklusive Vital-Mittagessen und freiem Zutritt zum Beach-Club mit Sandstrand beginnt bei 69 Euro. Weitere Informationen unter [www.seehotel-niedernberg.de/wellness](https://www.seehotel-niedernberg.de/wellness).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Etwa eine halbe Autostunde südöstlich von Frankfurt am Main, an einem See zwischen Aschaffenburg und Miltenberg, liegt das* ***Dorf am See – Seehotel Niedernberg****. In sieben architektonisch individuell gestalteten Gästehäusern sind 80 Zimmer und Suiten, meist mit Seeblick, untergebracht. Unter dem Motto „Franken schaut gen Süden“ wird im Restaurant „Rivage“ mit seinem kleinen Ableger „Don Giovanni“ eine gehobene, fränkisch verwurzelte und mediterran inspirierte Küche serviert. 13 Tageslicht-Veranstaltungsräume von 22 bis 150 Quadratmeter und ausgestattet mit moderner Technik stehen zur Verfügung. Darüber hinaus bietet das Dorf am See für private und geschäftliche Feierlichkeiten oder Events weitere Räumlichkeiten mit individuellem Charakter an, die vom großen Wintergarten „Orangerie“ über den Panoramasaal „Seeblick“ und das rustikale Blockhaus bis hin zum Bootshaus auf der hoteleigenen Insel reichen. Während der Sommermonate hat der „BeachClub“ mit Sandstrand und Bootshaus geöffnet. Ganzjährig finden zahlreiche Events statt, die auf individuelle Bedürfnisse hin maßgeschneidert werden können. Für Entspannung und Erholung sorgt die „vitalOase“ mit Wellness-Bereich, Beauty-Anwendungen, Hallenbad, kleiner Saunalandschaft, beheiztem Außenpool und Blocksauna.*

**Bildmaterial:** Die Pressemitteilung sowie Bildmaterial sind unter <https://max-pr.eu/archives/16896> abrufbar.

**Adresse:** Seehotel Niedernberg, Leerweg, 63843 Niedernberg, Telefon 0 60 28-999-0, Fax: 0 60 28-999-22 22, E-Mail: [info@seehotel-niedernberg.de](mailto:info@seehotel-niedernberg.de), Internet: [www.seehotel-niedernberg.de](http://www.seehotel-niedernberg.de/)

**Pressekontakt**: max.PR, Sabine Dächert, Am Riedfeld 10, D-82229 Seefeld, Telefon: +49-(0)89 52-9 17 44 16, E-Mail: [daechert@max-pr.eu](mailto:daechert@max-pr.eu), Internet: [www.max-pr.eu](http://www.max-pr.eu/)