

# LIVING AT HOME

*Ich liebe mein Zuhause!*

## SPARGEL

—  
Rezepte für  
unser Lieblings-  
gemüse

Für Garten & Terrasse:  
die schönsten Outdoor-  
Möbel und Leuchten  
für lauschige Abende

**FERIEN & NATUR**  
Erholung  
im Wald, am See  
oder in den Bergen

# Kreativ den Tisch decken Ein Fest für Freunde

LIEBEVOLL EINLADEN • LÄSSIG DEKORIEREN • UNKOMPLIZIERT KOCHEN

## GUT ERHOLT?

Mehrere Kurzreisen fühlen sich oft erholender an als ein großer Jahresurlaub, fanden Forscher der Universität Tampere heraus. Nach acht Tagen hatten die meisten Probanden den Stress hinter sich gelassen.



WEIL DIE BEWEGUNGEN IM YOGA LANGSAM SIND, VERLIEREN DIE TIERE SCHNELL IHRE SCHEU



## Tierisch gutes Yoga

Ob das Alpaka vielleicht mitüben möchte? In Pfronten im Allgäu jedenfalls machen Yogis ihre Asanas auch mal unter den neugierigen Blicken tierischer Zuschauer (ab ca. 39 Euro) oder in der Stille der Berge. Lust auf mehr frische Luft? Es gibt auch geführte E-Bike-Touren sowie Kreativkurse, [pfronten.de](http://pfronten.de)

LAUTER ZIMMER-UNIKATE: EINGERICHTET SIND SIE IM INDUSTRIE-LOOK UND MIT VIELEN ALTEN MATERIALIEN

## Direkt am Wald

Draußen breitet sich der Nationalpark Harz aus, drinnen behagliche Gemütlichkeit. Im „The Hearts Hotel“ in Braunlage bilden Sichtbeton und Estrichböden mit Geweihen, Holz und warmen Farben reizvolle Kontraste. Das Restaurant achtet mit fester Quote auf Regionalität. Und von der Fass-Sauna öffnet sich der Blick ins Tal. Ab ca. 100 Euro für zwei Pers. ohne Frühstück, [theheartshotel.com](http://theheartshotel.com)

