

»  
**PERFEKTER KÖNNTE DAS WOCHENENDE  
 IN DEN BERGEN NICHT ENDEN. INHALE.  
 EXHALE.**  
 «



veau. Unter der Woche ist geschlossen. Das nennt man dann wohl eine perfekte Work-Life-Balance. Und auch im **Hotel Post** → in Bezau, wo ich die zweite Nacht verbringe, strahlen alle so viel Ruhe aus. Bevor ich Montag früh den Weg zurück in einen turbulenten Alltag antrete, gönne ich mir eine Runde Qigong auf der sonnenbeschienenen Terrasse und im Spa ein kleines Treatment. Perfekter könnte das Wochenende in den Bergen nicht enden. Inhale. Exhale. Mir geht's gut. •



TIPPS

**Restauranttipps  
 aus der Region**

**Hotel Post Bezau** →

*Stefan Jazbec kocht ausgezeichnete regionale und gesunde Gerichte aus besten Zutaten auf hohem Niveau. Auch die vegetarischen Menüs sind sehr empfehlenswert.*

**Gasthof Krone in Hittisau** →

*Innovative Vorarlberger Jahreszeitenküche, bodenständig und doch modern, vor allem aber beständig köstlich.*

**Adler Grossdorf** →

*Sonntagsgasthaus mit wechselnden Gastköchen. Wirtin Irma Renner sorgt dafür, dass man sich hier pudelwohl fühlt, das Essen ist immer ein großer Genuss.*

**Hotel Bären Mellau** →

*Sensationell kreatives Frühstücksbuffet von 8-11 Uhr im super gemütlichen Café & Deli, nachmittags selbst gebackene Kuchen und der beste Cappuccino im Bregenzer Wald.*



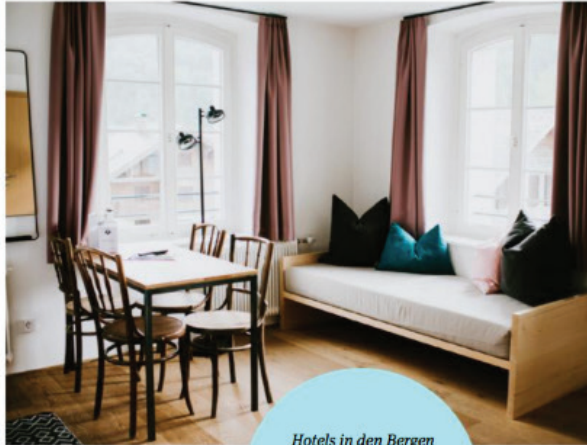
Über die Autorin

**SOPHIA SCHILLIK**

*Sophia Schillik (SSCH) schreibt seit vielen Jahren als Journalistin und Foodexpertin über Genussthemen, entwickelt, realisiert und fotografiert Rezepte und bereist privat und beruflich die Welt. Ihre Liebe zu Artischocken geht so weit, dass sie sich die köstliche Distel auf ihren linken Arm tätowieren ließ.*



EVERY BREATH YOU TAKE



*Hotels in den Bergen müssen nicht nach typischer „Alm“ aussehen, wie das Hotel Bären in Mellau beweist.*



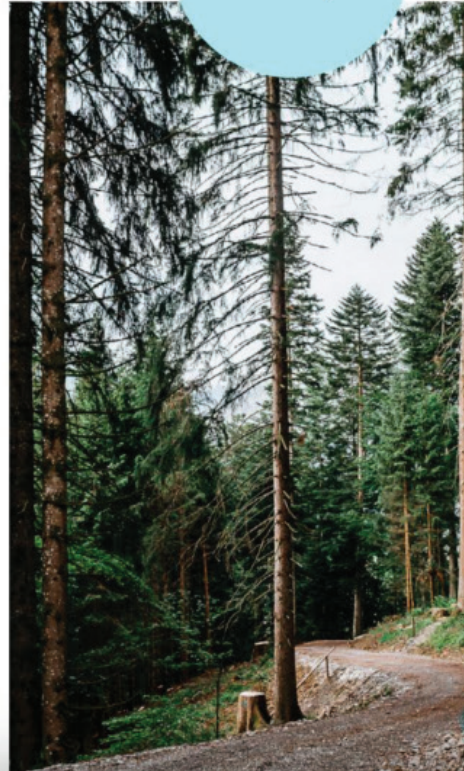
AUSGABE 13

184

DURCHATMEN



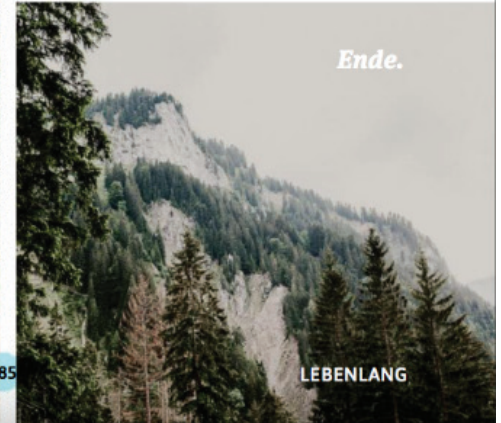
*Perfekt für eine Auszeit: Die frische Bergluft und das idyllische Panorama tun der Seele gut.*



185



Ende.



LEBENLANG