



Das Natur- und Wellnesshotel Höflehner ist Gault&Millau Longevity- und Wellnesshotel des Jahres und positioniert sich ab sofort als ganzjährige Alpine-Longevity-Destination!

Mit dem Titel „Longevity- und Wellnesshotel des Jahres 2026“, wurde das Natur- und Wellness Hotel Höflehner in Haus im Ennstal vom renommierten Gault&Millau Guide ausgezeichnet.

Breaking News

Im feierlichen Rahmen des Wiener Palais Coburg wurden am 1. Oktober die Preisträger des Gault&Millau-Hotelguide 2026 ausgezeichnet. In diesem zeigt sich der Trend zum gesunden Leben. Aus Wellness wird Longevity – und dieses Konzept wird vom Natur- und Wellnesshotel Höflehner ganzheitlich umgesetzt, was sich sichtlich gelohnt hat. Neben führenden Hoteliers des Landes war auch Tourismusstaatssekretärin Elisabeth Zehetner anwesend, die ihre Bemühungen für bessere Rahmenbedingungen in der Branche skizzierte. Zudem lobte sie den besonderen Geist, der in der heimischen Hotellerie vorherrscht: *„Man fühlt sich herzlich willkommen, das müssen wir nach außen tragen.“*

Das Hotel wurde mit dem Titel „Longevity- und Wellnesshotel des Jahres 2026“ geehrt. Auf 1.117 Metern Seehöhe bietet es einen beeindruckenden Blick auf das Dachstein-Massiv und überzeugt mit einem umfassenden Angebot für Körper und Geist: 5.000 qm Premium Alpin SPA mit großzügiger Saunalandschaft und Luxury Infinity Pool, sowie ein neu eröffnetes Yogahaus für Rückzug und Konzentration. Ergänzt wird das Programm durch maßgeschneiderte Health-Care-Angebote.

Inspiziert von den neuesten Erkenntnissen aus Forschung, Biohacking und Regeneration freuen sich gesundheitsbewusste Gäste vor der traumhaften Ennstaler Bergkulisse auf brandneue und hochwertige ganzjährig stattfindende Longevity-Retreats, ergänzt durch saisonale Schwerpunkte und zubuchbare Bausteine – individuell abgestimmt für eine verbesserte Lebensqualität und ein gesundes, aktives Altern. Mit der Kombination aus professionellen Gesundheitsangeboten und erstklassiger Wellnessinfrastruktur hat das Natur- und Wellnesshotel Höflehner die Jury nachhaltig beeindruckt und überzeugt.

Lebensqualität durch Ganzheitlichkeit

Mit Höflehner Health Care – dem wegweisenden Gesundheitskonzept des Hauses – setzt die Familie Höflehner entscheidende Impulse für eine gesunde Revitalisierung ohne Verzicht während des Urlaubs. Aufbauend auf den vier tragenden Säulen bewusste Ernährung, regelmäßige Bewegung, wohltuende Entspannung und erholsamer Schlaf entsteht ein harmonisches Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele. Im Mittelpunkt steht ein aktiver, gesunder und bewusster Lebensstil, der darauf abzielt, die körperliche und mentale Fitness frühzeitig zu fördern – für mehr Lebensqualität, nachhaltiges Wohlbefinden und ein „better Aging“ voller Vitalität.

Megatrend Longevity – gesundes und bewusstes Älterwerden

Nun wurde das ganzheitliche Konzept um bahnbrechende Retreats und exklusive Anwendungen erweitert. In Vorträgen, Workshops und individuell abgestimmten Trainingseinheiten erhalten Gäste fundiertes, evidenzbasiertes Wissen rund um ganzheitliche Gesundheitsorientierung und moderne Selbstoptimierung. Die Inhalte sind leicht verständlich aufbereitet und lassen sich im Alltag unmittelbar umsetzen. Ergänzt wird das Angebot durch professionelle Coachings zu Ernährung, Schlaf und Regeneration – stets maßgeschneidert auf die persönlichen Bedürfnisse jedes Einzelnen. Die ganzjährig buchbaren Longevity-Pakete laden dazu ein, Gesundheit, Vitalität und Selbstoptimierung nicht nur im Urlaub zu erleben, sondern nachhaltig in den Alltag zu integrieren. Sie verbinden Naturerlebnisse mit wissenschaftlich fundierten Methoden zur Steigerung des Wohlbefindens.

Biohacking-Tools – ideale Rahmenbedingungen für neue Routinen

Mit dem Tool des Biohackings erhalten Gäste praxisnahe Impulse für kleine Veränderungen, die langfristig große Wirkung entfalten. Dabei geht es um die bewusste Kunst, den eigenen Körper besser zu verstehen, und durch gezielte Methoden dauerhaft gesund, leistungsfähig und voller Energie zu bleiben. Die Bergwelt des Ennstals bietet mit unberührter Natur, klarem Quellwasser, frischer Bergluft, natürlicher Bewegung und regionaler Ernährung den perfekten Rahmen. Egal in welchem Lebensabschnitt man sich befindet, nach dem Konzept von Better Aging zu leben unterstützt dabei vitaler und fitter zu bleiben.

Temporäre Themenretreats – eine transformative Reise zu sich selbst

Der Health Care Kalender bietet darüber hinaus saisonale Retreats mit wechselnden Schwerpunkten wie Keto, Protein, Women oder Biohacking, die sich thematisch ergänzen und aufeinander aufbauen. Unter fachkundiger Leitung von Ernährungswissenschaftlerin Mag. Julia Tulipan, MSc und Diätologin Daniela Pfeifer wird unter anderem eine optimierte Ernährungsweise praxisnah vermittelt.

Die Biohacking Days widmen sich speziellen Themen wie Kälte, Hormone, Licht und Atmung, basierend auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen – kompakt, inspirierend und leicht im Alltag anwendbar.

Beim Women Retreat stehen innere Stärke, Achtsamkeit und gelebte Weiblichkeit im Mittelpunkt – begleitet von heilendem Yoga und inspirierenden Ritualen, die die Verbindung zu sich selbst vertiefen. Fachwissen, persönliche Betreuung, Entspannung und Wellness fließen zu einem kraftvollen Gesamtpaket zusammen, das Gäste gestärkt und energiegeladener in den Alltag zurückkehren lässt. Ein weiteres Highlight sind die Protein Powertage, die fundiertes Wissen und praktische Fertigkeiten rund um Muskelaufbau, gesunden Gewichtsverlust und Better Aging vermitteln. Biohacking-Experte Martin Kowalik gibt sein Wissen in einem ganztägigen Workshop am 9. Januar 2026 im Rahmen des Retreats „Recharge Yourself“ weiter. Schritt für Schritt entsteht so ein nachhaltiger Zugang zu einem vitaleren Lebensstil.

Stück für Stück zur gesunden Lebensweise

Wer sich nicht gleich für ein mehrtägiges Retreat entscheiden möchte, hat die Möglichkeit, einzelne Health Care Bausteine flexibel hinzubuchen. Diese sind so konzipiert, dass sie sich über das Jahr hinweg in jeweils 12 Einheiten mit unterschiedlichen Themen aus den jeweiligen Bereichen befassen. Auf diese Weise wird das Wissen Schritt für Schritt vertieft und kontinuierlich erweitert – ein sanfter, aber nachhaltiger Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.

Premium Alpin SPA – ein Ort der Regeneration

Das 5.000 m² große Premium Alpin Spa ist eine Oase für Entspannung und Regeneration: Ein Luxury Infinity Pool, ein Rooftop-Whirlpool mit Panoramablick auf die Ennstaler Berge, das ganzjährig beheizte 25-Meter-Sportbecken, zwölf Saunen und zahlreiche Ruhezonen schaffen ideale Bedingungen für Erholung. Dazu kommen rund 80 exklusive Naturelle Spa-Behandlungen. Eine einzigartige Auswahl aus den Kategorien gesund & natürlich, schön & ästhetisch sowie individuell & beliebt laden dazu ein, den Rest der Welt hinter sich zu lassen. Das inkludierte Aktivprogramm umfasst täglich bis zu zwölf Einheiten – von geführten Wanderungen über Pilates und Aquafit bis hin zu Meditation und Entspannungstechniken.

Ein besonderes architektonisches Highlight ist das 300 m² große Yogahaus mit Panoramablick. Nachhaltig aus Zirbenholz gebaut und mit großzügigen Glasfronten versehen, bietet es eine einzigartige Atmosphäre für vielseitige Yoga- und Meditationseinheiten. Abgerundet wird das Health Care Erlebnis durch die regionale Naturküche des Hauses, die kulinarisch begeistert.

Stetiges Vorausdenken, kontinuierliche Entwicklung und unbändiger Innovationsgeist

Das Natur- und Wellnesshotel Höflehner in der Region Schladming-Dachstein ist bekannt dafür, sich kontinuierlich weiterzuentwickeln und den Bedürfnissen der Zeit voraus zu sein. Mit dem Programm Höflehner Health Care und den brandneuen Longevity-Retreats und -Bausteinen richtet sich das Haus an eine stetig wachsende Zielgruppe, die einen nachhaltigen, gesundheitsorientierten Lebensstil pflegt. Damit positioniert sich das Hotel klar als Vorreiter in der Region und setzt neue Maßstäbe für Urlaub, der nicht nur erholt, sondern dauerhaft stärkt und inspiriert.

Die drei brandneuen, ganzjährig buchbaren Longevity-Pauschalen des Natur- und Wellnesshotel Höflehner auf einen Blick:

Longevity Escape

- 3 Übernachtungen inkl. Gourmetpension
- Mikrobiom-stärkender Willkommens-Shot
- Telefonisches Anamnesegespräch vor Anreise
- Coaching zu Ihrem Wunsch-Thema: Biohacking, Schlafcoaching oder körperliche Fitness (50 min)
- Belebende Kälteanwendung (30 min)
- Individuell abgestimmte Massage (50 min)
- Höflehner Detox-Tee als Geschenk für Zuhause
- Alle Höflehner Inklusivleistungen
- Regionale Naturküche des Hauses

Ab € 867,00 pro Person und Aufenthalt

<https://www.hoeflehner.com/Angebote/Pauschalueberblick/longevity-escape>

Longevity Retreat Extended

- 5 Übernachtungen inkl. Gourmetpension
- Mikrobiom-stärkender Willkommens-Shot
- Telefonisches Anamnesegespräch vor Anreise

- Coaching zu Ihrem Wunschthema: Biohacking, Schlafcoaching oder körperliche Fitness (50 min)
- Belebende Kälteanwendung (30 min)
- Breathwork-Einheit mit Tipps für den Alltag (30 min)
- Detox Körperwickel (60 min)
- Höflehner Detox-Tee als Geschenk für Zuhause
- Alle Höflehner Inklusivleistungen

Ab € 1.250,00 pro Person und Aufenthalt

<https://www.hoeflehner.com/Angebote/Pauschalueberblick/longevity-retreat-extended>

Better Aging – Ihr Beauty-Biohack

- 3 Übernachtungen inkl. Gourmetpension
- QMS Oxygen Gesichtsbehandlung mit Nightkollagenserum & Kollagenshot (90 min)
- Körperwickel mit Straffungseffekt (50 min)
- Spa-Maniküre mit Paraffinbad
- Entspannende Face-Yoga-Einheit inkl. Tipps (30 min)
- QMS-Produkt für Zuhause (Hydrofoam 50 ml)
- Höflehner Detox-Tee als Geschenk für Zuhause
- Alle Höflehner Inklusivleistungen

Ab € 1.250,00 pro Person und Aufenthalt

<https://www.hoeflehner.com/Angebote/Pauschalueberblick/healthcare-beautybiohack>

Das Natur- und Wellnesshotel Höflehner auf einen Blick.

- Kategorie: Vier-Sterne-Superior
- auf 1.117 Meter Seehöhe inmitten der Natur und mit Blick über das Ennstal
- Kapazität: 82 Zimmer, 18 Suiten, 4 Sky Chalets
- Individuell Urlauben in der Premium Eco Lodge & Premium Gumpenlodge Höflehner
- 5.000 m² Premium Alpin SPA, Almsaunadorf mit 12 Saunen, 300 m² Yogahaus uvm.
- Gastronomie am Berg: Knapplhütte, GumpenBAR, Bergschlössl mit einer Gesamtkapazität von 1.000 Sitzplätzen
- Geschäftsführer: Mag. (FH) Gerhard Höflehner

Weitere Informationen

zum Natur- und Wellnesshotel Höflehner****Superior finden Sie im Internet unter www.hoeflehner.com.

Für Rückfragen steht Ihnen M.A.S. Marketing-Consulting unter der Telefonnummer +43 (0) 3112 38585 oder per E-Mail an marketing@andreasajben.com zur Verfügung.

Foto-Link zum Download:

<https://we.tl/t-8vCR7XOjR1>

Fotos:



Auszeichnung Longevity und Wellnesshotel des Jahres @ Höflehner
Vlnr: Karl Hohenlohe, Katrin Höflehner, Gerhard Höflehner, Martina Hohenlohe



Gerhard & Katrin Höflehner @ Höflehner – Harald Steiner



Hotel Höflehner Außenansicht © Höflehner – Harald Steiner



Naturwellness Pool © Höflehner – Heldentheater



Premium Alpin SPA © Höflehner – CMVisuals



Wasserwelt © Höflehner – Rene Strasser



Meditation © Höflehner – Harald Steiner



Aktivprogramm © Höflehner



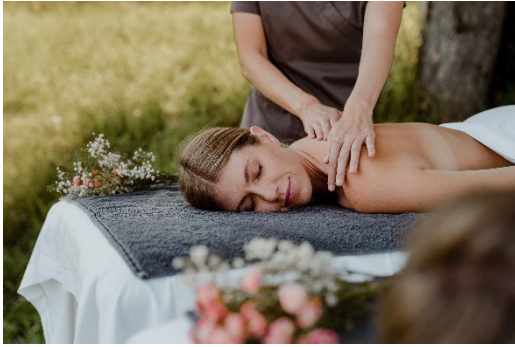
Yogahaus © Höflehner – Harald Steiner



Fitnessstudio © Höflehner – Rene Strasser



Naturwellness © Höflehner – Heldentheater



Spabehandlung © Höflehner – CMVisuals



Better Aging Biohack © Höflehner – Wolfgang Hummer



Naturkulinarik © Höflehner – Rene Strasser



Frühstück © Höflehner – Wolfgang Hummer



Naturküche © Höflehner – Wolfgang Hummer



Naturdesign © Höflehner – Harald Steiner