

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 91 (2013)  
**Heft:** 9

## **Werbung**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 30.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Wohlbefinden im Appenzeller Vorderland



In der Region Heiden-Walzenhausen im Appenzellerland, mit prächtiger Aussicht über den Bodensee, lässt sich gut entspannen! Hier ist das Wohlbefinden zu Hause. Bereits vor über hundert Jahren liessen sich erste Kurgäste von der heilenden Wirkung der Landschaft und der Naturheiltradition überzeugen.

## Erholung im Appenzeller Vorderland.

Das Appenzeller Vorderland entwickelte sich Mitte des 19. Jahrhunderts zu einem Mekka für Kurgäste aller Herren Länder. Heute geht es etwas ruhiger zu und her – die landschaftliche Schönheit und der Erholungsfaktor der Region sind aber auch heute noch dieselben. Zwei Zahnradbahnen erschliessen die steil auf-



steigenden Hügel vom Bodensee und Rheintal her: Eine von Rheineck nach Walzenhausen, eine zweite Bahn führt von Rorschach nach Heiden. Gastfreundliche Hotels mit Aussicht und wohltuende Bäder erwarten die Ankommenden. Auf dem Gesundheitsweg rund um Heiden erfahren Wanderer mehr über die Herkunft und Wirksamkeit der Naturheilkräuter, die im Appenzellerland verarbeitet werden. Während der Wanderung führt der Blick auf das entspannende Bodensee-Panorama und die umliegenden Appenzeller Hügel.

[www.gesundheitsweg.ch](http://www.gesundheitsweg.ch)



## Das Heilbad Unterrechstein garantiert Ferien.

Baden im heißen Wasser gehört zur Appenzeller Gesundheitstradition. Seit über 300 Jahren wird die schwefelhaltige Heilquelle beim heutigen Heilbad Unterrechstein für Badekuren genutzt. Diese Oase der Erholung bietet eine ruhige, persönliche Atmosphäre mitten in der Natur. Ihre Bäderlandschaft überzeugt mit Innen- und Außenbad, Sprudelliegen und Massagedüsen sowie romantischen Erlebnisgrotten. Auf Saunaliebhaber wartet eine stilvolle Anlage mit milder Wärme und sanftem Licht, mit anregenden und beruhigenden Aufgüssen, Aromen und Dämpfen. Die Aussensauna



mit einem grossen Panoramafenster bietet einen Ausblick in die Natur mit dem Saunagarten. Unterrechstein bringt Körper und Seele in Einklang mit einem umfassenden Massage- und Wohlfühlangebot, mit klassischen medizinischen Massagen, Lomi-Lomi, LaStone und reichhaltige Ayurveda-Behandlungen. Schenken Sie Ihrem Körper Energie und Ihrer Seele Harmonie mit einem Aufenthalt im Heilbad Unterrechstein.

[www.heilbad.ch](http://www.heilbad.ch)

## Logieren auf dem Balkon über dem Bodensee.

Das Vier-Sterne Swiss Dreams Hotel Walzenhausen bietet Genuss auf höchstem Niveau. Ein Blick aus dem Hotelfenster vermittelt das Gefühl, auf einem Balkon über dem See zu schweben. Wandern, Nordic Walking und E-Bike-Miete sind vor Ort möglich. Der Appenzeller Witzweg führt direkt am Hotel vorbei und ermöglicht mit Bahn, Bus und Schiff eine fast eintägige Rundreise durchs Appenzellerland. Gourmets lassen sich im von Guide Bleu prämierten Panoramarestaurant «rondomm» verwöhnen und geniessen eine Auswahl der «Weine von Freunden». Diese Kollektion ist durch den persönlichen Kontakt des Sommeliers mit regionalen Weinproduzenten entstanden. Das Wohlfühl- und Vital-Institut des Hotels bietet verschiedene Massagen und Anwendungen an. Im Hotel sind auch rollstuhl-



gängige und behindertengerechte Zimmer verfügbar. Die all-inclusive-Pauschale «Appenzeller Wucheönd», direkt buchbar beim Hotel Walzenhausen, bietet von allem etwas – zu einem unschlagbaren Preis.

[www.hotel-walzenhausen.ch](http://www.hotel-walzenhausen.ch)

Weitere Auskünfte erteilt: Appenzellerland Tourismus AR / CH-9410 Heiden  
Tel. +41 71 898 33 00 / [www.appenzellerland.ch](http://www.appenzellerland.ch) / [info@appenzellerland.ch](mailto:info@appenzellerland.ch)