

A close-up photograph of a person's hand holding a bouquet of bright yellow chrysanthemum flowers. The background is a soft, out-of-focus light blue. A white rectangular box with a thin black border is centered over the flowers, containing the text 'YELLOW — DAYS' in a dark green, sans-serif font.

YELLOW  
—  
DAYS



YELLOW  
—  
DAYS



## Yellow Days In privater Villa im Salzburger Land

Wissen Sie noch, wie sich taufrisches Gras auf nackten Füßen anfühlt? Der Apfel frisch vom Baum schmeckt? Wie hell der Sternenhimmel leuchtet? Wie es sich anfühlt, mit Ihrer ganzen Familie unbesorgt und entspannt im Garten zu sitzen? Den Kindern beim Baumklettern zuzusehen?

Das Forsthaus im Salzburger Land gibt Ihnen alles zurück, was Sie in den letzten Monaten entbehren mussten. Die private Villa mit 1.000 m<sup>2</sup> eigenem Garten bietet Ihnen die Entspannung, die Sie verdienen und die Privatsphäre und Sicherheit, die Sie brauchen. Zu zweit, mit Familie oder Freunden – das Forsthaus hält für all seine Besucher ein Stück heile Welt inmitten dieser herausfordernden Zeit bereit.

Ob Sie einfach nur die Seele baumeln und Ihrem Körper mit dem RINGANA SoFRESH-Verwöhnpaket etwas Gutes tun möchten. Oder den Tag mit Yoga oder Meditation unterm Apfelbaum ausklingen lassen. Ihre Verbundenheit zur Natur bei einer Kräuterwanderung, der Zubereitung selbstgemachter Blumenbutter oder beim Brotbacken mit Kati wiederentdecken. Wenn Sie Ihre innere Balance beim Wandern in der Salzburger Bergwelt oder bei einem ärztlich begleiteten Entschlackungsprogramm vermuten – Ihre Gastgeber Nina und Andy unterstützen Sie bei der individuellen Gestaltung Ihrer ganz persönlichen Yellow Days.

Wundervoll soll es auch für Ihre Kinder werden. Je nach Bedarf spielt, musiziert und tanzt unsere Vera mit Ihren Kleinen. Gemeinsam mit Susi werden sie Spiel und Spaß in der Natur erleben: entdecken, laufen, hüpfen, klettern, sich dabei wieder neu spüren lernen - und Ihnen ein Stück Zweisamkeit ermöglichen.

Eintauchen werden Sie sehr schnell in Ihren Wohlfühl-Urlaub im Forsthaus. Unser Willkommens-Paket mit wertvollen regionalen Produkten für Ihr Urlaubsfrühstück, dem bewährten Gugelhupf nach Opas Rezept und die Flasche Prosecco stehen schon für Sie bereit.

Es gibt sie doch, die heile Welt. Kommen Sie und sehen Sie selbst. Jetzt anfragen.



**Yellow-Days** verstehen sich als individuell buchbare Module für Ihren ganz persönlichen Urlaubsgenuss. Die Preise für die unterschiedlichen Module liegen zwischen EUR 90,- und EUR 150,-. Fragen Sie einfach nach, wir beraten Sie gerne! Wenn Sie für Ihren nächsten Urlaub Ihre persönlichen Yellow-Days bereits im Vorfeld buchen möchten, machen wir Ihnen gerne ein Angebot!

### Modul 1

#### **Brot selber backen**

„Der Duft von frisch gebackenem Brot – das ist Vorfreude pur!“ Kati Österreicher liebt Brot – ganz besonders selbstgebackenes. „Zu wissen, was drinnen ist, ist mir wichtig“, sagt die leidenschaftliche Hobbybäckerin. Ihr Wissen über die wertvollen Inhaltsstoffe, eine schonende Art der Zubereitung und ihre Tipps für schmackhaftes als auch gesundes Brot wird Kati an Sie beim gemeinsamen Brotbacken und natürlich (Vor)freuen auf das duftende Ergebnis weitergeben.

Dauer Einheit: mind. 2,5 Stunden

### Modul 2

#### **Yoga und Meditation**

Den Körper wieder spüren, Geist und Körper in Einklang bringen und sich ganz wohlfühlen, das möchte Theresa Ihnen in ihren Yogaeinheiten bieten. Mit Meditation, ausgewählten Körperhaltungen (Asanas) und Atemübungen verhilft sie ihren Teilnehmern zu einer besonderen Auszeit aus dem Alltag. „Yoga schenkt mir Energie und Freude“, schwärmt die begeisterte Yogalehrerin. In ihren Yoga Flow Einheiten möchte sie genau das auch ihren Teilnehmern mitgeben.

Debsi, Mella und Bianca

Dauer Einheit: 1 – 2 Stunden

### Modul 3

#### **Kräuterwanderung und Blumenbutter herstellen**

Sie wachsen am Wegrand, unter Hecken oder auf Wiesen. Was für den Unwissenden einfaches Grün ist, sind für Heidi Köstlichkeiten. Sie kennt das einzigartige Aroma des Spitzwegerich, die wertvollen Inhaltsstoffe der Brunnenkresse oder den säuerlich herben Geschmack des Gänsefingerkrauts. Mit Ihnen gemeinsam wird sich Heidi auf die Suche nach diesen Kostbarkeiten der Natur begeben, um im Anschluss eine wunderschöne Blumenbutter zuzubereiten. Damit wird Ihr Frühstücksbrot nicht nur geschmacklich, sondern auch optisch einen bleibenden Eindruck hinterlassen.

Dauer Einheit: ca. 3 Stunden

### Modul 4

#### **Sport und Spiel in der Natur**

für  
KINDER

Über Baumstämme balancieren, barfuß durchs Flussbett gehen, Klimmzüge am Baum machen, über Hecken springen .. wann haben Ihre Kinder das zum letzten Mal genossen? Die erfahrene Kindersporttrainerin Susi erkennt in jedem Ast ein Trainingsgerät und auf jeder Wiese einen Übungsplatz. Koordination, Gleichgewicht und Beweglichkeit wird sie so mit Spaß und Kreativität trainieren. Je nach Alter, Voraussetzungen und Interesse kreiert Susi ein individuelles Programm für Ihre Lieblinge. So viel Spaß hatten Ihre Kinder in der Natur schon lange nicht mehr.

Susi und Tanja

Dauer Einheit: 2 – 3 Stunden



## Modul 5

### Akupunktur und Entschlackung mit ärztlicher Begleitung

Seine Patienten schätzen seinen ganzheitlichen Ansatz, sein breites Wissen über die Traditionelle Chinesische Medizin und seine jahrelange Erfahrung. Dr. Mario Herzog ist Allgemeinmediziner, der den Blick über die Grenzen der herkömmlichen Schulmedizin nicht scheut, sondern bewusst anwendet. Auf Ihren Wunsch begleitet er Sie und Ihr Wohlfühlprogramm im Forsthaus mit Akupunktur, Heilkräutern oder Diätetik.

Dauer Einheit: ca. 2 Stunden

## Modul 6

### Fotoshooting

Kein Urlaubsfoto von der ganzen Familie? Das wird Ihnen in diesem Urlaub nicht passieren. Während Ihres Aufenthaltes wird die erfolgreiche Fotografin Doris Wild Ihr Stück heile Welt im Forsthaus in Golling einfangen und dafür sorgen, dass Ihnen dieser Urlaub ganz sicher in Erinnerung bleibt.

Dauer ca. 1

## Modul 7

### RINGANA SoFRESH-Verwöhnpaket

Frischekosmetik. Dafür steht das österreichische Unternehmen RINGANA. RINGANA baut auf die Wirksamkeit hochpotenter Wirkstoffe aus der Natur. Künstliche Konservierungsstoffe oder genetisch veränderte Grundprodukte bleiben den Hautpflegeprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln von RINGANA fern. Mit dem Verwöhnpaket, das als Willkommensgeschenk für Sie bereitsteht, können Sie RINGANA selbst testen: vom beliebten Zahnöl, über die Hautpflegeprodukte und der Sonnencreme ohne chemische Zusatzstoffe bis zum RINGANAchi, dem Wachmacher mit Ingwer oder RINGANAISI, dem Entschleunigungsdrink. Wie Sie diese Produkte perfekt in Ihr Wohlfühlprogramm einbauen können, darüber informiert sie unsere Kati.

Kathi und Theresa

## Modul 8

### Finest Saxophone Music live

Buchen Sie „gentle sax“. Als leidenschaftlicher Musiker sorgt Willi Streb bei Business Events und Privatveranstaltungen für die perfekte Stimmung. Beides bringt er auf Wunsch auch in Ihren Urlaub.

Dauer der Einheit: ab 1 Stunde

### Gollinger Frühstückskörperl

+

Selbstgemachte Marmelade, Bio Honig aus Golling, ein Herzerlbrot von unserer Kati, zubereitet aus feinstem Getreide der Lerchenmühle, Milch, Käse und Eier vom Bauernhof und frisches Gemüse vom Gollinger Bioladen – das Gollinger Frühstückskörperl zeigt die Naturverbundenheit unserer Region und lässt Sie kulinarisch in das Salzburger Landleben und Ihren Urlaub eintauchen.