

## WELLNESS OP DE HOTELKAMER

Het eenvoudige maar elegante interieur van vijfsterrenhotel The Oitavos aan de Atlantische kust – niet ver van Lissabon – is met zijn velden vol wilde bloemen helemaal afgestemd op de omringende natuur. Moderne beeldende kunst en schilderijen van Portugese artiesten geven dit hotel een kunstzinnige touch. Maar er is meer, want er is een prachtige spa én... spabehandelingen zijn ook op de kamer mogelijk. Proberen? Combineer een citytrip Lissabon met een verblijf in dit resort. Tap Portugal vliegt driemaal daags op Lissabon.

[www.theoitavos.com/spa](http://www.theoitavos.com/spa),  
[www.visitlisboa.com](http://www.visitlisboa.com)  
en [www.flytap.com](http://www.flytap.com)



*Vijfsterrenhotel met  
een kunstzinnige touch*



## SAUNA IN DE SNEEUW

Hotel Herang Tunet van het Nederlandse echtpaar Marco en Marie-José Robeerst ligt in het dorpje Heggenes in Noorwegen. Het hotel heeft een saunahuisje, dat privé is af te huren. Mijn reisgenoten en ik maken daar graag gebruik van tijdens ons verblijf. Als we 's middags terugkomen van het skiën, hebben Marco en Marie-José de ingang van de sauna al sneeuwvrij gemaakt en het vuur opgestookt. We gieten dennengeur – rozemarijn of eucalyptus kan ook – op de gloeiende kooltjes en dan is het zweeten. Als de hitte ondraaglijk wordt, gooien we de deur open. Lachend maken we een buiklanding in de sneeuw, terwijl de buitenthermometer min 20°C aanwijst... Na afloop voelen we ons heerlijk rozig en genieten we van thee met honing in de bar. Ook in de zomer is het *fun*. Dan is er de hottub. Deze ligt verzonken in het terras met zicht op het bos. Casa Foresta organiseert actieve reizen naar Herang Tunet.

[www.herangtunet.com](http://www.herangtunet.com)  
en [www.casaforest.nl](http://www.casaforest.nl)

Aan een tropisch  
strand of in de sneeuw:  
er gaat niets boven  
échte privacy in de spa



*Weldadige  
warmte in de  
koude winter*



## BEACH VILLA'S OP KOH SAMUI

Kamalaya is een holistisch resort dat wereldwijd hoog staat aangeschreven, niet alleen vanwege de *wellness sanctuary*, maar ook vanwege de biologische keuken. Ik volg het detox-programma en dat betekent zo'n drie massages per dag en alleen kiezen uit de vegagerechten op het menu, maar die smaken heerlijk! In dit slim ontworpen resort, dat gebouwd is boven op een heilige rots, biedt elk huisje complete priva-

cy. Mijn huisje ligt direct aan zee en elke ochtend wandel ik langs de vloedlijn. Het water in deze ongerepte baai is zo ondiep dat er geen watersporters kunnen komen. Nóg meer privacy bieden de Beach Villas. Deze liggen een eind verderop aan dezelfde baai. De villa's hebben elk hun eigen zonneterras en ligbedden. Twee villa's hebben een privézwembad. Puur & Kuur regelt je complete reis naar Kamalaya. [www.kamalaya.com](http://www.kamalaya.com) en [www.puurenkuur.com](http://www.puurenkuur.com)