



## FEEL GOOD

«Dare to be good to yourself»: Dies ist nicht nur eine allgemeine Aufforderung, der wir alle mehr Beachtung schenken dürfen, sondern auch der Name des Bootcamps von Quintessence. Das einwöchige Sport- und Wellness-Programm findet in Courchevel, einer der schönsten Regionen Frankreichs, statt. Neben dem abwechslungsreichen Bewegungsprogramm – von Cardio-Training über Aquabiking bis hin zu Pilates – stehen den Gästen die Räumlichkeiten zweier luxuriöser Chalets zur Verfügung. Während des Aufenthalts wird man von einem Team aus Sportexperten begleitet und dank verschiedenen Gastsprechern auf Themen wie Ernährung und Achtsamkeit sensibilisiert. Also: Nutzen Sie den Sommer dazu, sich selbst etwas Gutes zu tun.

[www.quintessence-retreats.com](http://www.quintessence-retreats.com)

## SEIFEN- BLASEN

Delfina Delettrez lässt ihren surrealistischen Fantasien freien Lauf und erinnert sich mit der neuen Kollektion an ihre glückliche Kindheit. In den einfachen und frischen Schmuckstücken lässt sich ein Lächeln, eine Metapher der Vergangenheit erkennen.

[www.delfinadelettrez.com](http://www.delfinadelettrez.com)



## FOKUS AUF... IBIZA

Ideal gelegen in der Bucht von Talamanca, erinnert das Nobu Hotel Ibiza Bay (1.) an das neue GQ der Isla Blanca. Das Wohlbefinden steht im Mittelpunkt des nur ein paar Schritte vom Stadtzentrum Ibizas entfernten Gypset-Hotels. Auf dem Programm stehen morgendliche Sessions mit Yoga und Meditation auf dem sonnigen Dach, Pflegeanwendungen im Spa Six Senses und im Salon John Frieda sowie Workshops der Star-Experten in Reiki und Ayurveda. Nicht zu vergessen die schmackhaften Gerichte im Café Celicioso, einem glutenfreien Restaurant, in dem man gesunde Säfte und leichte, mit Superfood angereicherte Salate degustieren kann. Für das Shopping auf der Glamour-Insel kehren wir mit Campos de Ibiza (3.) zurück zu den Anfängen. Das Label von Aurélie Kahn fängt in seinen Parfüms und Pflegeprodukten aus lokalen Blumen und Früchten den Duft nach Ferien ein. Nicht weniger pflanzlich sind die Espadrilles von Gemma Serra Vila, der Gründerin von Ball Pagès (2.). Sie werden von Hand aus einer zu hundert Prozent natürlichen Pita-Faser gewebt.



2.

1.



3.