

HOLISTIC WELLNESS: IN COSA CONSISTE?

Astrid Fleischmann e la pratica dello sport per l'anima (pagina 6),
il nuovo concetto di spa messo a punto da Claudio Massa (pagina 11),
i benefici olistici del massaggio (pagina 13),
in che modo un trattamento cosmetico tocca l'anima (pagina 14),
cosa fa il Lindenhof per corpo, mente e anima (da pagina 15).



UOMINI PER OGNI SITUAZIONE

Chi li chiama, ha un problema, e rimane stupito dalla velocità con cui i sei uomini del team tecnico lo risolvono. “Quando un'azienda installa qualcosa di nuovo nell'hotel, la tempestiamo di domande finché non sappiamo esattamente come funziona”, afferma il responsabile Michal Arvay, poiché: “Agli ospiti non piace aspettare l'arrivo di esperti da chissà dove”.

Nella versione online di SUITE è possibile scoprire tutto quello che avviene dietro alle quinte del Lindenhof e non solo...

www.lindenhof.it/blog

ALTRI TEMI

- 04 IL DUOTORIAL**
Chiara e Joachim Nischler si confrontano sulla nozione di Pure Luxury
- 18 IL CAPO, IL GOLF E LA TRANQUILLITÀ**
Joachim Nischler sulla sua (quasi nuova) passione: il golf
- 20 L'IMPORTANTE È SENTIRE BENE**
Saeid Mojiri inizia la sua formazione come massaggiatore da ipovedente
- 33 LARGO A BIMBI E BIMBE**
Tutto quello che offre il Lindenhof ai suoi giovanissimi ospiti
- 32 È ANCORA IN ERBA**
Il Lindenhof si sviluppa in modo sostenibile, traendo molta ispirazione da Emma Nischler
- 36 FORZA QUATTRO**
Un hotel che si reinventa quattro volte l'anno
- 36 OFFERTE SPECIALI**
Le settimane speciali del 2024 sono incentrate sull'olismo
- 42 RACCONTO DI UN OSPITE**

EDITORIALE

Editore:

Famiglia Nischler,
Lindenhof Pure Luxury & Spa Resort, Naturno
www.lindenhof.it, Tel. 0039 0473 666242

Direzione generale responsabile:

Chiara Nischler

Redazione: Trudi Matzneller, Maria Pichler,
Bettina Alber, Chiara Nischler

Progettazione: Beda Pflieger

Foto di copertina: Heldentheater

Foto: Heldentheater (18), Emma Nischler (17),
private Fotos Baumgartenhof (3) und
Kartheingut (3), Steffen Jahn (1)

Riproduzione: Günther Piltz

Stampa: Lanarepro

Spedizione: G.A.S. Salzburg



“PURE LUXURY, SANTO CIELO, ORA SÌ CHE L’HA CAPITO”



*JOACHIM (54) E CHIARA (29) NISCHLER
OSSERVANO IL LORO MONDO DALL'ALTO.
LA VISTA DAL MONTE SOLE SUL
LINDENHOF A NATURNO (ALTO ADIGE)
RISVEGLIA SENSAZIONI SPECIALI.
IN ENTRAMBI.*

Joachim: Mostrami un luogo che è bello come questo.

Chiara: Non te lo posso mostrare perché non mi hai mai lasciato girare tutto il mondo.

Joachim: Però non è necessario farlo. Guardati intorno.

Chiara: L'Alto Adige non è che una parte di mondo.

Joachim: Se senti il parere dei nostri ospiti, ci invidiano tutti. Qui, abbiamo qualcosa di unico: le montagne, temperature miti e uno stile di vita un po' tedesco e un po' italiano.

Chiara: Con prezzi immobiliari come quelli di Milano.

Joachim: Certo. Perché tutte le persone che vengono qui una volta, non vogliono più tornare a casa. Perché vorrebbero rimanere qui per sempre. Solo tu ultimamente sei sempre con l'indice sul mappamondo.

Chiara: Perché io...

Joachim: Perché consideri normale un luogo che in altre persone accende un'intensa sensazione di felicità. Mamma mia: mi sveglio quasi ogni mattina con il bel tempo e, se non dovessi anche lavorare, potrei decidere se giocare a golf, fare un giro in bicicletta o un'escursione, cimentarmi in un'arrampicata, fare una passeggiata o gironzolare per Merano o Bolzano...

Chiara: ... oppure tenere conferenze e riunioni con il personale al Lindenhof.

Joachim: Mi piace pure quello.

Chiara: Anche a me. Altrimenti me ne sarei già andata via.

Joachim: Via, via. Perché dici sempre che vuoi andartene?

Chiara: Non è vero, non lo dico sempre. Sto solo pensando da una settimana...

Joachim: Ti ricordi quando due anni fa pensavamo cosa servisse al Lindenhof, il nostro hotel che offre i più alti standard nel cuore del Parco naturale del Gruppo di Tessa?

Chiara: È in quel momento che è nato il concetto di Pure Luxury. Ci siamo detti che potevamo offrire ai nostri ospiti un paesaggio naturale unico che soddisfa i più alti standard. E vogliamo continuare su questa strada: soddisfare i requisiti più elevati, ma in armonia con la natura.

Joachim: Pure Luxury. Non l'ho capito subito.

Chiara: Non subito... una descrizione calzante per un processo che hai impiegato settimane a comprendere.

Joachim: E pensare che è così semplice: "pure" significa autentico, genuino, naturale, con i piedi per terra, e a questo si affianca il lusso, un lusso naturale. Un lusso autentico, genuino.

Chiara: Santo cielo, ora sì che l'ha capito. Proponiamo il Pure Luxury nei nostri piatti con prodotti locali e senza fronzoli, nell'ArtSPA con trattamenti naturali, nelle camere e suite rispettando l'ambiente e pure nei servizi, sfoggiando la nostra rinomata accoglienza e cordialità.

Joachim: Ma tu cosa cerchi quando ogni sera parli di altre destinazioni di questo mondo?

Chiara: Cavoli, papi, sto solo cercando dove andare in vacanza per sei giorni o vuoi che prenoti anch'io al Lindenhof?

5

DA QUALE PUNTO DEL LINDENHOF SI GODE UNA VISTA MAGNIFICA?

1

Nella sauna con gettate di vapore, durante i rituali di Claudio.

2

Un piano più in alto, dalla piscina per nudisti, da dove è possibile ammirare Castel Naturno nel Parco naturale del Gruppo di Tessa.

3

Sulla terrazza accanto al bar, mentre si gusta la prima colazione si può scorgere chi si azzarda a scalare la montagna così presto al mattino. Qui, lo sguardo spazia sulla Val Venosta con il "falso Cervino" e sulla Punta di Lasa.

4

Nelle sere d'estate durante la cena al castello: certo, si dovrebbero avere occhi solo per la propria dolce metà, ma è anche possibile guardare insieme il cielo stellato.

5

Oppure nella camera Luna di miele o Sud: qui si può spostare il letto sul balcone e contemplare la natura tutto il giorno o dormire fuori la notte.



UNA VACANZA PER RISCOPRIRE SÉ STESSI



La “gioia di vivere” non campeggia solo sul suo biglietto da visita; infatti, Astrid Fleischmann è l’incarnazione della gioia di vivere. E trasmette la stessa sensazione agli ospiti durante i “walk-talk” (conversazioni a passeggio) al Lindenhof.

Il tuo lavoro è così vario e stimolante! Come sei giunta a una tale ampia gamma di attività e cosa ti ha motivata?

Il mio percorso è iniziato dopo un evento personale che mi ha profondamente segnato, la perdita di mio marito nel 2009. Questo momento molto duro della mia vita, caratterizzato da un dolore intensamente vissuto, mi ha spinto a riflettere sui miei schemi di pensiero e sulle mie emozioni. Mi sono resa conto che molti dei miei modelli comportamentali e meccanismi di difesa provenivano dalla mia infanzia e mi impedivano di vivere una vita appagante.

Come hai poi iniziato ad aiutare altre persone nel loro percorso verso l'equilibrio emotivo e mentale?

Per prima cosa ho iniziato il mio percorso di sviluppo personale. Ho completato diversi percorsi formativi, tra cui quello per diventare consulente professionista, che mi permette di accompagnare le persone nei loro processi di trasformazione. Ho capito l'importanza della responsabilità personale e della cura di sé per condurre una vita felice. Ora, voglio aiutare le altre persone a riconoscere le proprie esigenze e a lasciare andare i fastidiosi modelli di credenze infantili. Accompagno le persone nel loro viaggio alla scoperta di sé e, in qualità di fonte di ispirazione, le sostengo nella ricerca di nuovi modi per apportare cambiamenti nella loro vita.

Al Lindenhof offri dei "walk-talk". Passeggiare e parlare: in cosa consiste concretamente?

I "walk-talk" sono passeggiate con più stazioni dove si fondono conversazioni, movimento e tecniche creative che permettono agli ospiti di rallentare. Offro coaching individuale o di coppia. Si prendono in considerazione importanti problemi della vita e ci si orienta verso la soluzione. Inolt-



"Non si tratta di stravolgere tutta la vita, ma è necessario concedersi attimi di respiro per la scoperta del proprio sé".

re, il movimento favorisce il flusso di pensieri. Senza poi dimenticare che la natura fornisce la consapevolezza necessaria poiché ci spostiamo con tutti i nostri sensi. Passeggiare in mezzo alla natura, immergersi in dialoghi profondi e impiegare tecniche creative è un'ottima occasione per trovare l'equilibrio emotivo.

Quali esercizi o attività si svolgono durante queste passeggiate?

Durante un "walk-talk" propongo vari esercizi e attività mirate a esplorare le proprie emozioni e a comprendere meglio sé stessi. Ad esempio, mi piace iniziare con un esercizio in cui gli ospiti partecipanti ascoltano sé stessi e identificano i propri sentimenti attuali. Successivamente, utilizziamo esercizi di scrittura per esprimere e riflettere su questi sentimenti, oppure lavoriamo con oggetti,

immagini della natura o di forza e pratichiamo esercizi dello sport per l'anima: SeelenSport®.

Ci sono temi o sfide particolari su cui ti concentri?

Tratto molti argomenti relativi alla vita e alla salute emotiva durante i walk-talk. Tra questi figurano l'elaborazione della perdita e del dolore, il riconoscimento e il superamento delle convinzioni che ci ostacolano fin dall'infanzia e la ricerca di chiarezza nelle decisioni sulla propria vita. Presto particolare attenzione alla gestione delle emozioni, come la rabbia, che spesso viene repressa, anche se svolge un ruolo importante nell'ambito della salute emotiva.

Cosa vorresti trasmettere alle persone che prendono parte ai tuoi "walk-talk"?

Astrid Fleischmann è molto impegnata, ma le piace trovare il tempo per i walk-talk.



Voglio avvicinare le persone a comprendere l'importanza della cura di sé e dell'auto-riflessione. È fondamentale acquisire la consapevolezza di ciò che si desidera veramente nella vita e di ciò che ci impedisce di raggiungere i nostri obiettivi. Lasciando andare i vecchi modelli di comportamento dell'infanzia, accettando i nostri sentimenti e adoperando le nostre risorse, possiamo condurre vite più soddisfacenti e, di conseguenza, più felici.

Alcuni ospiti ora potrebbero chiedersi se lo sviluppo personale e l'auto-riflessione siano adatti anche per una vacanza...

Eccome! In vacanza si ha la giusta distanza dalla vita di tutti i giorni ed è possibile ascoltarsi meglio che in situazioni stressanti. Naturalmente, non è necessario prendere alcuna decisione durante le vacanze. In sostanza, si tratta di riuscire a cogliere i propri impulsi, fermarsi, percepire e riflettere. Quando si unisce la testa all'istinto, questi si incontrano nel cuore, dove si possono trovare le risposte.



Astrid Fleischmann
Consulente professionista
da 2 anni al Lindenhof

Quando incontriamo Astrid Fleischmann per l'intervista, la prima cosa che ci dice è che non fa terapia a nessuno. Seduta di fronte a noi c'è una donna sicura di sé, eloquente e con un carisma che ti fa sentire subito come se potessi liberarti da ogni peso sullo stomaco. E non c'è da stupirsi poiché è una consulente professionista qualificata, coach SeelenSport® e consulente del dolore. Quando le domandiamo quale sia la sua professione, risponde: "Bella domanda!" perché lei è molte cose, ma soprattutto curiosa.



LA NOSTRA RICETTA PER UNA VITA QUOTIDIANA SANA

Ecco l'uomo dietro il nuovo concetto di spa: Claudio Massa. Durante l'intervista descrive quello che gli ospiti ottengono da un "Lindenhof olistico".



Claudio Massa
Maestro di sauna
da 5 anni al Lindenhof

I miei spettacoli di gettate di vapore durano 12 minuti, ma la loro preparazione richiede diversi mesi. Mi piace trarre ispirazione da film o notizie, come ad esempio per il mio spettacolo a tema Batman, con il quale ho vinto il titolo di campione italiano di aufguss. Una volta trovato un tema, scelgo la musica e lavoro sugli effetti sonori e luminosi. Poi preparo i costumi, che devono essere adatti a un cambio veloce. Al momento, ho 6-7 diversi spettacoli di gettate di vapore in programma.

Cosa significa olistico?

Il termine "totalità" descrive meglio ciò che intendiamo per "olistico". È sempre stato strano per me parlare dei tre ambiti: fitness, bellezza e sauna, mi sembra limitativo. Facciamo un esempio: il mal di schiena, che potrebbe insorgere da un movimento sbagliato. Un massaggio lo migliora e due massaggi ancora di più. Dopo una settimana, però, il dolore torna a farsi sentire. Pertanto, occorre una soluzione per tutta la vita. Da dove scaturisce il problema? Può essere utile cambiare sedia, avere meno stress oppure una muscolatura più forte? C'è forse bisogno di una combinazione di yoga, meditazione e mental coaching?

Come è nato questo nuovo approccio?

Io e la famiglia Nischler abbiamo concepito insieme questa idea. Come responsabile della sauna ho capito che così non funzionava. Un maestro di sauna deve sapere come agisce un massaggio e non deve rimanere confinato nel suo "campo", perché sono aspetti collegati tra di loro. Con la nuova grande area ora ho la visione d'insieme per offrire ai nostri ospiti una soluzione ai loro problemi quotidiani, anche se molte persone non vogliono nemmeno pensarci durante le vacanze.

Come può funzionare allora?

Le persone a volte si comportano come se fossero in un campo di addestramento in vacanza, prenotando dieci trattamenti o trascorrendo un'intera giornata in sauna. Tuttavia, non pensano di coniugarli insieme. Vogliamo quindi mostrare loro come possono migliorare la loro vita con consigli concreti e quotidiani e incoraggiarle a provare cose nuove, come ad esempio una seduta di sauna dopo la palestra.



Gli ospiti partecipano?

Ovviamente non funziona per tutti. Molte persone vengono solo per una sauna o solo per un massaggio e “basta così”: è comprensibile e va bene. Tuttavia, il nostro obiettivo è che il Lindenhof venga ricordato dai suoi ospiti non solo come il miglior indirizzo per le vacanze, ma anche come luogo dove ricevere e portare via con sé piccoli consigli per la vita di tutti i giorni. Deve essere come una torta così buona che ne chiedi la ricetta, e ogni volta che la prepari a casa, ti deve venire automaticamente in mente il Lindenhof. Deve essere così anche per i nostri suggerimenti sulla meditazione e i rituali.

Ma è davvero così?

In effetti, gli ospiti li accolgono e li mettono in pratica a casa. Trovare un professionista in grado di spiegarlo e dimostrarlo è davvero prezioso. Se diventa troppo complicato o troppo esoterico, molte persone rinunciano, quindi tendiamo a essere molto concreti. A casa è necessaria pazienza, poiché gli effetti non sempre si avvertono e si vedono rapidamente. Ma quando gli ospiti tornano e descrivono la nostra nuova area come fantastica, sono soddisfatto del nostro lavoro. ■

“LE PERSONE SI RILASSANO MOLTO DI PIÙ QUANDO SONO FELICI. ECCO PERCHÉ VOGLIO RACCONTARE STORIE DIVERTENTI CON LE GETTATE DI VAPORE.”

Aristotele infatti sosteneva:

“Il tutto è più della somma delle singole parti”. Pertanto, il benessere olistico si occupa della persona nella sua interezza. È un concetto di benessere che fa sentire bene a 360 gradi. ➤

Massaggi // Stefanie Gorfer

“Un massaggio non deve solo rilassare il corpo, ma deve anche essere un balsamo per l’anima”.



Stefanie Gorfer,
Estetista e massaggiatrice
da 13 anni al Lindenhof

Una cliente ha prenotato il massaggio Back Power. La vado a chiamare nella sala d’aspetto e nella cabina oscurata chiariamo prima quali sono i suoi disturbi. A volte ha mal di schiena, ma non ha allergie; quindi, non ci sono restrizioni sulla scelta di oli e unguenti. Per il rituale iniziale spruzzo un profumo per ambienti, in questo caso alla lavanda per favorire il rilassamento. Prima di iniziare il trattamento, spiego il processo alla cliente e faccio partire la musica rilassante. Comincio con un massaggio manuale e noto come pian

piano la cliente si rilassa. Poi utilizzo il “rullo caldo” per aumentare il flusso sanguigno al tessuto muscolare e prepararlo per la coppettazione. Appoggio la coppetta sulla pelle e la passo sulla schiena. Posso capire dalla reazione della cliente se l’intensità è giusta, ma preferisco chiederlo sempre. Successivamente, rimuovo le scorie dalla pelle con un impacco caldo e applico una pomata all’arnica e all’iperico. Alla cliente piacciono le campane tibetane, quindi suono un colpo sul metallo e la lascio riposare un po’.

Trattamenti di bellezza // Annalena Waldboth

“Qual è il momento che preferisco del mio lavoro? Quando gli ospiti si guardano allo specchio dopo il trattamento viso, sorridono e dicono “wow”.



Annalena Waldboth
Estetista e
massaggiatrice
da 2 anni al
Lindenhof

_____ Mi piace molto fare trattamenti per il viso perché l'effetto prima e dopo è particolarmente visibile, come nel caso del Supreme Ultrasonic Facial Lift, un trattamento viso con ultrasuoni del Team Dr. Joseph. Il trattamento combina rilassamento profondo e trattamento intensivo. Inizio con un massaggio linfostimolante e poi tratto viso e décolleté con impacchi di vapore tiepidi. Detergo la pelle e applico il peeling agli enzimi o agli acidi

della frutta con un pennello. Successivamente, applico il gel da contatto e inizio il trattamento a ultrasuoni. Dopo una maschera alle alghe verdi, segue un secondo passaggio con il dispositivo a ultrasuoni, durante il quale viene infuso un siero nella pelle. Dopo il trattamento finale arriva il momento che più aspetto: dare in mano lo specchio all'ospite. Di solito, in quel momento non è solo la pelle a risplendere, ma tutto il viso!





Christian Pirpamer
Istruttore di fitness
da 16 anni al Lindenhof



Fitness // Christian Pirpamer

“Per quanto mi riguarda, il cibo è la migliore motivazione per torturarmi durante l’allenamento. Ho un pensiero fisso: il buffet dei dolci”.

Quando le persone vengono da me per un allenamento, voglio motivarle a spingersi oltre i propri limiti. Ovviamente, prima capisco il livello di preparazione e adatto l’allenamento per trovare il mix ideale di forza e resistenza. Ma rendo le mie sessioni di allenamento il più intense possibile. Un allenamento non deve essere particolarmente lungo, anzi: è infatti possibile ottenere di più con un allenamento breve ma intenso anziché con uno lungo e rilassato. Non importa se si tratta di allenamenti in gruppo o individuali, mi alleno sempre con loro, anche durante il mio allenamento più duro, l’allenamento a circuito. Sul mini trampolino bellicon® infine tutti raggiungono i propri limiti. Quindi, è necessaria una motivazione aggiuntiva oltre alla musica ad alto volume: il pensiero sul grande buffet dei dolci al Lindenhof, che funziona sempre a meraviglia. E quando dopo l’allenamento mi dicono che raramente si sono allenate così intensamente prima, allora ci meritiamo davvero una dolce ricompensa.



Yoga // Monika Pedross

“Lo yoga è un modo bellissimo per osservarsi e rafforzare il proprio corpo”.

Qual è la posizione yoga che preferisco? È una domanda difficile, perché ce ne sono così tante. Pratico e insegno diversi stili di yoga e, quindi, posture molto diverse. Nell’Hatha Yoga, ad esempio, l’attenzione è posta sugli esercizi di rafforzamento combinati con la respirazione consapevole. Nello Yin Yoga, invece, si predilige la flessibilità mantenendo le posture per lunghi periodi, mentre nel Vinyasa Yoga, le posture sono collegate attraverso transizioni fluide. Una postura che mi piace molto fare è il cigno che dorme. È molto variabile e quindi fattibile per la maggior parte delle persone. Permette inoltre di allungare i flessori dell’anca, che nella maggior parte delle persone sono accorciati o tesi a

causa del nostro stile di vita spesso sedentario, che di conseguenza provoca dolori alla schiena o alle anche. Il cigno che dorme è anche uno splendido esercizio per entrare in contatto con il silenzio, osservare il proprio respiro e le proprie emozioni. Invito tutti ad avvicinarsi allo yoga passo dopo passo e a trovare il proprio equilibrio tra lentezza e flusso.



Monika Pedross
Insegnante di
yoga da 8 anni al
Lindenhof



Acqua termale // Lisa Mayr

“Ci facciamo il bagno, la beviamo e la usiamo per trattamenti di benessere: l’acqua termale scorre come un filo rosso attraverso il Lindenhof”.



Lisa Mayr
Estetista e
massaggiatrice
da 4 anni al
Lindenhof

L’acqua termale proviene dai Bagni di Stava, sotto Castel Juvval. Sgorge a una temperatura di 17 gradi e da due anni raggiunge direttamente la nostra sorgente domestica nelle nostre piscine. Data la sua temperatura utilizziamo l’acqua termale per applicazioni fredde, ad esempio nella piscina fredda o per i trattamenti Kneipp nel nostro giardino termale. In tutte le piscine (tranne la vasca salina e la piscina sportiva da 25 metri) riscaldiamo l’acqua termale a una piacevole temperatura compresa tra 32 e 34 gradi. La presenza di minerali come calcio, solfati e fluoro conferisce all’acqua il suo potere benefico e rigenerante. Ha infatti un effetto rilassante e può contribuire ad alleviare i disturbi reumatici e a ridurre al minimo l’irritazione cutanea. Nel mio lavoro impiego quotidianamente l’acqua termale per impacchi, pediluvi, fanghi e ovviamente sotto forma del nostro Pure Thermal Elixir. Questo spray rinfrescante dal delicato profumo di fiori d’arancio è adatto per viso e corpo. Inoltre, i nostri ospiti troveranno ogni giorno in camera una bottiglia di acqua termale filtrata. Alla salute!

IL CAPO, IL GOLF E LA TRAN- QUILLITÀ

Chi è stato recentemente ospite al Lindenhof e ha incontrato Joachim Nischler avrà notato che spesso corre fuori dalla porta con pantaloni a quadri, polo e berretto con visiera e un bel sorriso sulle labbra. Mettiamo subito in chiaro che questa sua allegria non ha nulla a che fare con la moda dal dubbio gusto, ma con una passione completamente diversa: il golf.

Il golf è uno sport per tutte le persone, giovani e anziane, assi del golf o principianti assoluti. L'allegro albergatore è la prova migliore che non è mai troppo tardi per iniziare a giocare a golf. Dopotutto adesso è un po' più adulto e il golf gli

si addice meglio, dice. Da appassionato ciclista ha sempre dato il massimo, e ora vuole cambiare marcia iniziando a giocare a golf.

“Ho iniziato a giocare a golf per rilassarmi. Il mio cellulare resta spento

Joachim nella sua nuova
posizione più gradita: il
martedì è sempre sui campi
da golf con i suoi ospiti.



per ben quattro ore”, racconta Joachim. È proprio la rilassatezza, che prima non conosceva, che impara sempre più a comprendere giocando a golf.

Come fa un ciclista fanatico ad appassionarsi al golf? Non può essere solo una questione di età e di relax. “Voglio offrire ai nostri ospiti questa esperienza, andare con loro sul campo da golf, fare una partita, chiacchierare e passare una splendida giornata”, afferma l'albergatore. Eppure, ha iniziato a giocare a golf trent'anni fa, ma più che altro per caso.

Il gruppo di Ian Shaw, un professionista di golf scozzese, che aveva in programma la trasferta a Marbella in inverno, si sciolse proprio mentre era ospite al Lindenhof. Quindi, chiese a Joachim di mettere insieme un nuovo gruppo e di venire al campo da golf. Detto, fatto: il proprietario dell'hotel mobilità alcune persone sedute al bancone, tra cui Olav Schwamberger, ospite del Lindenhof e ora amico, acquistò tutta l'attrezzatura da golf e partì alla volta di Marbella per giocare a golf. Riuscì a ottenere l'abilitazione al gioco sul campo, ma a casa tutta la roba da golf finì in cantina.

Finché, ben trent'anni dopo, a Joachim è tornata la voglia di giocare a golf. Ha tirato fuori tutto l'occorrente e si è diretto al campo da golf. Subito dopo la prima buca gli si è staccata la suola di una scarpa perché la sua attrezzatura era troppo vecchia. Tuttavia, non si è lasciato scoraggiare, ha fatto scorta di nuova attrezzatura da golf, ha assunto un insegnante e ricominciato a giocare. Il risultato? Gli piace davvero! Anche perché si rende conto che il ciclismo estremo non è più così facile da affrontare. Sebbene il lunedì vada ancora in bicicletta con i suoi ospiti, ora si prende la libertà di

Il proprietario dell'hotel Joachim Nischler su uno dei suoi campi da golf preferiti, a Lana.



fare un piacevole giro in e-bike invece di andare sullo Stelvio. “Agli ospiti piace poter pedalare qui anche se non sono ciclisti professionisti”, dice Joachim. Il golf è solo un modo per rilassarsi oppure l'albergatore ha mire ambiziose e vuole diventare un professionista anche in questa disciplina? “L'idea di competere c'è”, sorride Joachim, “sono determinato a migliorare”. Il mio handicap è 19,9, l'anno prossimo voglio arrivare sotto i 15 e, prima o poi, avere un solo han-

dicap. Per ora non mi faccio illusioni, ma sto lavorando duro!”

Chi in futuro visiterà il Lindenhof potrà seguire il proprietario dell'hotel quando indossa di nuovo la sua mise con pantaloni a quadretti e cappello e gareggiare contro di lui sul campo da golf: in fin dei conti l'atleta appassionato accetta sempre volentieri una piccola gara. ■



⊕ GOLF FACTS

- _ **Ogni settimana si gioca a golf con il proprietario dell'hotel:** in primavera e autunno a Lana (Golf Club Lana, campo a 9 buche, a 15 minuti), in estate a Sarnonico (Dolomiti Golf Club, campo a 18 buche, a 1 ora di distanza).
- _ **Il Lindenhof è socio fondatore di entrambi i golf club.** I nostri ospiti ricevono uno sconto del 20% a Lana e del 25% a Sarnonico.
- _ Dal 02/06–09/06/2024 si svolge per la prima volta la **Settimana del Golf**. Il programma prevede 4 partite e un grande torneo finale.
- _ **Il consiglio di Joachim:** il campo da golf a Siusi, che per lui è il più bello della provincia per la vista fantastica, ma anche i campi da golf in Alta Badia e Carezza sono veri e propri paradisi del golf.

IN BICICLETTA INSIEME AL PROPRIETARIO DELL'HOTEL

Per il capo non rotolano solo le palline da golf, ma anche le ruote.



Joachim Nischler tira le somme nel 2019:

500 volte sul Passo dello Stelvio. Nessuno ci è stato così spesso. Ama ancora le bici da corsa, ma ora può anche concedersi tour più tranquilli. Una volta alla settimana invita gli ospiti ad accompagnarlo. Sono diverse le opzioni: tour piacevoli che arrivano fino a Bolzano e a Prato allo Stelvio, il giro dei castelli nel Meranese o un tour panoramico della Val Venosta. Si vede che ama le bici da corsa un po' più delle mountain bike. Ma su richiesta dei nostri ospiti a volte fa anche un tour in mountain bike, preferibilmente in mountain bike elettrica. Oltre ai tour guidati in sua compagnia, Joachim consiglia i tour in collaborazione con la Ötzi Bike Academy. Ogni settimana, il martedì e il giovedì, si svolgono diversi tour in bici da corsa, e dal lunedì al venerdì tour in mountain bike con e senza motore. Un altro aspetto importante secondo il signor Nischler: dopo il tour tuffarsi e godersi la piscina coperta e all'aperto. La piscina è riempita con acqua termale di Naturno, che tra l'altro ha un effetto lenitivo sui muscoli, così il giorno dopo non si sente l'acido lattico.

“L'IMPORTANTE È SENTIRE BENE”



Vede il mondo con uno sguardo diverso e trova la sua strada con un bastone: Saeid Mojiri, 37 anni. Quest'autunno l'iraniano inizierà la tanto attesa formazione come massaggiatore vitale al Lindenhof.

_____ **Saeid viene dall'Iran e ha una storia molto speciale.** Saeid è l'ipovedente che osserva il mondo in modo diverso. Non è sempre stato così: da bambino, l'ormai trentasettenne poteva ancora vedere, ma questo non è motivo di disperazione per Saeid, anzi: quando si tratta del suo grande progetto di vita, l'affascinante iraniano è pieno di entusiasmo. “A ottobre potrò iniziare la mia formazione come massaggiatore vitale al Lindenhof”, racconta, “e ogni giorno faccio il conto alla rovescia per arrivare a quel momento”.

Non esiste una terapia per le malattie ereditarie

Ma partiamo dal principio: Saeid, 37 anni, è cresciuto in Iran. “I miei genitori sono cugini, il mio problema alla vista è un problema genetico”, afferma. “Finora non c'è nulla che possa aiutarmi a migliorarlo o a fermare la situazione”. Saeid ha dovuto indossare i suoi primi occhiali a scuola, inizialmente solo mentre faceva i compiti e davanti alla televisione.



I nostri ospiti conoscono bene Saeid anche quando si occupa di rifornire asciugamani, tazze, ecc.



Saeid Mojiri supporta ormai per il secondo anno consecutivo il team dell'ArtSPA nei settori spa, benessere e sport. Nell'autunno 2023 è iniziata la sua nuova formazione come massaggiatore vitale qui al Lindenhof.



“Quando avevo 15 o 16 anni, ho anche provato a imparare a guidare”, sorride Saeid. “Mio padre aveva una macchina vecchia e mi ha insegnato a guidare su una strada fuori città”. Ma all'età di 19 anni, la vista di Saeid ha iniziato a peggiorare. “Poi ho deciso di lasciar perdere. Era troppo pericoloso”, ammette l'iraniano, “ma mi sono divertito”.

Alla ricerca di una vita migliore

“Posso vedere parte del tuo viso oggi, ma non il colore dei tuoi vestiti”, Saeid cerca di descrivere cosa riesce a scorgere. Ti trovi bene con il bastone?

“Uso il bastone da sei anni”, dice Saeid. “Nel mio paese d'origine, le persone con disabilità conducono una vita molto dura, ma qui è completamente diverso: i miei colleghi sono disponibili, posso mangiare in albergo e la gente del paese si prende cura di me”. Ma muoversi fuori Naturno è ancora una grande sfida e non è possibile senza qualcuno che ti accompagni. “Per questo motivo svolgiamo la formazione in loco”, spiega la responsabile delle risorse umane Kathrin Marmsoler. E si percepisce che il Lindenhof ci tiene a Saeid, che qui può sentirsi “quasi parte di una famiglia”.

Trattamento preferito: il massaggio thailandese

“Ero già massaggiatore in Iran”, racconta Saeid, “ho lavorato per circa tre mesi in una piccola palestra, dove mi è stato permesso di partecipare a un corso privato. In Italia però il mio certificato non è riconosciuto”. Attualmente al Lindenhof si occupa della preparazione della sauna e lavora nella palestra. Per ora non può fare massaggi. “Ma penso di avere un buon senso del tatto”, dice Saeid con modestia. “Può darsi che questo sia un vantaggio”. L'importante è sentire bene. Saeid è ambizioso, vuole imparare tanti tipi diversi di massaggio “per poter lavorare bene: è questo che conta per me”. Alla domanda sul suo massaggio preferito, Saeid risponde senza esitazioni: “Il mio massaggio preferito è il massaggio thailandese, mi piace riceverlo e farlo”, racconta Saeid. Ci auguriamo che Saeid l'ottimista possa presto realizzare il suo più grande desiderio. ■

*TROPPI
CUOCHI
GUASTANO
... NEMMEN
LA
MINESTRA*

Come nasce un menu:
dalla pianificazione e discussione
del piano settimanale allo
svolgimento vero e proprio.

NOVO



Al Lindenhof si parla per l'anno intero solo di cibo e gourmet. Ma c'è una settimana che assume un'importanza particolare. Si tratta della Settimana vino e gourmet che si svolge a novembre (02/11 al 10/11/2024), che oltre alle degustazioni di vini prevede dei menu serali speciali.



“Se i piatti che proponiamo rendono felici, vuol dire che abbiamo raggiunto il nostro scopo.”



Le tagliatelle di pane di segale con ragù di cervo e confettura di mirtilli rossi sono un tipico piatto altoatesino a base di selvaggina. È possibile trovare questa squisita ricetta anche nel nostro libro di ricette.

Se non l'avete ricevuto l'anno scorso, fatecelo sapere.

È un mercoledì di settembre quando alle 9 del mattino incontriamo lo chef Giosuè Nappo, sebbene la sua giornata lavorativa sia già iniziata da tempo. A partire dalle 7:00 vengono infatti consegnati i prodotti freschi, che devono essere ritirati e controllati. Tuttavia, i preparativi per il menu serale di oggi sono stati avviati molto, ma molto prima.

In concomitanza con la chiusura del Lindenhof a febbraio ha il via la pianificazione annuale dello chef. Giosuè crea le ricette e progetta combinazioni di menu per 21 giorni, che vengono adeguate rispettando il principio di rotazione basato sui prodotti stagionali disponibili nel corso dell'anno. Oltre ai piatti classici più amati, sempre presenti in carta, ogni sera viene proposto un ricco menu giornaliero, composto da 2 primi, 3 secondi e 3 dessert. Ogni giorno si alternano: pane con burro aromatizzato, antipasti, insalate, tè, succhi oppure zuppe e un buffet dei formaggi. Giosuè presta molta attenzione a non essere ripetitivo con gli ingredienti, e inserisce sempre un'opzione vegetariana per rendere il menu il più vario possibile. In particolare, si assicura che ogni menu settimanale abbia un giusto equilibrio proteico e, pertanto, propone un'alternanza di carne rossa, carne bianca, selvaggina e pesci di mare e di acqua dolce. Quattro giorni alla settimana c'è poi un tema principale che lega tra di loro le proposte in menu con una sorta di filo conduttore. Oggi è mercoledì e al Lindenhof è la giornata dedicata alla cucina regionale altoatesina. Per lo chef di Salerno si rivela una sfida stimolante. Ama lavorare con i prodotti locali e interpretare la tradizione locale in modo creativo infondendo spunti innovativi.

Tutto quello che stasera arriverà a tavola, sarà preparato al momento. La preparazione, però, è iniziata con largo anticipo, esattamente da sabato, quando Giosuè ha ordinato gli ingredienti per l'intera settimana. I prodotti freschi arrivano al Lindenhof dal martedì al sabato.

Nella consegna di stamattina troviamo: mirtilli neri per il pane del giorno, uova biologiche per gli spätzle e l'uovo in camicia, la carne per le tagliatelle al ragù di selvaggina, funghi porcini freschi della regione, 18 tipi di formaggi per il buffet e molto altro ancora. Oggi lo chef ha avuto nuovamente la conferma di quanto sia importante controllare attentamente i prodotti consegnati. Sono stati ordinati 3 kg di radice di prezzemolo da accompagnare alla trota grigliata, ma ne sono stati consegnati solo 500 g. Non è un problema, il fornitore consegnerà le verdure che mancano all'appello nel pomeriggio. Ma sono proprio imprevisti come questo che possono interrompere il processo rigorosamente pianificato e richiedere una grande dose di flessibilità da parte della brigata di cucina che conta 19 persone. Ciononostante, Giosuè Nappo mantiene la calma: all'occorrenza sa di poter fare affidamento anche sugli chef degli hotel circostanti. Oggi tutto sta andando secondo i piani (tranne per la radice di prezzemolo). Ieri è stata messa a bollire la carne per il consommé, preparato il preimpasto per il pane e sono state create tre diverse mostarde per il buffet dei formaggi (miele e tartufo, zucca e zenzero, fichi e zafferano).

Dopo la riunione delle 8:00, la brigata si è messa al lavoro per preparare i diversi componenti del menu serale. Al mattino si friggono i rösti, si taglia a mano la carne di selvaggina per il

I piatti altoatesini figurano accanto a quelli italiani delle altre regioni anche al sabato. Si spazia dal classicissimo speck alla porchetta e non solo.



ragù e si cuoce il pane. I ravanelli vengono raccolti dall'orto dell'hotel per poi essere serviti la sera insieme alle trote. E non può mancare un ingrediente davvero speciale del menu di oggi: il laticello affumicato, che donerà agli spätzle di barbabietola un accento estroso. Lo chef del Lindenhof ha portato con sé l'ispirazione dalla Sardegna. Il suo intento è sorprendere i suoi ospiti con questa sua raffinatezza culinaria e presentare i piatti tipici altoatesini offrendo una nuova esperienza di gusto.

È pomeriggio, ed è giunto il momento di sfilettare le trote, preparare i canederli allo speck e, con grande gioia dello chef, sono appena stati consegnati i 2,5 kg mancanti di radice



Il mercoledì è sempre prevista la zuppa di canederli allo speck, che non può mai mancare.

di prezzemolo. La sera si crea una schiuma fine che viene servita con l'uovo in camicia. Poco prima dell'inizio del servizio si manteca il sorbetto fino a renderlo cremoso, si taglia il parmigiano di capra e si tostano i crostini fino a renderli croccanti.

Quando gli ospiti arrivano a cena a partire dalle 19:00, potranno comporre il proprio menu personale, scegliendo a una a una le portate. La brigata di cucina ora lavora con la massima concentrazione, ma appena il personale di sala li elogia, un sorriso balena sul volto di Giosuè. È proprio per questo che giorno dopo giorno dà il suo meglio: "Se i piatti che proponiamo rendono felici, vuol dire che abbiamo raggiunto il nostro scopo". ■

“SENZA IL PERSONALE GLI AFFARI NON VANNO AVANTI”

Il Lindenhof è stato certificato come “posto di lavoro eccellente”. Complimenti! Ma cosa significa per collaboratrici e collaboratori?

—Sofia lavora al banco della reception. Con un sorriso amichevole sulle labbra congeda la coppia ospite che avrebbe voluto partecipare la mattina successiva alla lezione di Yin yoga. “Purtroppo è rimasto un solo posto, ma parlerò con

l'insegnante di yoga per vedere se può accettare una persona in più”, e promette di fornire un riscontro entro sera. Sofia Eberhöfer ha 23 anni e lavora al Lindenhof da quattro anni. Da agosto è lei la nuova responsabile della reception. ➔

LA E 1RI TO



“Sono stata molto contenta quando mi è stata offerta questa posizione”, racconta Sofia, che dice di averci pensato un po’, “perché è una grande responsabilità. Durante le tante conversazioni con la famiglia Nischler ho però capito che mi sostengono”, riassumendo così com’è avere come datore di lavoro il Lindenhof. “I Nischler vogliono che tu progredisca, sotto ogni aspetto, professionalmente e privatamente”.

Del resto, “senza il personale gli affari non vanno avanti”, sottolinea Kathrin Marmsoler, responsabile delle risorse umane, che è tornata al Lindenhof dopo una pausa come libera professionista. Il fatto che il Lindenhof non abbia quasi alcuna difficoltà a trovare dipendenti in tempi di carenza di manodopera qualificata è dovuto secondo Kathrin ai numerosi vantaggi interessanti, ma ancora di più ai valori aziendali e alla cultura aziendale. “Per me l’importante è la capacità di ascoltare e offrire a collaboratrici e collaboratori tante opportunità di comunicare, condividere, impegnarsi e crescere”, riassume Kathrin, “e dire loro quanto li apprezziamo”.

Di questo clima ha beneficiato molti anni anche Ribana Pircher. “Ho iniziato al Lindenhof dieci anni fa, inizialmente a tempo parziale per accudire mia figlia”, racconta la viceresponsabile della reception di Naturno. “Già allora mia figlia Emma poteva mangiare con me in hotel dopo la scuola e poi poteva aspettare nel Kids Club finché non finivo di lavorare”, dice la quarantaseienne, che ringrazia i Nischler per la loro costante fiducia e apertura. Proprio



*“LA NOSTRA
ASPIRAZIONE È
ESSERE IL MIGLIOR
PADRONE DI CASA
PER GLI OSPITI E IL
MIGLIOR DATORE
DI LAVORO PER IL
PERSONALE”.*

*KATHRIN MARMSOLER,
RESPONSABILE DELLE RISORSE
UMANE*

come lo slovacco Michal Arvay, che in 19 anni è passato da lavapiatti a responsabile del team tecnico presso il Lindenhof. “Joachim non è il tipo di capo che gira per il suo hotel con atteggiamento snob”, afferma Michal, che apprezza il trattamento rispettoso in hotel. “Questo non piace a nessuno, e se il capo è così, lo sono anche i dipendenti quando interagiscono con gli ospiti. Il pesce puzza dalla testa”, sostiene il quarantaseienne, spiegando senza mezzi termini che, in realtà, non sono i tanti benefit a rendere il Lindenhof così attraente come datore di lavoro, ma è perché tutto viene fatto con il cuore. ■

Le nostre collaboratrici di lunga data Kathrin, Ribana e Sofia (da sinistra a destra) brindano insieme a tanti altri anni al Lindenhof.

+ **IL LINDENHOF COME
DATORE DI LAVORO**

- 90-100 tra collaboratrici e collaboratori
- di cui 13 impiegati da più di 10 anni
- 400 colloqui con il personale all’anno
- 5 sessioni di micro-formazione e 50 workshop
- oltre 20 benefit diversi, dagli alloggi per il personale al buono DaySpa

I bambini e le bambine di oggi sono il nostro futuro.

Chi si è sentito a proprio agio al Lindenhof in tenera età, continuerà a visitare il Lindenhof anche quando sarà più grande: è questa la speranza di Joachim Nischler. Ma questo non è affatto l'unico motivo per cui abbiamo messo a punto un programma ingegnoso con tante attività interne per bambini e adolescenti, cibi deliziosi e molto altro.

01

Il Lindi Kids Club è sempre aperto dalle ore 13:00 alle ore 21:00, e nei principali periodi festivi tre volte a settimana dalle ore 9:00.

Ogni settimana, animatori e animatrici creano un tema speciale. Così una settimana si andrà alla scoperta di alieni e dello spazio, mentre quella dopo sarà incentrata sulla ricerca delle tracce dei dinosauri e quella dopo ancora ruoterà tutta attorno alla foresta e agli animali. Si fanno lavoretti, si dipinge, si gioca, ci si traveste, si canta, si balla e ci si diverte. Sarà difficile far uscire bambini e bambine dal Kids club a tarda sera.

02

La stanza dei teenager

convince con i suoi diversi giochi: air hockey, calcio balilla, il tablet gigante con diversi giochi e non ultimo l'iWall. Non si gioca solo, qui si può duellare seriamente fino a grondare di sudore.

03

L'area piscine è sempre molto richiesta ovunque e anche qui il livello di dipendenza è alto. Per i più piccoli c'è la piscina per bambini, la baby pool, mentre per i più grandi c'è la divertente piscina con porte acquatiche e canestri da basket. Inoltre, lo scivolo d'acqua gigante è in funzione anche durante il periodo adults only. È possibile cronometrare il tempo per vedere chi ha battuto il record di velocità sullo scivolo.

04

L'ArtSPA non è riservata solo ai genitori... il team dell'ArtSPA pensa anche a bambini più grandi e adolescenti con massaggi, trattamenti viso, manicure, ecc. Per chi desidera farsi coccolare un pochino.

05

Naturno è un paesino grazioso.

Nei dintorni ci sono diversi parchi giochi, il museo ferroviario, il Mondotreno, sentieri escursionistici per famiglie (come a Unterstell o Rio Lagundo), cavalcate sui pony (anche presso Rio Lagundo), vie ferrate a misura di famiglia, un parco avventura, campo da minigolf e molto altro ancora, l'elenco è davvero lunghissimo...

È ANCORA IN ERBA.



In qualità di figlia del proprietario si occupa da tempo del tema della sostenibilità e ora ha potuto farsi valere al Lindenhof e intraprendere nuove strade.

Non significa solo che non si ha molta esperienza. Al Lindenhof questo modo di dire si riferisce alla tutela dell'ambiente, perché si vuole diventare sempre più "green". Anche se alcune cose sono ancora nella loro fase iniziale.

— **Emma si occupa di questo argomento già da quando era sui banchi di scuola.** Tutto quello che era cominciato provvisoriamente prediligendo lo slow fashion e il cibo sano è ora diventato una passione che la ventisettenne non solo coltiva giorno dopo giorno in prima persona, ma che vuole anche realizzare al Lindenhof.

“La sostenibilità è un processo. Vuoi attuare molte cose rapidamente, ma non è così facile, soprattutto in un hotel”, afferma Emma. Dipendi sempre dagli altri e da quanto pensano in modo sostenibile: tutto inizia con i fornitori o con la raccolta differenziata dei rifiuti. La formazione del personale è un aspetto importante, e grazie a un corso avviato dall'Unione Albergatori e Pubblici Esercenti dell'Alto Adige e dal Terra Institute, il Lindenhof è sulla buona strada.

“Ci riempio di orgoglio che il nostro personale sostenga i nostri sforzi. Contribuiscono con le proprie idee, spesso piccoli dettagli, ma che possono avere un grande impatto. Alla fine, ovviamente, cosa attuiamo dipende da noi. Eppure, è evidente quanto sia entusiasta la maggior parte delle persone. La sfida più dura è fare seguire a tutti questa strada, ma da qualche parte bisogna pur cominciare”.

Per incentivare ancora di più il personale a essere sostenibile, i vari responsabili hanno regalato bottiglie da riempire per ridurre l'utilizzo di plastica monouso. L'abbigliamento del personale è realizzato con tessuti riciclati "made in Italy". E nel bistrot del personale c'è sempre un buffet di insalate, verdure fresche e altri piatti salutari.

Naturalmente, i Nischler vogliono sensibilizzare anche gli ospiti sull'argomento e, oltre alla carta igienica riciclata, offrono in camera anche i loro "Zero Waste Cubes", sapone, shampoo e balsamo in versione solida, tutti regionali e biologici. Le ciabatte infradito di plastica non sono più disponibili, ma alla reception è possibile procurarsene di biodegradabili. Ovviamente, anche l'area dell'ArtSPA sta diventando sempre più sostenibile e, ad esempio, impiega solo i prodotti cosmetici altoatesini Vitalis Team Dr. Joseph.

Un ambito in cui si potrebbe ottenere molto in termini di sostenibilità è la cucina. “Cerchiamo di utilizzare molti prodotti locali, latte fresco biologico, uova di galline allevate a terra, carne, ma non è facile su questa scala. Credo che sarebbe stimolante non offrire piatti a base di carne una volta alla settimana, mi piacerebbe provarlo”, pensa Emma.

I Nischler si sono già occupati di progettare un impianto fotovoltaico e alcuni tetti ne sono già dotati. “Ci aspettiamo che in questo modo potremo produrre molta elettricità”, afferma con sicurezza Emma. E dietro le quinte del Lindenhof, molto sta diventando più rispettoso dell'ambiente, ad esempio, c'è una maggiore

digitalizzazione. In programma spicca anche il monitoraggio della CO2.

“Quando ho in mente un nuovo progetto, penso innanzitutto a quanto sia sostenibile. E con quello che c'è, proviamo a cambiarlo "delicatamente", dice Emma. Devo "cambiare delicatamente" anche il mio papà”, aggiunge sorridendo. “Non è sempre entusiasta di tutto. Ad esempio, quando indosso le mie scarpe riciclate dalla vecchia gomma, gli piace prendermi in giro e scusarsi con gli ospiti”, ma anche papà Joachim ha capito che la tutela dell'ambiente è un problema urgente e accoglie più apertamente le novità, anche se preferirebbe vedere la sua Emma con le scarpe "pulite". ■

IL LINDENHOF IN TERMINI DI SOSTENIBILITÀ

Abbiamo iniziato ad adottare nuovi approcci al Lindenhof già con la ristrutturazione del 2018. Il Team Dr. Joseph è uno dei tanti partner ideali che abbiamo trovato, cominciando già allora con gli Zero Waste Cubes e, giorno dopo giorno, abbiamo implementato piccole cose per migliorare la sostenibilità. Durante le riunioni settimanali del Green Team si raccolgono nuove idee e si mettono in pratica suggerimenti di settimana in settimana. Con il nuovo impianto fotovoltaico che abbiamo installato nel 2023 potremo raggiungere 250 kW giornalieri a piena produzione. Ma non intendiamo fermarci qui. Ci sentiamo come se fossimo all'inizio; tuttavia, siamo pienamente motivati a fare qualcosa di buono non solo per noi, ma per tutti quanti.

FRESCHHE E CROCCANTI: LE VERDURE DALL'ORTO DEL VICINO

Chi si reca in Val Venosta vede mele e ancora mele. Ma non si coltiva nient'altro?

Certo che sì, le verdure.

Günther del Baumgartenhof ed Elisabeth del Kartheingut da poco riforniscono il Lindenhof con le loro verdure croccanti, e si sono resi disponibili per un'intervista.

In Val Venosta si trovano soprattutto mele. Come vi è venuta l'idea di coltivare verdure?

Günther: Abbiamo anche meleti a Tablà! Ma qualche tempo fa abbiamo deciso di ripulirne alcuni e di trasformarli in terreni agricoli per verdure biologiche.

Elisabeth: Praticiamo il market gardening, che esisteva già a Parigi nel XIX secolo. Intorno alla città venivano coltivate tante verdure quante ne servivano alla popolazione per sostentarsi. In seguito, si è passati alla vendita al mercato. Ci è piaciuta questa idea. Coltiviamo un'ampia varietà di verdure e poi le vendiamo ai mercati contadini, ai ristoranti locali o direttamente dalla fattoria.

Cosa rende le vostre verdure diverse da quelle del supermercato?

Elisabeth: Non potrebbero essere più fresche e regionali di così. Le nostre verdure vengono spesso gustate nel piatto il giorno stesso in cui vengono raccolte, senza lunghi tempi di consegna.

Günther: Sicuramente la qualità; le nostre verdure sono 100% biologiche, e lavoriamo in modo rigenerativo, senza prodotti chimici e ci preoccupiamo di coltivare nel migliore dei modi i terreni. Dopotutto, è più importante che mai agire in modo sostenibile.

Ora state effettuando la prima consegna al Lindenhof: quali tesori colorati portate?

Elisabeth: Ovviamente lattuga, pomodori e cetrioli. Insieme al Baumgartenhof vogliamo provare ad offrire l'assortimento base. Al tempo stesso, però, proveremo alcune prelibatezze, come edamame, taccole, barbabietole sgarigianti e carote variopinte, per mettere in tavola qualcosa diverso dal solito e per mostrare cosa possiamo fornire.

Günther: Stiamo ancora osservando cosa cresce bene. Ma la lattuga e i po-

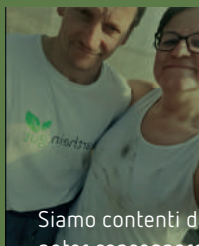
modori ci sono sicuramente, così come il cavolo cappuccio, le zucchine, le melanzane, la zucca e forse le patate. Sarebbe bello poter consegnare la verdura tutto l'anno, anche se in inverno i pomodori non possono arrivare dalla nostra azienda agricola, ma ad esempio possiamo fornire le insalate invernali.

Elisabeth: Penso che sia bello che lo chef sia disposto a lavorare con ciò che è maturo e che deve essere raccolto. Dovrebbe essere proprio così: regionale e stagionale. Significa VALORIZZARE in modo sensato quello che è a disposizione.

Lavorare nei campi è faticoso: chi vi aiuta?

Elisabeth: Naturalmente posso contare su mio marito Peter, e spesso anche il nostro piccolo Mattis ci dà una mano. C'è tanto lavoro da fare, ma poi raccogli le verdure e ti accorgi di quanto sono buone. Le persone apprezzano ciò che facciamo e amano le nostre verdure tanto quanto noi.

Günther: Nel mio caso collabora l'intera famiglia. Due delle nostre figlie hanno già avuto esperienze di orticoltura all'estero: una in Nuova Zelanda



Siamo contenti di poter consegnare le verdure al Lindenhof. Del resto, non c'è nulla di meglio soprattutto dal punto di vista ambientale.



e l'altra in Toscana. Questo aspetto, ovviamente, ci avvantaggia e prendiamo le decisioni insieme. Per noi il lavoro di squadra è fondamentale.

Lascereste che, ad esempio, gli ospiti vi facessero visita mentre lavorate?

Günther: Certo! Diamo il benvenuto ai visitatori e siamo lieti di fornire uno scorcio sulla vita della nostra azienda agricola. Ci piace mostrare agli ospiti del Lindenhof da dove provengono le verdure che mangiano in vacanza.

Elisabeth: Non abbiamo nulla da nascondere e raccontiamo la storia delle nostre verdure in modo aperto e sincero. Ci auguriamo che sempre più persone comprendano il valore della regionalità e, forse, possiamo anche ispirare altre aziende a richiedere i prodotti delle aziende agricole vicine. ■



Il disboscamento di una parte dei meleti a favore degli orti è stato un passo coraggioso che ha dato i suoi frutti.



“Perché scegliere le nostre verdure? È semplice: non potrebbero essere più fresche e più regionali di così.”



La famiglia Platzgummer si è resa conto che la diversità non conta solo in natura, ma anche nel piatto.

IL LINDENHOF IN TEMA DI NOVITÀ

Come ben sanno i nostri ospiti, non stiamo mai fermi. Con le nostre due nuove collaborazioni con Baumgartenhof e Kartheingut, vogliamo compiere un nuovo passo nella stagione 2024: abbandonare il buffet delle insalate e preparare deliziosi piatti di insalate fresche e di stagione con ciò che cresce intorno a noi. Il nostro chef Giosuè Nappo ha visitato le aziende agricole insieme ad Emma e Joachim Nischler e ha già ideato nuove creazioni che potranno essere presto realizzate: ne siamo felici!

*Tempo
Adults
Only*



UN
HOTEL
CHE SI
REINVENTA
QUATTRO
VOLTE
L'ANNO.

FORZA
QUATTRO

Quasi tutti i posti del mondo hanno stagioni fisse: primavera, estate, autunno e inverno. Eppure, nel mezzo di questo ritmo apparentemente immutabile, esiste un luogo che non aderisce a queste regole convenzionali.

Proprio come l'ostinato villaggio gallico che resistette ai romani, il Lindenhof ha opposto la propria "resistenza" e ha inventato qualcosa di unico. Qui non ci sono solo quattro stagioni, ma anche quattro periodi a tema che dipendono dalle esigen-

ze degli ospiti: cosa significa? "Che ogni ospite trova la vacanza giusta nel periodo giusto" è la risposta all'unisono dei Nischler. Abbiamo chiacchierato con i Nischler, con il personale e gli ospiti per scoprire come questo luogo continua a reinventarsi.



Tempo adults only: finalmente un po' di pace, senza la prole.

Se fuori fa più freddo, dentro è ancora più accogliente. Nei mesi di marzo e novembre il Lindenhof è interamente riservato agli adulti, poiché questo è il tempo adults only. “Questo periodo è perfetto per le coppie che vogliono regalarsi una vacanza romantica”, afferma facendo l'occhiolino la collaboratrice della SPA, Ingrid Gapp. In questi periodi c'è un'ampia offerta di yoga e pilates. Vogliamo fare ritrovare agli ospiti l'equilibrio interiore e, soprattutto, farli rilassare. Questi obiettivi sono inoltre garantiti dall'intera area benessere, dove, oltre a saune, piscine e sale relax, vengono proposti numerosi trattamenti beauty e SPA che accarezzano l'anima. “Ed è anche il momento di sfrecciare giù dal nostro scivolo d'acqua senza farsi guardare di traverso dai bambini”, ride con uno sguardo malizioso Claudio Massa, il responsabile dell'Art-SPA.

Tempo per la famiglia: quando i piccoli brandiscono lo scettro

Emma, la più giovane delle due figlie Nischler, è entusiasta: “Quando oggi vedo il nostro spazio dedicato ai bambini e alla famiglia, penso sempre: avrei dovuto essere bambina qualche anno più tardi al Lindenhof...”. Il tempo per la famiglia, a Carnevale, Pasqua e durante i periodi di ferie fino a novembre e a Capodanno, è



Tempo per la famiglia

molto amato. Qui si può provare la pura gioia di vivere, ma c'è indubbiamente anche un po' di caos. “Le nostre esperte hanno messo insieme un colorato programma nel Lindi Kids Club, da coinvolgenti escursioni a progetti di artigianato creativo. Con settimane a tema, come “In fondo al mare” e “Viaggio sulla luna e ritorno”, trasformiamo il Lindenhof in un vero paradiso per i bambini”, racconta Chiara, che, come sua sorella, vorrebbe scatenarsi insieme ai bambini ospiti.



Tempo per le attività

Tempo per le attività: via nell'avventura!

“Quando sono particolarmente di cattivo umore, la mia famiglia mi manda sempre fuori in bicicletta. E ha ragione: quando vado in bicicletta fino allo Stelvio con i miei ospiti, sono sempre di ottimo umore”, dice Joachim, il padrone di casa. In primavera, il tempo per le attività è l'ideale per chi ama stare in mezzo alla natura. Ci sono numerose offerte speciali, come la Settimana della bici da corsa o la Settimana del golf, tutte seguite da esperti. Guide escursionistiche che conoscono il territorio come le loro tasche accompagnano gli ospiti verso le mete più belle. Anche chi è pigro e non vuole camminare, ma preferisce viaggiare su due ruote, sia con l'aiuto dell'energia elettrica o con la spinta delle gambe, può trovare tutto ciò che desidera. E chi non vuole lasciare l'hotel? In questo caso, nella Fit & Fun House è possibile rinforzare il corpo con istruttori di fitness qualificati e concedersi un programma di allenamento individuale corredato di consigli nutrizionali. Ma niente paura: questi ultimi valgono solo dopo le vacanze.



*Tempo
per la
SPA:*

L'HOTEL CON QUATTRO STAGIONI A TEMA

+ TEMPO PER LA FAMIGLIA

It's family time! Adesso è un periodo intenso al Lindenhof, le risate felici dei bambini risuonano nei corridoi e i più piccoli si divertono molto con il colorato programma festivo del Lindi Kids Club.

+ TEMPO ADULTS ONLY

Psst! Ora regna la calma nel Lindenhof. Durante questo periodo l'ingresso in hotel è consentito solo agli adulti, che hanno tutto per sé, dalla SPA al ristorante.

+ TEMPO PER LE ATTIVITÀ

Si parte! Cercasi persone sportive tra gli ospiti. Le proposte di attività dinamiche spaziano dalla mattina alla sera e la natura tutt'intorno rappresenta un magnifico invito alla scoperta e all'esplorazione.

+ TEMPO PER LA SPA

Un pizzico di SPA ci vuole! Settembre è all'insegna del relax e i bambini possono passare alla modalità rilassamento insieme agli adulti e ritrovare il proprio equilibrio interiore.

Tempo per la SPA:

il tempo più breve, ma più dolce

Come si fa a spegnere il cervello? Basta venire al Lindenhof durante il tempo dedicato alla spa. In effetti, qui, ruota tutto attorno al benessere. “Da quando hanno ampliato l'area benessere al Lindenhof, non sto più nella pelle di tornare a Naturno. E poi di solito non so nemmeno da dove cominciare con il rilassamento, ma alla fine ci riesco sempre benissimo!”, dice entusiasta la signora Mayr, che da anni si lascia ritemperare al Lindenhof. Che differenza c'è con il tempo adults only? “In questo periodo non escludiamo le famiglie”, spiega la proprietaria junior Chiara.

“In tutte le nostre progettazioni e ristrutturazioni”, affermano i Nischler, “abbiamo sempre un solo pensiero: quale tipo di vacanza ci piacerebbe? Amiamo la buona cucina, il vino eccellente, siamo sportivi, ma cerchiamo anche la pace e la tranquillità e amiamo i bambini. È da questo che sono nate le nostre diverse settimane a tema”. Così il resto del mondo può continuare a seguire le stagioni, mentre al Lindenhof gli orologi corrono in modo un po' diverso. ■

SETTIMANE DELLA SALUTE CON PUR-LIFE.DE:

Cosa sarebbe il Lindenhof senza Manuel Eckardt e il suo team di pur-life.de? Da anni si prendono cura dei nostri ospiti per garantire loro un maggiore benessere fisico e in ogni periodo dell'anno organizziamo settimane insieme. Per il fitness l'offerta è molto ampia con tanti corsi diversi, seminari, coaching individuali e non solo. La giornata è già completamente pianificata, ma rimane del tempo per eliminare le tossine nella sauna (per chi lo desidera) e sguazzare nell'acqua delle piscine (per chi lo desidera) e per ritrovare la pace nelle sale relax (per chi lo desidera).

10 marzo – 17 marzo

07 luglio – 14 luglio

22 settembre – 29 settembre

10 novembre – 17 novembre

+ ULTERIORI INFORMAZIONI

È possibile trovare maggiori informazioni sulle settimane a tema e sulle altre offerte speciali del Lindenhof Pure Luxury & Spa DolceVita Resort sul nostro sito web: www.lindenhof.it e nell'edizione online di SUITE: www.lindenhof.it/blog.



LE NOSTRE SETTIMANE SPECIALI 2024

SETTIMANA DEL VINO CON EMMA E JOACHIM

Il proprietario in persona è sempre presente durante le settimane speciali. E come suggerisce il nome di questa settimana, non si soffrirà la sete. Ogni giorno sono previste visite ai diversi viticoltori della zona, i viticoltori vengono a trovarci al Lindenhof, ci sono cene gourmet a tema Alto Adige e Italia (ovviamente con accompagnamento di vino), così come altre prelibatezze da assaggiare. Nel 2024, la Settimana del vino festeggerà il suo 28° anniversario.

02 novembre – 10 novembre



SETTIMANA DELLA BICI DA CORSA CON JOACHIM



Aprile dolce dormire, ma non qui da noi. Come ogni anno iniziamo attivamente la primavera e non può mancare l'ormai tradizionale Settimana della bici da corsa Storck. Quasi ogni giorno, tranne il mercoledì, Klaus Nischler, proprietario della Ötzi Bike Academy, ha programmato tour dal livello "facile" a quello impegnativo. Tutti i tour si svolgono in base a quattro livelli di preparazione; probabilmente troverete Joachim Nischler nel tour "Easy". Tornano a prendervi parte anche gli svizzeri Oscar Camenzind (ex campione del mondo di ciclismo su strada, vincitore del Tour de Suisse) e Alex Zülle (campione del mondo a cronometro individuale e due volte secondo al Tour de France). L'emozione si sente.
06 aprile – 14 aprile

SETTIMANA DEL GOLF CON JOACHIM

Dato che Joachim Nischler con il passare degli anni ha dovuto dedicarsi a un secondo hobby, nel caso in cui per una volta non dovesse più farcela in bici e poiché gli piace avere sempre con sé i suoi ospiti, abbiamo organizzato la NUOVA settimana del golf, che avrà luogo sui suoi campi preferiti: Dolomiti Golf a Sarnonico, a Lana e a San Vigilio a Siusi. E visto che per lui tutto risulta più accattivante quando c'è un po' di competizione, a Sarnonico ci sarà un torneo finale.
02 giugno – 09 giugno



MY RETREAT

24 novembre – 01 dicembre

Grazie ai nostri esperti, questa settimana saprà toccare tutti i sensi. **Monika Chitra Pedross** si occuperà delle sessioni yoga mattina e sera. **Astrid Fleischmann**, la nostra life balance coach, ha organizzato workshop e personal coaching. **Claudio Massa**, il nostro campione mondiale di sauna, ha preparato rilassanti smoke rituals. E il relax è garantito anche in tanti altri modi diversi.

TEMPO PER LA FAMIGLIA

Pasqua, Ascensione di Cristo, Pentecoste, Corpus Domini, durante le vacanze estive e autunnali e la settimana di Ognissanti.

Famiglie, giovani e meno giovani, si riuniscono e non vedono l'ora di vivere emozionanti avventure e giornate vivaci al Lindenhof. P.S.: dal 6 al 21 luglio un bambino sotto i 12 anni soggiorna gratis in camera con i genitori.

TEMPO ADULTS ONLY

02 marzo – 22 marzo

02 novembre – 08 dicembre

Quando i genitori vogliono godersi qualche giorno libero o per tutti coloro in cerca di pace e tranquillità. In questo periodo fuori fa ancora un po' freschino, ed è quindi un'ottima idea trascorrere l'intera giornata nella torre del benessere.

OFFERTE SPECIALI

7 notti al prezzo di 6

02 – 10 marzo

16 – 24 marzo

16 novembre – 05 dicembre

4 notti al prezzo di 3

03 – 07 marzo

17 – 21 marzo

17 novembre – 05 dicembre

“MENTI BRILLANTI” IN HOTEL

Il proprietario del Lindenhof ha sempre nuove idee, ed è proprio questo che preoccupa il nostro opinionista.

— Di recente, il proprietario dell’hotel mi ha scritto dicendomi che in questo momento stava parlando con “menti brillanti” su un certo argomento. È pazzesco, a questa età. E mi è sorta spontanea la domanda se per lui non fosse troppo tardi e cosa avrebbe significato per noi ospiti se fosse entrato prima in contatto con tipi del genere.

Per farlo, bisognerebbe immaginarsi il giovane Joachim Nischler come eccezionalmente intelligente, cosa che probabilmente sarà difficile soprattutto per gli ospiti più anziani. Quindi proviamo a procedere a ritroso per avvicinarci alle possibili conseguenze, ad esempio così: cos’è che ci piace oggi del Lindenhof Pure Luxury & Spa DolceVita Resort?

I riscontri parlano da soli: la cordialità della famiglia e del team, l’ambiente che i Nischler hanno creato e continuamente ampliato secondo la loro idea di vacanza, l’arte culinaria degli chef, la passione del personale per il proprio lavoro. Se si somma tutto questo senza chiamare in causa una mente brillante e utilizzando una semplice calcolatrice, si giunge alla conclusione che è ovviamente più una questione di cuore che un’acrobazia

mentale che rende gli ospiti del Lindenhof soddisfatti e felici.

Ma quindi adesso cosa intende fare il proprietario con le “menti brillanti”?

Probabilmente, il primo pensiero va a quei tipi, come ad esempio i consulenti aziendali che tentano di rubare al pastore una delle sue 636 pecore, ma stupidamente e per mancanza di esperienza, scelgono il cane della mandria (sì, lo so, la battuta è vecchia come il cucco). Forse però ora è chiaro perché ho lanciato l’allarme: perché non vorrei che nessun “esperto” consigli al signor Nischler di trasformare il suo hotel a cinque stelle nel primo sette stelle plus al mondo.

Ecco cosa rafforza la mia teoria: anche il proprietario del Lindenhof ha un cane. E forse ora capite perché ero così nervoso quando Joachim Nisch-

“NOI ASSUMIAMO MENTI BRILLANTI IN MODO CHE POSSANO DIRCI LORO COSA FARE”.

ler ha riferito in modo così misterioso delle sue conversazioni con “menti brillanti”. Un consulente aziendale a Naturno? Cosa diavolo succederà al Lindenhof che conosco?

Forse le sue figlie Chiara ed Emma potranno fermarlo, anche se al Lindenhof le uniche persone che considerano “menti brillanti” sono collaboratori e collaboratrici. Il padre raccontava loro sempre del capo della Apple, Steve Jobs, il quale sosteneva che non aveva senso assumere persone intelligenti e dire loro cosa fare. “Noi assumiamo menti brillanti in modo che possano dirci loro cosa fare”.

Gestire la situazione in questo modo è in realtà abbastanza intelligente per un proprietario di hotel. Ma certamente non si riferiva ad Anja, Helmut, Giosuè, Sofia, Alex, Michal e ad altri nella sua mail poco chiara. Deve trattarsi di qualcosa di grosso, di molto grosso. Lo ammetto, ho paura... ho paura per il Lindenhof. Dopotutto, so per esperienza personale che invecchiando si diventa capaci di tutto, arrivando anche a disquisire con consulenti aziendali.

“L’FC Bayern sarà campione di Germania. L’ho aggiunto alla nostra lista dei prognostici”, mi scrisse qualche giorno dopo il proprietario dell’hotel. Dopo due notti di bagordi, ha concordato con le “menti brillanti” che era ancora troppo presto per il Leverkusen.

Raramente mi ha dato così tanta gioia l’FC Bayern campione di Germania. E non mi importava nemmeno che si riferisse ai suoi amici che, come lui, non hanno la più pallida idea del calcio, definendoli “menti brillanti”. Quello che conta è che il proprietario dell’hotel e le sue “menti brillanti” lascino il Lindenhof così com’è. ■