



Marion Stieglitz
Meine Auszeiten – Schwarzwald
Durchatmen & Kraft schöpfen
168 Seiten, EUR 16,00 (D)
ISBN 978-3-7700-2573-2

Erscheinungstermin: Juli 2025

Wellness im Schwarzwald

Abwechslungsreiche Ausflüge für erholsame Auszeiten

Entspannen in mondänen Thermalbädern, Bäume aus der Vogelperspektive erkunden oder in betörende Blütenmeere eintauchen: Marion Stieglitz hat für „**Meine Auszeiten – Schwarzwald**“ außergewöhnliche Wohlfühlziele und Kraftorte aufgespürt, die alle Sinne verwöhnen und innere Ruhe schenken. Bei ihren Tipps werden Weinreben zu Massagecremes, Restaurants verwandeln sich in magische Bühnen und Spazierwege lenken das Leben in ungeahnte Richtungen.

Auch wer nur kurz abschalten möchte, findet hier leicht umsetzbare Ausflugstipps und Ideen, sortiert nach Zeitaufwand, von der einstündigen Atempause über die dreistündige Kraftquelle bis hin zum ganzen Tag oder kompletten Wochenende.

„Gerade für alle, die sich Entspannungsmomente wünschen, bietet der Schwarzwald eine reiche Fülle an Wohlfühlorten. Geschichtsträchtige Heilbäder finden sich hier ebenso wie junge Attraktionen, die der traditionsreichen Ferienregion ein frisches Bild verleihen: von der multisensorischen Genussoase bis zum durchgestylten Wellnesshotel“, schwärmt Marion Stieglitz und verspricht: „Selbst wer Sehnsucht nach der Karibik, nach Fernost oder nach weit entfernten Galaxien bekommt, wird im Schwarzwald rundherum beglückt.“ Die Autorin erkundet von Offenburg aus regelmäßig die Region, um besondere Orte zum Entschleunigen zu finden – mal ganz modern, mal badisch gemütlich.

Mit vielen Fotos, einer Übersichtskarte und Zusatzinformationen

Jeder Verwöhnort wird mit Foto auf einer Doppelseite vorgestellt, dazu gibt es kleine Exkurse und Tipps. Übersichtskarten an Anfang und Ende des Buches erleichtern die Planung der Ausflüge. So kann man den Alltag getrost für eine Weile hinter sich lassen, ob beim kostenlosen Meditationskurs, unter dem Sternenhimmel im Planetarium, beim Yoga oder auf dem Bauernhof mit frischer Milch, viel Obst und tollem Ausblick. Kreuz und quer geht es entspannt und abwechslungsreich durch die Region, nach Freiburg und ins Glottertal, nach Lörrach und an den Titisee.

„**Meine Auszeiten – Schwarzwald**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 16,00 Euro.

PRESSEINFORMATION

Die Autorin

Die Redakteurin und Autorin **Marion Stieglitz** lebt in Offenburg und liebt die vielen Facetten ihrer Heimat. Schon für die „*Glücksorte in der Ortenau*“ hat sie sich auf die Suche nach den schönsten Ecken zwischen Weißtannen und Weinreben begeben. Für ihr neues Buch erkundete sie nun den kompletten Schwarzwald, um besondere Orte zum Entschleunigen zu finden – mal ganz modern, mal badisch gemütlich.

Bisher in der Reihe „Meine Auszeiten“ erschienen (Stand Herbst 2025):

Allgäu, Bergisches Land, Chiemgau, Hamburg, München, Ostwestfalen-Lippe, Pfalz, Ruhrgebiet, Schwarzwald, Stuttgart, Westerwald

Unsere Reihen zu Zielen in Deutschland und der Welt:

- Einmal im Leben
- Glücksorte – u.a. „Glücksorte im Nordschwarzwald“, „Glücksorte im Südschwarzwald“
- Kriminell entdecken – „Tortentrauma. Den Schwarzwald kriminell entdecken“
- Meine Auszeiten
- Radeln für die Seele – u.a. „Schwarzwald. Radeln für die Seele“
- Wandern für die Seele – u.a. für Norden, Mitte und Süden des Schwarzwalds
- Weinorte
- Zu Fuß durch

PRESSESERVICE – Nicole Abeln - Tel. 0211/84 34 52 10 – Mail: n.abeln@droste-verlag.de

Druckfähige Daten

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien per E-Mail oder stellen sie Ihnen als Download zur Verfügung.

Honorarfreie Inhalte und Fotos

Inhalte aus unseren Büchern können wir Ihnen nach Absprache kostenfrei zur Verfügung stellen, z. B. zur Nutzung in redaktionellen Beiträgen.

Autor:inneninterviews

Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview.

ZUM VERLAG

Der Droste Verlag ist einer der führenden unabhängigen Verlage für Bücher in den Themenwelten Reiseführer, Sport- und Aktivreisen und Freizeitführer. Zudem publiziert Droste mit namhaften Partnern u. a. Fachbücher zu Politik und Zeitgeschichte.