

Euphoria!

WELLNESSHOTELS ZIJN TRENDY OP HET MOMENT. OF DAT NU HET RESULTAAT IS VAN EEN MAATSCHAPPIJ VOL STRESS, OF EEN GROEIEND COLLECTIEF BEWUSTZIJN WETEN WE NIET, MAAR FEIT IS DAT ER STEEDS MEER RETRAITES WORDEN AANGEBODEN OP VERSCHILLENDE WIJZE, LOCATIES EN NIVEAUS. WE BEZOEKEN HET GRIEKSE EUPHORIA HOTEL DAT ZIJN NAAM TE DANKEN HEEFT AAN HET GELUKKIGE, EUFORISCHE GEVOEL DAT GASTEN Zouden ERVAREN BIJ HET VERLATEN VAN HET HOTEL. WANT, ZO ZEGT DE IN ZWITSERLAND OPGELEIDE GENERAL MANAGER CHRISTOS LOURANTOS: 'GASTEN KOMEN AAN MET EEN GESPANNEN GEZICHT EN VERLATEN ONS LACHEND MET BLOSJES OP DE WANGEN.'

TEKST Marina de Massiac

@
EUPHORIARETREAT



PROGRAMMA'S

- EUPHORIA WELLBEING DETOX (3, 5 OF 7 DAGEN)
- WEIGHT METABOLIC MANAGEMENT (7, 10, 14 OF 21 DAGEN)
- EUPHORIA RELAX & DE-STRESS (3, 5 OF 7 DAGEN)
- EUPHORIA FITNESS (5 OF 7 DAGEN)
- EUPHORIA YOGA & MINDFULNESS (3, 5 OF 7 DAGEN)
- EUPHORIA INNER & OUTER GLOW (3, 5 OF 7 DAGEN)
- EUPHORIA ESCAPE (2 DAGEN)



Op iets minder dan drie uur rijden van Athene vind je het bosrijke wellnesshotel Euphoria. Het project wordt gemanaged door de Griekse Marina Efraimoglu, voorheen werkzaam in de financiële sector. Haar kankerdiagnose zette haar toenmalige drukke bestaan op scherp en fungeerde als doorslaggevende factor om haar droom waar te maken: een wellnesshotel opzetten te midden van de Griekse natuur. De mens staat er centraal, en wordt dan ook op een holistische manier benaderd. Dat betekent dat geest en lichaam niet van elkaar worden losgekoppeld, maar als één geheel worden gezien. De 45 kamers en suites in het hotel worden omringd door een 7,8 hectare tellend bos en het tot UNESCO werelderfgoedlijst behorende dorpje Mystras. Het lichte interieur van de kamers smelt als het ware samen met de natuur: de indeling, materialen en de lichtinval zijn er simplistisch, functioneel en

opgeruimd. Maar de echte showstoppers zijn hier niet de soberchique kamers die allen voorzien zijn van een heus 'Pillow Menu' – een menu met keuze uit verschillende soorten hoofdkussens –, maar de zeer royale en prachtig vormgegeven spa met idem dito behandelingen.

Verspreid over vier verdiepingen vind je hier 3500 vierkante meter aan luxe spa faciliteiten zoals een 'Sphere' zwembad, Byzantine hamam, zoutkamer, Finse- en infrarood sauna, Waterwell Kneipp therapie bad, jacuzzi, buitenzwembad en meditatiekamer. Wie het liefst profiteert van de gezondheidseffecten van de natuur kan lange wandelingen maken, fietsen of een jacht huren om de omliggende eilanden te ontdekken. Het restaurant Gaia voedt haar gasten volgens de filosofie: gezonde geest op een gezond lichaam. Een algemeen

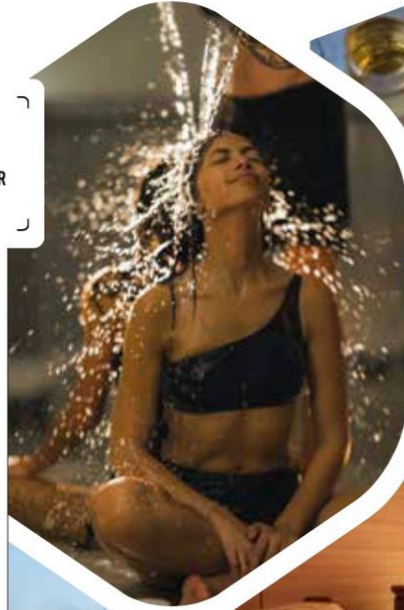
gevoel van welzijn komt van binnen, en niet van buiten. Pas als de spijsvertering goed op gang is slaan de spa behandelingen en sessies aan, aldus Euphoria. Om die specifieke reden serveert Gaia gerechten met mediterrane, lokale invloeden rijk aan verse kruiden, specerijen en antioxidanten om zo ontstekingen in het lichaam terug te dringen. Naar idee van een stel nutritionisten die gebruik maken van de zogenaamde 3GL-methode, een methode die werd ontwikkeld door de universiteit van Thessalië.

Al met al is een verblijf in Euphoria een mooie, natuurlijke ervaring. Wie het non-euforische gevoel van drie uur in de auto zitten na een idem dito vlucht het liefst overslaat, kan het best het hotel in de warme maanden bezoeken om zo op het kleinere Kalamata airport te vliegen.

PUURENKOOR

PUUR & KUUR

HET IN AMSTERDAM EN BELGIË GEVESTIGDE PUUR & KUUR ORGANISEERT WERELDWIJD WELLNESSREIZEN MET EEN HOOG ME-GEHALTE. OPRICHTSTER MARLEEN VAN GRIENSVEN DROOMT ERVAN OOIIT EEN WELLNESSHOTEL IN NEDERLAND TE OPENEN. TOT DIE TIJD HOUDT ZE WELLNESSTRENDS NAUWLETTEND IN DE GATEN EN STELT ZE SAMEN MET HAAR TEAM FIJNE, RUSTGEVENDE VAKANTIES SAMEN VOOR CLIËNTEN. HAAR GETRAINDE WELLNESS REISSPECIALISTEN ADVISEREN JE GRAAG OVER DE BESTE KUUROORDEN, SPA'S EN BOETIEK-RETREATS. BOEK JE EEN SPA VERBLIJF VAN MINIMAAL VIJF NACHTEN BIJ EUPHORIA VIA PUUR & KUUR, DAN ONTVANG JE EEN SPA-GIFT VOUCHER VAN 100 EURO PER PERSOON. VOOR MEER INFORMATIE KIJK JE OP [PUURENKOOR.NL/EUPHORIA](https://www.puurenkoor.nl/euphoria)



INTERVIEW OPRICHTSTER EUPHORIA MARINA EFRAIMOGLU

KUN JE JE HET MOMENT HERINNEREN DAT JE BESLOOT OM DE WELLNESS HOTELLERIE IN TE GAAN?

'DE EERSTE INSPIRATIE DIE IK OPDEED WAS IN 1999. IK WERKTE IN HET BANKWEZEN EN WAS FLINK OVERWERKT. IK BEN TOEN OP EEN TWEEWEEKSE WELLNESSRETRAITE GEGAAN IN CALIFORNIË. IN RETROSPECTIEF WAS MIJN VERBLIJF DAAR EEN DOORSLAGGEVEND MOMENT. IK DEED DAAR AAN YOGA EN MEDITATIE EN WIST DAT IK EEN SOORTGELIJK IETS WILDE GAAN NEERZETTEN.'

WAT IS JE DOEL MET EUPHORIA?

'HET PRIMAIRE DOEL IS OM MENSEN TOOLS TE GEVEN OM DE BESTE VERSIE VAN ZICHZELF TE WORDEN. ZOALS HIPPOCRATES OOIIT ZEI: "DE ZELFGENEZENDE KRACHT DIE WE IN ONSZELF HEBBEN IS DE BELANGRIJKSTE WEG NAAR GENEZING." DE TWEDE PIJLER BINNEN EUPHORIA IS DAT WE GELUK EN ZINGEVING IN HET LEVEN WILLEN CREËREN. IN DE KOMENDE TIEN JAAR WILLEN WE EUPHORIA ONTWIKKELEN DOOR EEN HOTEL AAN ZEE TE OPENEN EN EEN DERDE, MEER GEMEDICALISEERD HOTEL NIET VER VAN ATHENE.'

WELLNESS HOSPITALITY IS BOOMING. HOE ONDERSCHIEDT EUPHORIA ZICH VAN HET GROEIEND AANTAL CONCURRENTEN?

'WE ONDERSCHIEDEN ONS DOOR ONS TE FOCUSSEN OP HET EMOTIONELE EN HOLISTISCHE ASPECT. ANDERE WELLNESSHOTELS ZIJN MEER GEORIËNTEERD OP GEWICHTSVERLIES OF HEBBEN EEN COSMETISCHE INSTEK. EUPHORIA IS EEN VAN DE WEINIGE HOLISTISCHE SPA HOTELS. ZULKE WELLNESSCONCEPTEN BESTAAN WEL, MAAR ZIJN GEVESTIGD IN ZUIDOOST-AZIË. EEN ANDER ASPECT VAN HET HOTEL WAT ONS ONDERSCHIEDT VAN DE REST, IS DAT ER HEEL VEEL NATUUR TE VINDEN IS RONDOM HET HOTEL. WE BIEDEN DAAROM OUTDOORACTIVITEITEN AAN IN DE BOSSEN.' ■

