

EIN MYLIFE CHANGING RESORT MOUNT MED RESORT WILDSCHÖNAU

Revolutionäres Flagship im Gesundheitstourismus setzt neue Maßstäbe



Mit Dezember hat das Medical-Flagship Mount Med Resort in der Wildschönau seine Pforten geöffnet. In rund 3,5 Jahren Bauzeit wurde von der deutschen Wüstenrot Haus- und Städtebau für mehr als 70 Millionen ein spektakuläres Gesundheitsprojekt realisiert. Aufbauend auf den 850 Jahre alten Mauern eines ehemaligen Zehenthofs ist ein architektonisch und konzeptionell einzigartiges Resort mit visionärem Medical Spa entstanden. 10 Gebäude vereinen sich zu einer Welt in sich, harmonisch eingebettet in die unberührte Natur des alpinen Hochtals. Das Mount Med Resort bietet weit mehr als nur einen Aufenthalt: Es ist ein bewusst gewählter Rückzugsort, der seinen Gästen eine Welt der Regeneration, Kraftschöpfung und Inspiration eröffnet und mit Mylife Changer und Green Fine Dining auch die Ernährung revolutioniert.

Mylife Changer – gesund in die Zukunft

Das neu eröffnete Gesundheitsresort in der Wildschönau begegnet dem gesellschaftlichen Streben nach einem gesunden, langen, körperlich und geistig fitten Leben mit einem revolutionären Gesundheitskonzept. Dabei finden integrative Diagnostik und zukunftsweisende, zellverjüngende Methoden sowohl in der Prävention als auch in der Behandlung Anwendung. Die ganzheitliche Mylife Changer Methodik wurde mit renommierten Medizinern sowie Experten der Manual- und Ernährungstherapie in mehr als 10 Jahren Forschung und Praxis von Papp&Papp entwickelt. „Der Ursprung der Methodik lag in dem Bestreben, den allgemeinen gesundheitlichen und postoperativen Zustand von Mammakarzinom-Patientinnen zu stärken sowie den Heilungsprozess zu verbessern und verkürzen“, erklärt Dr. Alexander Papp, Facharzt für plastische, ästhetische und rekonstruktive Chirurgie. „Es hat sich jedoch gezeigt, dass das System auch bei gesunden Menschen – vor allem in der Prävention – sehr gute Ergebnisse in der Verbesserung des Allgemeinzustandes bringt und das biologische Alter positiv beeinflusst wird.“ Daraus wurde die ganzheitliche Mylife Changer Methodik entwickelt, die die Gesundheit der Zellen in den Fokus rückt. Das biologische Alter zu verjüngen, den Organismus zu regenerieren sowie den Alterungsprozess zu verlangsamen, ist das Ziel. Dabei steht im Zentrum: Der Mensch in seiner Gesamtheit, vom Mindset bis zu den schmerzenden Gelenken und allem dazwischen – angefangen in der kleinsten Zelle des Körpers. Basis für die individuellen Ernährungs-, Behandlungs- sowie Bewegungs- und Mental-Health-Programme ist der Metabolic Blueprint, eine tiefgehende Analyse von Stoffwechsel, biologischem Alter, Fettverbrennung, Herz- & Lungenfitness, Haltung, Atmung und mentaler Gesundheit. Die ganzheitliche, evidenzbasierte Methodik baut auf 7 Säulen auf:

- 1. Revolutionäre antiinflammatorische Ernährung:** Das bahnbrechende Ernährungskonzept ist ein Stoffwechselprogramm, das die Prinzipien von Intervallfasten, Kalorienreduktion und Fettstoffwechsel kombiniert, um Stoffwechselgesundheit, Gewichtsmanagement und Langlebigkeit zu fördern
- 2. Eigens entwickelte Kräuterelixiere und Nährstofftherapie** zum Ausleiten und Aufbauen, für eine optimale Nährstoffversorgung
- 3. Signature Sauerstoff- und Vitamininfusionen,** die Prävention und Regeneration unterstützen

4. Personalisierte Behandlungspläne mit protokollierten Manualtherapien und Cosmeceuticals aus dem Schweizer Laboratoire Sintyl zur Ausleitung und zur Regulierung der Körperfunktionen

5. High-Tech Touchless Treatments & Neuroscience Biohacking

6. Visionäres Fit Performance Bewegungsprogramm

7. Transforming Mental-Health-Programm

Medizin – am Puls der Zeit und darüber hinaus

Im visionären Medical Spa vereinen sich höchste diagnostische, schul- und integrativmedizinische Expertise. Die innovativen MOUNT MEDolutions basieren auf der ganzheitlichen Mylife Changer Methodik. „So können wir für jeden Gast einen absolut individuellen Behandlungsplan gestalten, um maximale Ergebnisse zu erzielen“, betont Dr. Alexander Papp. „Neben der Methodik bieten wir innovative apparative Therapien, von minimalinvasiver Haut- und Muskelstraffung bis zu marktführendem Biohacking.“ Neben präventiven und ästhetischen Schwerpunkten liegt der Fokus im Medical Spa auf nachhaltiger Mobilität. „Frei nach dem Motto ‚Mens sana in corpore sano‘ ist die ganzheitliche Betrachtung der Funktionen unseres Körpers auch für den erfolgreichen Erhalt der Mobilität bis in das hohe Alter hinein von entscheidender Bedeutung“, erklärt Dr. Stephan Papp, Facharzt für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie. „In unserem Medical Spa haben Gäste die Möglichkeit, entsprechend ihren Anforderungen und individuellen Fragestellungen unter professioneller Anleitung und ärztlicher Kontrolle ein enormes Spektrum an Anwendungsmöglichkeiten zur Problemlösung zu erfahren: von klassischer Physiotherapie über Manualtherapien bis hin zu Kryo-, Stoßwellen- und Lasertherapie. Darüber hinaus steht den Gästen das volle Angebot an modernsten apparativen Verfahren für eine effiziente und rasche Abklärung in unserem Diagnostikzentrum in Wörgl zur Verfügung, von Röntgen und MRT bis CT.“

Medizinische Schwerpunkte

- ||| High-End-Integrativdiagnostik & modernste bildgebende Verfahren
- ||| Prävention & Check-up
- ||| Ästhetische Medizin & Age Reversing
- ||| Sportmedizin & Leistungsoptimierung
- ||| Dermatologie & Skin Solutions
- ||| Orthopädie & Mobilität
- ||| Ernährungsmedizin & Metabolic Testing
- ||| Schlafmedizin & Pulmologie

MOUNT MEDolutions im Fokus

- ||| Prevent & Super-Check-up
- ||| Detox & Weight Management
- ||| Longevity & Age Reversing
- ||| Gesunde Schönheit & Meno Change
- ||| Mobilität & Fit Performance
- ||| Ortho Post-OP & Schmerzmanagement
- ||| Stressmanagement & Chronic Fatigue
- ||| Mentale Balance & Gesunder Schlaf
- ||| Immunboost & Long- und Post-Covid

Revolutionäre Ernährung – für Körper, Geist & Seele

Ein Weg zur nachhaltigen Gesundheit und Prävention führt über die Ernährung, die im Mount Med Resort auf der revolutionären Mylife Changer Methodik basiert. Mylife Changer setzt auf null Zucker sowie eine starke Kohlenhydrat- (max. 30 g/Tag) und Kalorienreduktion, um den Prozess der Autophagie für die aktive Zellreinigung und Entgiftung einzuleiten. Angeboten werden zwei Mylife-Changer- sowie eine alternative vegetarische Ernährungsstufe: Weight Guardian ist das medizinisch induzierte, universitär begleitete Mylife Changer Stoffwechselprogramm, basierend auf einer proteinreichen Low-Carb-Low-Calories-Cuisine. In dieser Intensivphase werden Kohlenhydrate sowie Fette reduziert und gleichzeitig ausreichend Proteine und Mikronährstoffe zugeführt. Der Körper stellt so auf den Fettstoffwechsel um und bildet aus körpereigenem Fett so genannte Ketone. Ketone ersetzen Glukose als Kraftstoff in den Zellen. Die Aminosäuren wandern direkt in die Muskeln, erhalten so ihre Struktur und verhindern den Muskelabbau. Health Optimiser bildet die zweite Phase des Programms, die auf Fitness, Vitalität und Mental Health fokussiert. In dieser so genannten Stabilisierungsphase wird der Körper aus dem Fettstoffwechsel herausgeführt, die natürlichen Körperfunktionen werden ins Gleichgewicht gebracht und das Energielevel gesteigert. Diese Ernährungsstufe ist auch ideal für Sportler geeignet. Dem Trend zur pflanzenbasierten Küche trägt das Mount Med Resort mit der dritten Ernährungsstufe, dem Green Local Hero, auf höchstem kulinarischen Niveau Rechnung.

Als Executive Chef im Mount Med Resort konnte Boris Meyer gewonnen werden. Sein beeindruckender Weg hat ihn über Stationen wie das PerSe in New York über das Vendome in Bergisch-Gladbach (3 Sterne), das Reinstoff in Berlin (2 Sterne) und das Noma in Kopenhagen (3 Sterne) bis in das Mount Med Resort geführt. „Seit mehreren Jahren beschäftige ich mich intensiv mit gesunder, balancierter Küche, die speziell darauf abzielt, den Stoffwechsel zu optimieren. Im Mount Med Resort bieten wir eine abwechslungsreiche Auswahl, die das allgemeine Wohlbefinden, aber auch den Genuss unterstützt. Wesentlich ist dabei die Auswahl der Ingredienzien – zuckerarm und mit hohem Proteingehalt. Wir arbeiten eng mit lokalen Bauern und Produzenten zusammen, um frische, authentische Zutaten zu beziehen, die den einzigartigen Charakter unserer Gerichte ausmachen. Unser Lieferantenstamm wächst stetig, da wir immer auf der Suche nach neuen, regionalen Produkten sind, die unser nachhaltiges Konzept bereichern“, erklärt Executive Chef Boris Meyer.

Novum: Fine Dining im Gesundheitsresort

Ein absolutes Novum im Gesundheitstourismus ist das Fine Dining Restaurant im Mount Med Resort, das auch externen Gästen zugänglich ist. „Die Philosophie unseres Fine Dinings basiert auf dem Streben, den Gästen eine ganzheitliche, pflanzenbasierte und gleichzeitig innovative Küche zu präsentieren. Wir setzen auf biodynamische Weinbegleitungen, die perfekt auf unsere Gerichte abgestimmt sind, und bieten ein Menü, das alte Gemüsesorten hervorhebt. Damit holen wir ein Stück der Vergangenheit zurück und bringen es mit modernen Akzenten in die Gegenwart. Unser Ziel ist es, unseren Gästen mit jedem Bissen die Ursprünge von unverfälschten Zutaten näherzubringen und ihnen zu zeigen, wie spannend pflanzenbasierte Küche sein kann“, erklärt Boris Meyer.

Augenschmaus & gewachsene Genusskunst

Das kulinarische Herz des Mount Med Resorts besticht nicht nur mit Gaumengenuss, sondern auch mit einzigartigem Interior-Design. Sieben historische Restaurantstuben erzählen im Mount Med Resort ihre jeweils eigene Geschichte auf dieser ganz besonderen kulinarischen Reise. Von der Bauernstube über den Zehent bis zu Kloster-, Korn- und Heustube, von der Schäferei zur Molkerei. Die Namen wurden wie des Interieur an die Geschichte der ehemaligen Stallungen, Vorratskammern und Wirtsräume angelehnt. Im ältesten Teil des historischen Gebäudes, dem mystischen Kellergewölbe, hat das Fine-Dining-Restaurant seine Heimat gefunden hat.

Die Zehentstube erinnert wie die rot-blaue Klosterstube an den Obulus, den die Bauern der Region einst dem Kloster Zeon abgeben mussten. Das Design in der Zehentstube belebt die Geschichte mit alpinen Kräutern und Tischen, die mit Adnetter Marmor gefertigt wurden.

Die urige Zirben-Bauernstube wurde mit liebevollen Details wie Lampen aus Gmundner Keramik, handgeschmiedeten Vorhangstangen und speziell mit alten Modellen bedruckten Vorhängen in Rot und Grün zu einem besonderen Wohlfühlort gestaltet. Die Korn- und Heustube sowie die Schäferei und Molkerei sind Unikate der Innenarchitektur. Aus den ehemaligen Stallungen des Zehenthofs geboren, stehen Sie für eine einzigartig stilvolle Reminiszenz an die Geschichte. Veredelt mit sinnlichen Materialien und Details. In das rund 1.000 Jahre alte Gewölbe, den ältesten Teil des Resorts, hat das Fine-Dining-Restaurant Einzug gehalten. Eigens angefertigte Tische aus naturroher Eiche und mit handgeschmiedeten Füßen schmiegen sich an mit Loro-Piano-Stoff gepolsterte Stühle und Bänke. Höchster Genuss für alle Sinne – für externe wie interne Gäste. Abgerundet wird das historisch-kulinarische Zentrum des Mount Med Resorts mit alpinen Kunstwerken alter Meister aus dem 18. und 19. Jahrhundert.

Nachhaltige Architektur – verbindet Historie & Zeitgeist

Das Mount Med Resort wartet neben dem revolutionären inhaltlichen und kulinarischen Konzept mit einer einzigartigen Architektur auf, die Historie mit Gesundheit, Natur und integraler Medizin verbindet. „Das Zusammenspiel zwischen tausend Jahre alter Tradition und der modernen Gesundheitstechnik hat uns fasziniert. Besonders spannend sowie die größte Herausforderung war, die Vorgaben vom Denkmalschutz mit den Anforderungen des Medical Spa und dem Resortkomfort zu verbinden. Aus dieser Symbiose haben wir ein einzigartiges Raumerlebnis geschaffen. Der Leitgedanke in der Außenkubatur war, den Baukörper – über 45.000 m³ umbauter Raum – harmonisch in die Hanglage zu integrieren und passend zum Wildschönauer Ortsbild in Szene zu setzen“, erklärt Architekt Markus Millinger. „In unserer Philosophie sind Nachhaltigkeit und Regionalität tief verankert“, betont Millinger. „Bei der Materialauswahl spielten natürliche und regional verfügbare Produkte eine große Rolle. So wurden unter anderem sämtliche Obergeschoße in Holzbauweise ausgeführt und aus dem Altbau entstandene Abbruchmaterialien (Steine) teilweise am Bau wiederverwendet. Auch wurde der komplette Aushub an Ort und Stelle deponiert, wodurch allein dafür ca. 1.500 LKW-Fahrten zu Deponien vermieden wurden. Sämtliche Hauptgewerke wie Baumeister, Zimmerer, Elektriker, HKLS, Spengler und Schwarzdecker sowie viele andere Gewerke wurden mit Tiroler und Wildschönauer Firmen ausgeführt. Die Energie wird über Fernwärme und Wärmepumpen sowie Photovoltaik gewonnen. Die Außenanlagen wurden vor allem mit heimischen Pflanzen gestaltet.“

Naturbewusstes Interior-Design – der gesunde Kunstgenuss

„Die Philosophie des Interiors basiert auf der Idee, die Natur ins Haus zu holen und eine harmonische Verbindung zwischen Alt und Neu, Innen und Außen, Gesundheit und exklusivem Wohlbefinden zu schaffen“, erklärt Interior-Designerin Ulrike Kamolz-Weber. Sie hat das Gesundheitskonzept in enger Zusammenarbeit mit den Entwicklern in eine außergewöhnliche Designsprache übersetzt. „Ein Haus, das wie ein Garten lebt, ist ein Zuhause, das nicht nur funktioniert, sondern die Seele nährt.“ Deshalb stellt Weber im Resort natürliche Materialien wie Holz, Stein, Textilien und Pflanzen ins Zentrum. Die Farbwelt fördert Wohlbefinden und Harmonie. „Shades of Green – ein zentrales Element des Farbkonzepts – stehen symbolisch für Neubeginn, Wiedergeburt und Heilung. Warme Töne, ergänzt durch tiefes Grün, schaffen eine beruhigende, klare Atmosphäre, die Schönheit und Harmonie ausstrahlt. Sanfte Grautöne, inspiriert von Stein und Felsen, ergänzen die Farbpalette und schaffen eine Verbindung zur umliegenden Berglandschaft.“ Das Interior-Konzept lebt durch eine verbindende Farb- und Formsprache und setzt mit Kunstobjekten und Unikaten einzigartige Akzente. „Die Besonderheit liegt in der Komposition verschiedenster Elemente, die wie ein Orchester zusammenspielen. Handgefertigte Details, wie eine plissierte Seidenlampe, die an eine aufgehende Blume erinnert, mundgeblasene Glasgefäße und Luster eines renommierten Glaskünstlers, speziell für das Hotel entworfen, Keramik-Unikate in organischen Formen, selbstentworfenen Stoffe und preisgekrönte Möbelstücke renommierter Hersteller vereinen Eleganz und Funktionalität. Das Medical Spa bildet das Zentrum des Resorts. „Hier wird durch organische Formen, salbeigrüne Akzente, eigens gewebte Vorhänge sowie spezielle Akustiklösungen aus recycelten Materialien eine Welt des Vertrauens und der Privatsphäre geschaffen.“

Facts & Figures

- III 10 Gebäudeteile
- III 7 Klosterzimmer, 39 Zimmer & Suiten
- III 14 Chalet-Suiten
- III Historische Tenne Lounge mit Health Bar und Galerie
- III Restaurant mit 7 historischen Stuben für Resortgäste
- III Fine-Dining-Restaurant auch für externe Gäste
- III iCOOK Atelier
- III 3.500 m² Holistic & Medical Spa
- III 37 Arzt- und Behandlungsräume
- III 340 m² Fitness & Gym mit Impulse Studio

