

Elektromos autóval teszteltük a Hilaris desztinációkat - Túrák télen és tavasszal: Hasznos tippek az igazi élményekhez

HILARIS

HILARIS SZÁLLODALÁNC MAGAZINJA

2025 II. (Tél)

ÚJ DESZTINÁCIÓ

HEILIGENBLUT

AUSZTRIA LEGMAGASABB CSÚCSÁNÁL

Síelési tippek
kezdőknek és
haladóknak

MASSÁZS
KISOKOS:
MELYIKET
VÁLASSZAM?



ZENTAI
PÉTER

A filantrópiáról:
„Mindig is próbáltam
segíteni”

Ismerd meg a Hilaris
Hotels alapítójának
hosszútávú vízióit

Lehetünk az új bankod?

Az új bankodnál a pénzed
jó célokat szolgál.



KiberPajzs

Vétezd fel magad a KiberPajzsokkal
szemben, légy passzív a KiberPajzs honlapján!
kiberpajzs.hu

Bankolj tudatosan!
magnetbank.hu

KÖSZÖNTŐ

H
HILARIS HOTELS

Kedves Vendégeink!

Ahogy megérkezik a tél, leesik az első hópehely, valami átkapcsol bennem, meg kell keresnem a sílécemet. A reggeli hideg levegő, a friss hó ropogása a láb alatt és az a különleges csend a hegyek között – számomra ez a legnagyobb feltöltődés.

Harminc éve síelek, és még mindig ugyanolyan lelkesedéssel indulok neki a szezonnak, mint az első alkalommal. A síelés az a sport, ami nemcsak fizikailag kapcsol ki, hanem fejben is teljesen más világba visz. A pályán nincs helye világmegváltó gondolatoknak – ott csak az adott pillanat számít: a lendület, a hó a léceim alatt, vagy az érzés, ahogyan beveszek egy kanyart. Aztán a felvonón ülve jöhet a boldog visszatekintés: mi ment jól, mire figyeljek legközelebb és melyik pálya legyen a következő, amit meghódítok.

És persze a legjobb rész, a hűtében, egy forró ital mellett barátokkal vagy a családdal átbeszélni az élményeket – számomra ez a legjobb kikapcsolódás. Néhány nap a pályán olyan, mintha nyomnék egy reset gombot: minden kisimul, letisztul.

A murai hegytetőn állni és onnan lenézni a pályákra számomra az egyik legszebb élmény, amit a tél adhat. De nemcsak a látvány miatt. Ott fenn, ahol a világ kicsit elcsendesedik, az ember eltávolodik a hétköznapiaktól. Felülről nézni a dolgokat, szó szerint – segít újra tisztán látni, mi fontos igazán, és mi az, ami nem. A hegytetőn valahogy a problémák is kisebbnek tűnnek, és a perspektíva helyreáll.

Ezért is vagyok különösen boldog, hogy a Hilaris Hotels portfóliója immár két csodás sírégióban is jelen van. A már jól ismert murai hotelek mellé most csatlakozott Heiligenblutban két új szállodánk, a Landhotel Post és a Sporthotel. Mesés környezet, osztrák vendégszeretet, igazi téli varázs – minden adott egy felejthetetlen szezonhoz.

A Hilaris Magazin harmadik számát ismét szívvel-lélekkel állítottuk össze – ezúttal még inkább az olvasóinkra hangolva. Megkérdeztük vendégeinket, miről olvasnának szívesen, és az ő válaszaik alapján formálódott ez a lapszám. Emberi történetek, kulisszatitkok, praktikus ajánlások, receptek és élmények – mindenből egy kicsi, amitől a tél még meghittebbé és tartalmasabbá válhat.

Számomra továbbra is az a legkedvesebb pillanat, amikor valamelyik szállodában azt látom: egy vendég épp a magazinunkat olvassa – ezek azok a pillanatok, amikért érdemes újra és újra megálmodni ezt a kiadványt. Bízom benne, hogy ez a szám is jó társ lesz a feltöltődéshez – akár a hegyekben, akár otthon, egy meleg sarokban kuckózva.

Üdvözlettel,
Pázmándy Szilvia

*Hilaris Hotels,
központi értékesítési és
marketingigazgató*



TARTALOM



4 Új desztináció, Ausztria:
Heiligenblut

22 Új szálloda:
Landhotel Post
Heiligenblut

6 Interjú Zentai Péterrel:
5 év, 5 ország, 50
szálloda és 5000 szoba

24 Felnőttbarát szálloda:
Csendet kérünk, nem
kizárólagosságot!

12 Ismerd meg a
Sporthotel Heiligenblut
szállodánkat!

26 Hofstädter:
Az otthon művészete

14 Borkalauz:
Prosecco, az olasz
életézés palackba zárva

28 Erste Ingatlan Alapok:
Befektetői szemlélet
és üzleti partnerség



18 Mit lehet csinálni télen
egy szállodában?
Élmények minden
korosztálynak
és élethelyzetnek

30 Interjú Misángyi
Dórizal:
A Lifestyle Hotel
igazgatójának
története

32 Mese gyerekeknek:
Bence és Emma első
síkalandja

56 Szent Magdolna
Magánkórház



34 Fedezd fel a Hilaris
Hotels világát:
Úti célok

58 Wellness - szaunaetikett:
Tudatos forróság, igazi
feltöltődés



40 Sípálya kisokos:
Mire figyelj, ha
Ausztriában síelsz

64 Krausz Gábor receptje:
Tanyasi csirkepaprikás
a Reed Bistro étlapjáról



44 Interjú Hidasi Bálinttal:
Az Ambient
igazgatójának története

68 Beluga Garden:
Zöldbe borult otthonok

48 Utazás elektromos autóval:
Teszteltük a Volvo EX30-
at!

70 Tippek, hogy melyik
masszázst válaszd



52 Zentai Péter a filantrópiáról:
„Mindig is próbáltam
segíteni”

72 Túrázz az erdőben télen
és tavasszal:
Amikor a természet két
arca váltja egymást



54 Síelés kezdőknek és
profiknak Hilaris
módra

74 Magyar Golf
Szövetség:
Az új korszak





Ausztria

HEILIGENBLUT

Ahogy beköszönt a tél, és az első hópelyhek szállingózni kezdenek, valami megváltozik a levegőben. A reggelek már csípősek, a leheletünk apró felhőként száll fel a hidegben. Gondolatban már a hegyek között vagyunk, hallani, ahogy a hó ropog a talpunk alatt, érezni, ahogy az arcbőrünket megcsípi a fagy, a kezünket pedig sietve a zsebünk mélyére dugjuk, nehogy abból is jégcsap legyen. A nagykabátok előkerültek, és gondolatban már a hófödte lankákon siklunk a hegyoldalról és egyetlen érzés erősödik bennünk, méghozzá a szabadságé.

Minden télben van valami ígéret: a csend, amit csak a friss hó tompít, a táj, ami fehérbe öltözik, és az a megmagyarázhatatlan vágy, hogy újra a hegyek között legyünk. Sokan ilyenkor Muraut emlegetik, nem véletlenül, hiszen a magyarok egyik kedvenc célpontja évek óta. De van egy másik hely, amely lassan belopja magát az utazók álmaiba. Egy falu, amely az osztrák Alpok legmagasabb pontjának lábánál fekszik, és ahol minden nap úgy indul, mintha egy képeslap életre kelt volna. Ez a hely nem más, mint Heiligenblut, ahova nyáron a mormoták miatt látogatják a turisták, télen pedig a síelők fedezik fel újra és újra a meredek hegyoldalakat, a friss levegőt és a panorámát, amit nehéz elfelejteni.

Heiligenblut Karintia tartományában, a **Grossglockner**, Ausztria legmagasabb hegye (3798 m) lábánál fekszik. A falu 1288 méteres tengerszint feletti magasságban terül el, így garantáltan hóbiztos úti cél a téli hónapokban. A Grossglockner-Heiligenblut sírégió 55 kilométernyi gondozott pályát kínál, ahol a piros és fekete lejtők dominálnak - ez a terep elsősorban a gyakorlott és kalandvágyó síelőknek kedvez. A pályák 1301 és 2902 méter között húzódnak, a modern kabinos és ülőlifteknek köszönhetően pedig gyorsan és kényelmesen elérhetők. A legmagasabb ponton lenyűgöző panoráma tárul elénk: a Hohe Tauern csúcsai és a mélyben húzódó völgyek látványa minden kanyart megér.

A Grossglockner-Heiligenblut sírégió Ausztria egyik legautentikusabb és legbarátságosabb he-

gyi területe: nincs zsúfoltság, helyette rendezett pályák, természetes hó, és az a fajta nyugodt hangulat, amit a nagyobb, felkapott síközpontokban már ritkán találni. Aki nem síel, annak sem kell unatkoznia: téli túraútvonalak, hótalpas kirándulások, szánkópályák és panorámás felvonók várják a vendégeket.

A környék legismertebb útvonala a Grossglockner Hochalpenstrasse, amely nyáron autósok és motorosok kedvence, télen pedig a magashegyi panoráma miatt érdemes felkeresni. Innen nyílik az egyik legszebb kilátás a Hohe Tauern Nemzeti Parkra, ahol a természet még mindig uralja a tájat.

Heiligenblut különlegessége, hogy megőrizte az eredeti alpesi falu karakterét: hangulatos faházak, barátságos vendéglők, forralt bor illata a levegőben - és az ikonikus, hegyekkel körülölelt gótikus templom, amely szinte minden képeslapról visszaköszön.

Heiligenblut neve nem véletlenül hangzik ilyen különösen: a legenda szerint egy dán lovag, Szent Briccus Jeruzsálemből hazafelé tartva Krisztus vérének néhány cseppjét rejtette ruhaujjába. Az Alpokon átkelve azonban lavina sodorta el, és életét vesztette. Amikor évekkel később megtalálták, a térdéből vér fakadt - pontosan ott, ahol az ereklyét elrejtette. A helyiek ezt csodának tekintették, és e hely fölé építették a falu ma is híres Szent Vince-templomát. Innen ered a település neve is: Heiligenblut, azaz „Szent Vér”.

50 szálloda és 5000 szoba 5 ÉV, 5 ORSZÁG,

”

„Fogtunk egy körzöt, leszúrtuk Budapesten, és berajzoltuk azt a maximális távolságot, ameddig autóval kényelmesen el lehet jutni.”

*Zentai Péter,
a Hilaris Hotels
szállodalánc tulajdonosa*



Reggel fél tíz volt, amikor Péter belépett az irodájába. A megszokott pörgéssel érkezett. Mielőtt leült volna, néhány gyors telefonhívást még elintézett cégvezetőkkel és kollégákkal. Amikor végre úgy tűnt, fókuszálni tud, a telefonja újra és újra megcsörrent, ő pedig röviden válaszolt, majd elnézést kérve visszatért a gondolatmenetéhez. Látszott, hogy egyszerre több fronton teljesít. Aztán egy ponton kikapcsolt mindent, lehalkította a telefonját, és onnantól teljes figyelmet adott a beszélgetésnek. Ilyenkor mindig látszik rajta, mennyire fontosnak tartja ezeket a féléves interjúkat. Tudatosan időt szán rá, hogy átláthatóan meséljen a Hilaris jelenéről és a következő lépésekről.

A sarokban közben ott szuszogott hű társa, Diablo. Minden a helyén volt, mint mindig. Péter pedig egy óra alatt a legőszintébben mesélte el, hol tartanak, milyen kihívások okoznak fejtörést, és milyen konkrét víziót követ a csapat. A következő öt év terve már kristálytisza: öt ország, ötven szálloda, ötezer vendégszoba és százmilliárd forint árbevétele. Ambiciózus számok, de Péterék számára világos útmutatást jelentenek, és minden lépésük azt mutatja, hogy el fogják érni.

A Hilaris vendégei és a magazin olvasói nemcsak a szállodák kényelmét élvezhetik. Félévente látják, hogyan épül köréjük egy szolgáltatóbirodalom, ahol valóban ők állnak a középpontban. Ekkora transzparencia ritkaság. Kevés magyar üzletember vállalja, hogy valós időben mutassa meg, hogyan épít fel egy teljes ökoszisztémát. Ez a magazin éppen ezért különleges, hiszen minden fejezetével tanúi lehetünk egy folyamatnak, amely ritkán válik láthatóvá.

Most pedig következzenek a tervek, a fejlesztések és a legizgalmasabb kulisszák.

Hilaris terjeszkedés kulisszatitkai

Fél évvel ezelőtt még arról beszéltünk Péterrel, mely szállodák lehetnek a következő akvizíciók. Most, amikor leültünk az újabb interjú kapcsán, határozottan kezdett.

„Minden egyes tervünk, amit az elmúlt két évben felállítottunk, megvalósult. Minden elképzelésünk, akár Magyarországon, akár külföldön, amit előirányoztunk, sikerült.”

Az összes szállodaintegráció lezárult, a magyarországi és ausztriai akvizíciókat beemelték a saját struktúrájukba, és már mindegyikben működik a Hilaris-modell, amely egységes élményt nyújt a vendégeknek. Így került a képbe az új desztináció: Heiligenblut. Amikor arról kérdeztük, miért pont itt vásároltak két szállodát, a lényeggel kezdett.

„Ausztria legmagasabb hegyéről beszélünk, a 3798 méteres Grossglocknerről. Hóbiztos. Más kategória.” Murauról továbbra is tisztelettel beszél, de nem rejti véka alá a különbséget. „Murau kitűnő célpont, de jóval alacsonyabban fekszik. A sítérep így is remek, de a hóbiztonság összehasonlíthatatlan.”

A globális felmelegedés hatását sem tagadja: a változás a síterepeken különösen érezhető, ezért keresett tudatosan magasabb, természetes havat biztosító helyszínt. Heiligenblutban hóágyúzás nélkül is másfél és öt méter közötti friss hó borítja a pályákat egész télen, hóhiány gyakorlatilag nincs.

A személyes kötődés is régre nyúlik vissza: „Gyerekként voltam ott, nagyjából negyven éve. Nyáron, kirándulni.” Most azonban teljesen más szerepben tért vissza, és a tárgyalásokat követően két szállodát vásároltak meg, egy sportközponttal és egy kétszintes parkolóházzal együtt. „Nehéz a parkolás arrafelé. Ha telház van, az utcai autók megnehezítik a közlekedést.” A sportcentrum pedig új dimenziókat nyitott: „Rengeteg sportegyesület keres magaslati edzőtáborot. Mi tudunk elég szobát biztosítani a stábnak is, focipályával, kézilabdapályával, konditeremmel, tenisszel, squash-sal.”

Ahogy a sítérepválasztásról beszélgettünk, feltűnt, milyen magabiztosan beszél a minőségről és a hóviszonyokról. Rá is kérdeztem, mióta siel. Nevetve válaszolt.

„Csak néhány éve. 2019 környékén tanultam meg sielni. Előtte a húszas éveimben snowboardoztam, de őszintén szólva, volt néhány nagyon rossz élményem. Volt egy nagyobb esésem, és utána már nem éreztem azt a magabiztosságot.” A mondat után nem próbálja erősebbnek mutatni magát, nem keres kifogásokat, egyszerűen őszintén folytatja. „Amatőr sielőnek tartom magam.” A kedvenc pályája? A válasz gyors és



”

„Minden egyes tervünk, amit az elmúlt két évben felállítottunk, megvalósult. Minden elképzelésünk, akár Magyarországon, akár külföldön, amit előirányoztunk, sikerült.”

egyenes. „A kék. Az egyszerűbb pályákat szeretem. Murau ebből a szempontból közelebb áll hozzám. A Grossglockner kitűnő, a profiknak különösen, én is ki fogom próbálni, de ha sportolásról van szó, nagy eséllyel továbbra is Muraura szavazok.”

Ötven szálloda, ötezer szoba és a minimum százmilliárd forintos árbevétel Péter szerint kényelmesen elérhető cél, megvan hozzá az erőforrás. A következő növekedési állomás már a küszöbön áll: aláírás előtt van egy kelet-magyarországi, százszobás nagyszálloda adásvétele, amely egy héten belül bejelenthető, és várhatóan még az év végéig csatlakozik a csoporthoz. Ezzel a portfólió eléri a húsz szállodát. A csoportnak emellett több olyan, hosszú ideje tehermentesen tulajdonban lévő ingatlana is van, amely jelenleg még nem Hilaris-üzemeltetés alatt működik. Ezekkel kapcsolatban a következő években körültekintő, óvatos előkészítés zajlik. Ami biztos: nem elméleti tervekről, hanem konkrét, előkészített lépésekről van szó, amelyek tovább erősítik a Hilaris növekedési ütemét és hosszú távú stratégiáját.

Nemzetközi terjeszkedés lépésről lépésre

Kívülről nézve akár a Hotel társasra is emlékeztethet: megveszed a területet, felépíted az ingatlant, és előbb-utóbb minden út hozzád vezet a táblán. A valóság azonban nem a szerencsén múlik, hanem hosszú tárgyalásokon és rengeteg stratégiai előkészítésen. Egy szállodai akvizíció mögött üzleti, HR-, marketing-, értékesítési, logisztikai és finanszírozási döntések egész sora áll.



„Minden egyes szállodavásárlás lassú folyamat” – mondja Péter. „Mindent előre meg kell terveznünk. Ez egy komplex, időigényes munka.” Eddig is minden korábbi céljukat túlteljesítették, most viszont hosszabb távú mérföldkövekre készülnek. „Most nem fél évre vagy nyolc hónapra tűzünk ki célokat, hanem három-öt évre. Két év alatt húsz szállodánk lett. A következő szám, amit már le is merünk írni: ötven.”

A tervezés azonban nemcsak a szállodák darabszámában vagy a szobaszámában mérhető. Az ötezer szobához húszezer ágy tartozik. Sok helyen nagyobb, több hálószobás apartmanok működnek, és ez teljesen más kapacitástervezést igényel. Péter külön büszke arra, hogy a növekedést szinte teljes egészében önerőből finanszírozzák. „Az elmúlt öt-tíz év építőipari eredményeit vissza tudtuk forgatni ingatlanvásárlásokba és fejlesztésekbe. Az IDOM csoport alapítása óta egyszer sem vettünk ki osztalékot. Mindig visszatöltöttünk, vásároltunk, fejlesztettünk, bővítettünk. A banki elkötelezettségünk minimális.”

Amikor arról kérdeztem, mennyi időt szán a Hilaris üzletágra, csak ennyit mondott: „Iszonyú sokat.” Az idejének jelentős részét viszi el az akvizíciók szakmai kontrollja és a nemzetközi terjeszkedés előkészítése. A nemzetközi terjeszkedés már kész koncepcióra épül. „Jelenleg előrehaladott tárgyalásokat folytatunk több helyszínen is. Van olyan szálloda, ahol már egy éve tárgyalunk. Ezek hosszú, összetett folyamatok – de nagyon közel vagyunk a végső kézfogáshoz.” Az olasz Riviéra, Szlovénia és Horvátország partmenti városai egyaránt a Hilaris fókuszában vannak.

A helyszínválasztásnál ugyanilyen fontos a racionalitás. „Fogtunk egy körzöt, leszúrtuk Budapesten, és meghatároztuk azt a maximális távolságot, ameddig hajlandóak vagyunk elmenni. Az Adria belátható időn belül elérhető autóval is egy magyar családnak.” A Hilaris-modell egyik alappillére továbbra is az anyanyelvi szolgáltatás.

„A vendégeink 95 százaléka számára fontos, hogy magyarul kapjon segítséget. Ez Ausztriában is visszaigazolódott.” Ez a hozzáállás az Adria bővülést is meghatározza. „Az olasz tengerpartot, Szlovéniát és Horvátországot a magyarok nagyon szeretik. Ha ezeket a célpontokat aktiválni tudjuk, óriási siker lesz a Memberships-tagok körében.”



Adriai-tenger,
Rovinj,
Horvátország

Hogyan zajlik egy szállodai adásvétel?

A külső szem számára sokszor nehezen érthető, mi tart évekig egy ilyen folyamat során. Péter szerint azonban ez elkerülhetetlen. „Nem véletlen, hogy teljes egészében magyar tulajdonú, kelet-európai üzemeltető ilyen volumenben nincs. Ez nem egyszerű feladat. Iszonyúan összetett, és rengeteg szakmai területet kell összehangolni.”

„Egy ilyen folyamatban nagyságrendileg tizenkét fős szakmai csapat dolgozik, és ehhez minden esetben csatlakoznak a Hilaris szakértői is” – mondja Péter. Így egy-egy akvizíciónál akár húsz-huszonkét ember összehangolt munkája szükséges. Ez jelentős erőforrás, de nélküle nem lehet stabilan új piacokra lépni.

Amikor szóba került, hogy hány ezer kilométert utazott az elmúlt fél évben, csak legyintett. „Nem tudom. Nagyon sokat.” Ahogy azt sem tudta pontosan megmondani, hány szállodában járt személyesen. „Szerintem negyvenben. És még rengeteget megnéztem pluszban is.” A munkája felét ma már az teszi ki, hogy bejárja a Hilaris egységeit, ellenőrzi a minőséget, és keresi azokat a pontokat, ahol még szebbé és jobbá lehet tenni a környezetet, amelyet később a vendégek élvezhetnek.

A másik felét az akvizíciós folyamatok emésztik fel. „Van olyan szállodánk, ahol két éve zajlik a tárgyalás, és még mindig nincs lezárva. Nagy szállodáról van szó, nagyon bonyolult.

Az árban sem tartunk még ott, ahol szeretnénk, és a szakmai, valamint pénzügyi oldalon is rengeteg egyeztetésre van szükség.”

A két évnyi folyamat mögött több tucat visszatérő egyeztetés áll. „Van, amikor Zoom-meetingekkel haladunk, máskor személyesen találkozunk. Havi vagy kéthavi rendszerességgel mindig van kontaktus. Adatszobát nyitnak, mi átnézzük, elemezzük, megírjuk a megállapításainkat, erre jön a válasz. Vizsgáljuk a beszállítókat, a dolgozókat, az adózást, a köztartozás-mentességet, a hitelállományt, beszélünk a bankkal, megnézzük az analitikát.”

Az áralku önmagában több körből áll, általában három-négy, de gyakran akár hat-nyolc forduló is szükséges. Közben vezetői interjúk zajlanak, ellenőrzik a beszállítói láncokat, és a hotel teljes működését összevetik a saját cash flow számításaikkal. Előfordul, hogy a folyamat végén mégis el kell engedniük egymást: „Hiába tetszik egy szálloda, ha az üzleti algoritmusok nem találkoznak, nincs értelme továbbmenni.” Nem vállalnak be olyan projektet, ahol a megtérülés ötven évre nyúlik. A pénzt csak olyan helyre fektetik, ahol belátható időn belül reális eredmény várható.

Ez a fajta háttér munka kevésbé látványos, viszont ez az alapja annak, hogy a Hilaris portfólió fenntarthatóan és stabilan tud növekedni.



HR kihívások

Egy szállodavásárlási folyamat háttérében nemcsak pénzügyi és szakmai elemzések zajlanak, hanem legalább ilyen összetett az emberi erőforrás tervezése is. Korábbi interjúk is megerősítették, hogy egy szálloda átvételekor a Hilaris értékeli és jellemzően megtartja a kollégák többségét, hiszen ők ismerik legjobban a házat, a működést és a fejlesztési lehetőségeket. A nemzetközi bővülés azonban új helyzetet teremt: az Adrián más munkaerő-stratégiára van szükség.

„Ausztriában még működik a nagyrészt magyar munkavállalói kör, de Olaszországban, Szlovéniában és Horvátországban ez már nem reális. Ezek nemzetközi desztinációk, ahol természetes, hogy a vendégkör is sokkal sokszínűbb” - mondja Péter. A cél nem a teljesen magyar vendég- vagy munkavállalói arány, hanem egy kiegyensúlyozott modell, amelyben a magyar vendégek továbbra is kiemelt szerepet kapnak, miközben a térségből érkező látogatók is erősen jelen vannak. „Egy horvát tengerparti szállodában a skandináv, német, holland vagy lengyel vendégek jelenléte teljesen természetes. Ehhez alkalmazkodnia kell a szolgáltatási struktúrának is.”

A toborzásnál ezért a helyismeret, a nyelvtudás és a nemzetközi vendégkör kezelésének gyakorlata a meghatározó. „Meg kellett vizsgálnunk, mely országokból tudunk olyan szakembereket bevonni, akik erős vendéglátói háttérrel rendelkeznek, és jól illeszkednek egy nemzetközi csapatba.” A régióban több stabil munkaerőpiaci bázis van, és a Hilaris olyan toborzási csatornákat épít ki, amelyek hosszú távon biztosítják a megfelelő szakembergárdát.

A fókusz kizárólag a szakmaiságon van. „A legfontosabb, hogy megbízható, jól képzett munkavállalókkal dolgozzunk, akik értik a helyi vendégkört, és képesek magas színvonalú szolgáltatást nyújtani. A nemzetközi bővülés csak így lehet stabil.” A stratégia lényege, hogy a magyar vendégek számára továbbra is ismerős, barátságos környezetet teremtsenek, miközben a helyi szakemberek tudására építve nemzetközi minőséget nyújtanak. „Ha jól építjük fel, az Adrián is ugyanazt a színvonalat kapják majd, amit Ausztriában már megszoktak tőlünk.”

Péter szerint az ilyen típusú megoldások nemcsak működőképesek, hanem a fejlődés fontos motorjai is.

”

„Ausztriában még működik a nagyrészt magyar munkavállalói kör, de Olaszországban, Szlovéniában és Horvátországban ez már nem reális. Ezek nemzetközi desztinációk, ahol természetes, hogy a vendégkör is sokkal sokszínűbb.”

A távolabbi desztinációkban nem lehet ötven százalék fölötti magyar arányra törekedni, de ez nem hátrány, hanem lehetőség. „Ha egy kolléga már nálunk dolgozik, onnantól rengeteg út nyílik meg előtte. Egy fiatalnak, aki szeretne világot látni, ez szenzációs opció.”

Ennek alapja az az új HR-fejlesztési és oktatási rendszer, amely éppen bevezetés alatt áll. „Aki végigmegy a képzési modulokon és beválik, annak komoly esélye lesz nemzetközi tapasztalatra és magasabb kereseti lehetőségre.” A Hilaris-modell így egyre inkább az átjárhatóságra épül: aki nyáron az olasz tengerparton, télen pedig egy sápadicsomban dolgozik, a lehető legtöbbet hozza ki a szakmájából. Ahogy nő a portfólió, nőnek a karrierutak is. „Nemcsak tanulni lehet nálunk, hanem valóban előre lépni, és nagyon jó pénzt keresni. Ez is része annak, amit Hilarisnak hívunk.”

Új szolgáltatások a láthatáron

„Nagyon sok vendég tisztelt meg minket az elmúlt két évben, és rengeteget tanultunk abból, amit visszajelzésként kaptunk tőlük” – kezdte Péter, amikor arról kérdeztem, miért bővül a Hilaris kínálata a szállodákon túlmutató szolgáltatásokkal. „Azt láttuk, hogy bizonyos területeken szükség van fejlődésre és nyitásra. Nemcsak arra, hogy több szobánk legyen Excel-táblák szerint, hanem arra, hogy olyan prémium szolgáltatókat és élményeket hozzunk be egy közös rendszerbe, akik a Hilaris-tagság alatt egy minőségibb, magasabb szintű élményt tudnak adni a vendégeinknek.”

A cél egyértelmű: hosszú távú lojalitást építeni. „Azok az emberek, akik nálunk költik el a pénzüket, megérdemlik, hogy extra szolgáltatásokat, kedvezményeket, különleges élményeket kapjanak. Ezt nem sokan kínálják így Magyarországon.” A konferenciaturizmus ezért kiemelt fókusz lett: mára több mint tíz professzionális konferenciahelyszínnel rendelkezik a csoport, amelyek egyszerre akár több nagyvállalati eseményt is tudnak fogadni. „Bankok, biztosítók, autógyártók, multinacionális cégek keresik a minőségi helyszíneket. Most már olyan mennyiségű és színvonalú opciót tudunk adni nekik, amivel komoly szezont tudunk kivenni a piacból.”

A **Lifestyle Hotel** teljes konferenciárészele frissen újult meg, az **Ambient** konferenciakapacitása pedig már most is kiemelkedő a dél-dunántúli régióban. „Olyan technikai feltételek, olyan étkezési minőség és olyan szobaszám áll rendelkezésre, amely a legkomolyabb cégek igényeit is kiszolgálja.”

HILARIS MEETINGS - a rendezvények új dimenziója

„A Hilaris Meetings a következő lépés: inspiráló helyszíneken élményt teremteni. Egyelőre a szállodáinkban, később önálló helyszíneken is. Egy központi értékesítési és rendezvénycsapat biztosítja, hogy gyorsak, rugalmasak és kiszámíthatók legyünk.”

HILARIS WEDDINGS - az élmények legszebb formája

„Az esküvő egyszeri és megismételhetetlen. A Hilaris Weddings exkluzív helyszíneket kínál, ahol az első pezsgős-pohártól a nászéjszaka szobáig minden részlet a Hilaris-minőséget tükrözi. Különleges lokációkkal dolgozunk, és új desztinációk előkészítései is folyamatban vagyunk.”

HILARIS PRIVILEGE CLUB - közösség a szállodán túl

„A Privilege Club személyes ügyem. A vendégeink bizalmát szeretnénk méltón viszonzni. Olyan partnerekkel dolgozunk, mint a Wellensteyn, a Berlinger Haus, a Furla vagy a Szent Magdolna Magánkórház. A klub nem csak kedvezményekről szól, hanem egy közösségről, amelyhez jó tartozni.”

Amikor Péter is kiengedi a fáradt gőzt

A beszélgetés itt személyesebb hangra váltott. Arra kértem Pétert, meséljen egy számára emlékezetes csapatépítő élményről. Mosolyogva idézte fel.

„Az IDOM-csoporttal tavasszal a Szalajka Ligetet választottuk. Ottalvással, teljes programmal. Közösen főztünk pörköltet, leveseket, mindenki hozzátette a saját kis részét. Volt egy hatalmas csapatépítő erőpróba is, öt csapat versenyzett egymással. Sajnos nem a mi csapatunk nyert, de óriási hangulata volt. Ilyenkor látszik igazán, mennyit számít a közösség, az együtt töltött idő. Szerintem minden cégnek szüksége lenne ilyen alkalmakra évente.”

A beszélgetés végén szóba került a tél és a sielés is. „A két ünnep között lehet, hogy újra síelni megyünk” – mondta Péter mosolyogva. A helyszín mindig Murau. „Nagyon valószínű, hogy ellátogatunk oda. Ausztria ilyenkor gyönyörű, és mindig különleges élmény.”

A gondolat tökéletes lezárása volt a beszélgetésnek: személyes, de mértéktartó, és pontosan azt mutatja, amit a Hilaris vendégek is érezhetnek. A szállodák nemcsak szolgáltatások és számok, hanem élmények, pillanatokhoz történőek, hagyományok és visszatérő pillanatok kötődnek. A Hilaris következő fél éve pedig pontosan erről fog szólni.



SPORTHOTEL HEILIGENBLUT

A Sporthotel Heiligenblut is a Hohe Tauern Nemzeti Park szívében, a Grossglockner lenyűgöző hegycsúcsai között fekszik. A hotel a sportos, aktív életstílus szerelmeseinek ideális választás, mindazoknak, akik a hegyek között nemcsak pihenni szeretnének, hanem felfedezni a környéket. A vendégeket egy barátságos, családias hangulatú környezet fogadja és természetesen az utánozhatatlan alpesi levegő.

Élmények minden évszakban

Télien a régió hóbiztos sípályái egészen a tavaszi hónapokig várják a sportág szerelmeseit. A 11 felvonóval működő Grossglockner-Heiligenblut sítérp változatos pályákat kínál minden szinten, a kezdőktől a profiig. A hófödte hegyoldalak mellett a környék sítutó- és szánkópályái, valamint a jégfalmászás is igazi különlegességnek számítanak.

Nyáron a természet új arcát mutatja: a hegyoldalak zöldbe borulnak, a völgyekben vadvízi evezések, vezetett túrák, canyoning és aranymosás várják az aktív pihenésre vágyókat. A környék a természetbarátok és kalandkeresők paradicsoma – minden nap új felfedezést tartogat.

Mozgás, sport, lendület

A Sporthotel Heiligenblut nevéhez hűen a sportolás szerelmeseinek is tökéletes választás. Három tenispálya, egy fallabdapálya, valamint pingpongasztalok és beltéri sportlehetőségek is várják az aktív vendégeket. A sportolás után a hotel csendes wellnessrészlege ad lehetőséget a feltöltődésre, ahol a test és a lélek is megpihenhet. A gyerekeket játszószoza várja, így a család minden tagja megtalálhatja a maga örömét – legyen az egy túra a hegyekben, egy nap a sípályákon vagy egy délután a hotelben, közösen eltöltve.

Ízek és hangulat

A hotel étterme külön említést érdemel: a reggeli bőséges kínálata és az esti svédasztal a kulináris élmények középpontja. Az étterem hangulata leginkább egy élénk, alpesi piac forgatagát idézi: tele friss ízekkel, illatokkal, és azzal az osztrák vendégszeretettel, ami Heiligenblut minden pontján érezhető.

A természet ritmusában

A Hohe Tauern Nemzeti Park több mint 1800 négyzetkilométeren terül el, három tartományon átívelve – ez Ausztria első nemzeti parkja. Aki ide látogat, az nemcsak egy szállodába érkezik, hanem a természet egyik legszebb szentélyébe. A háromezer méteres csúcsok, a gleccserek, a hegyi patakok és a kristálytisza levegő együtt teszik felejthetetlené az élményt.



A woman with dark hair pulled back, wearing a shimmering, sequined top, is smiling and looking upwards. She is holding a flute glass filled with a golden, bubbly wine. The background is dark and out of focus, suggesting an indoor setting with some furniture.

Borkalauz

PROSECCO

AZ OLASZ ÉLETÉRZÉS PALACKBA ZÁRVA

Az utóbbi években a Prosecco valóságos reneszánszát éli. Már nemcsak ünnepi alkalmakra kerül elő, hanem egyre többen választják könnyed vacsorák, baráti esték vagy wellness-pihenések kísérőjeként. A titka talán az egyszerűségében rejlik: friss, gyümölcsös, mégis elegáns, és minden kortyban ott van egy csipetnyi olasz életöröm.

Honnan ered?

A Prosecco Észak-Olaszországból, Veneto és Friuli-Venezia Giulia lankáiról származik, ahol a Glera szőlőfajta adja az alapját. Pezsgése nem tolakodó, hanem finoman simogatja a pohár szélét, illatában zöldalma, körte, fehér virágok és néha egy leheletnyi mandula jelenik meg. Az eredmény: egy bor, ami könnyedségével is stílust közvetít.

H HILARIS HOTELS

A Hilaris Hotels kínálatában is megtalálható ez a mediterrán életérzés: az **Alpenblickben a Sacchetto Prosecco** képviseli a klasszikus, elegáns irányt, a **Lifestyle Hotel Mátrában a Zonin Prosecco** gondoskodik a habzó örömekről, míg az **Ambient Hotel Sikondában a Bosco Prosecco** teszi teljessé a gasztronómiai élményt.



SACCHETTO PROSECCO

Szín: Halványsárga, finom gyöngyözésű, elegáns megjelenésű.

Illat: Kifinomult, virágos illat, diszkrét és elegáns aromák.

Íz: Száraz, harmonikus, frissítő karakterű, valamint Aperol Spritz alapjaként is kiváló.

Ételpárosítás: Aperitifként, sajtok mellé vagy koktélokhoz ideális választás.

Fogyasztási hőmérséklet: 6–8 °C.

Alkoholtartalom: 11,5% Vol.



ZONIN PROSECCO

Szín: Világos, zöldes-sárga árnyalat, közepes méretű, gyorsan felszálló buborékokkal.

Illat: Jázmin, zöldalma és őszibarack jegyek jellemzik.

Íz: Száraz, friss és könnyed. A gyümölcsös karaktert enyhe mandulás lecsengés egészíti ki.

Ételpárosítás: Kiváló aperitifként, de jól illik könnyed, lágy aromájú ételekhez is.

Fogyasztási hőmérséklet: 5–7 °C.

Alkoholtartalom: 11% Vol.



BOSCO PROSECCO

Szín: Halványsárga, ragyogó árnyalat, finoman gyöngyöző buborékokkal.

Illat: Citrusos, gyümölcsös és virágos jegyek jellemzik.

Íz: Friss, enyhén édes és harmonikus – hűen tükrözi az eredeti szőlőfajta karakterét.

Ételpárosítás: Kiváló előételekhez, könnyű tésztákhoz és friss fogásokhoz.

Fogyasztási hőmérséklet: 6–8 °C.

Alkoholtartalom: 11,5% Vol.

Miért különleges a Gere Kopar?

Ha valaki hallotta már **Gere Attila** nevét, valószínűleg nem csupán egy borászra, hanem egy egész borvidékre asszociál.

Gere neve ma már egyet jelent Villánnal, azzal a dél-baranyai borvidékkel, ahol a napsütés, a mészköves talaj és a hagyományos kézműves szemlélet együtt teremti meg a magyar vörösborok egyik legnemesebb karakterét. A Gere Kopar a villányi stílus esszenciája. Egy házasság, amelyben három nemzetközi fajta – cabernet franc, cabernet sauvignon és merlot – találkozik, de a végeredmény mégis vitathatatlanul magyar. Minden kortyban ott a vidék melege, a borász türelme és az az arányérzék, ami a Gere család védjegye lett.



A Kopar mély, rubinszínű bor, illatában fekete ribizli, aszalt szilva és finom fűszeresség sejlik fel. Szájban selymes tanninok és hosszan tartó lecsengés kísérik a gyümölcsösséget. Ez az a bor, amely nem harsány, hanem lassan tárja fel rétegeit – pontosan úgy, ahogyan egy igazi, nagy bor teszi.

Hogyan kóstoljuk?

A Koparhoz idő és figyelem kell. Szobahőmérsékleten, de nem melegen, nagyobb öblű pohárban érdemes kóstolni, hogy kibontakozhassanak a fajták aromái. Kiváló társ egy szelet bélszínhez, érlelt sajtokhoz vagy akár egy nyugodt, esti beszélgetéshez.



Kinek ajánljuk?

Annak, aki nemcsak inni, hanem érteni is szeretné a bort. Aki keresi a mélységet, a történetet és az élményt egyetlen palackban.

A Gere Kopar nem mindennapi vörösbor: három nemzetközi fajta - cabernet franc, merlot és cabernet sauvignon - harmóniájából született, Villány legnemesebb dűlőiből, mint a Csillagvölgy, a Konkoly, a Kopár és az Ördögárok. A 22-29 éves tőkék termése rendkívül alacsony hozamú, ezért minden kortya koncentrált és kifinomult. A bor 16 hónapon át érlelődik hordóban, 14,5%-os alkoholtartalmával és gazdag, 32,9 g/l extrakttartalmával a villányi borok erejét és eleganciáját hordozza.

Bár most is tökéletesen élvezhető, igazi erejét az idő hozza meg: 7-12 éves távlatban éri el csúcspontját. Aki valóban szereti a bort, annak érdemes egy palackot eltenni, mert a Kopar azok közé tartozik, amelyek évről évre egyre többet mutatnak magukból.

H HILARIS HOTELS

A Gere Kopar megtalálható a **Lifestyle Hotel Mátra** és az **Ambient Hotel Sikonda** borlapján is, hogy a tökéletes pillanat mellé a tökéletes bor is dukáljon.



Mit lehet csinálni télen egy SZÁLLODÁBAN?

ÉLMÉNYEK MINDEN KOROSZTÁLYNAK ÉS ÉLETHELYZETNEK

A tél nemcsak a forró teák, vastag takarók és kandalló melletti beszélgetések időszaka, hanem a feltöltődése is. Egy szállodai téli kikapcsolódás ma már jóval többet jelent, mint egy wellness-hétfvégét. A havas hegycsúcsok, a gőzölgő szaunák és a hangulatos gasztronómiai esték mellett mindenki megtalálhatja a maga tempóját és örömét: legyen szó párokról, családokról, egyedül utazókról vagy baráti társaságokról.

Pároknak



Romantika a havas hegyek között

A Lifestyle Hotel Mátra vagy a murai Alpenblick Hotel tökéletes választás azoknak, akik elbújnának a világ elől egy téli hétfvégre. Egy gyertyafényes vacsora a panorámás étteremben, majd séta a hófödte fenyvesek között – ennél tökéle-
tesebb téli randevút nehéz elképzelni. A wellnessrészlegen finn szauna, aroma- és sókabin várja a vendégeket, miközben odakint hópelyhek hullanak az ablakra. A bátrabbak akár közös síoktatáson is részt vehetnek Kreischberg lankáin, és utána egy pohár forralt borral koccinthatnak a naplementében.

Közös kalandok és pihenés

A téli családi pihenés kulcsa az, hogy minden korosztály jól érezze magát. A Szalajka Liget Hotel és Apartmanházak ideális választás: a Bükk lábánál fekvő szálloda hatalmas területe, családbarát wellnessrészlege gondoskodik arról, hogy a gyerekek se unatkozzanak, míg a szülők pihenhetnek. Murau környékén a Hilaris Hotels szállodái – köztük az Alpenblick Hotel – külön családi sípályákat, gyerekbarát oktatást és beltéri játszószo-
bát is kínálnak. Esténként jöhet a közös társasjátékozás vagy filmnézés a szoba kényelmében – a havas nap után mindenki megérdemli a pihenést.

Családoknak





GONDOSKODÁS ÉS STÍLUS, WELLENSTEYN DÍSZDOBOZBAN

LEPD MEG SZERETTEID MARADANDÓ
MINŐSÉGGEL, WELLENSTEYN
AJÁNDÉKUTALVÁNNYAL!



**A KARÁCSONY KÖZELEDTÉVEL MIN-
DENKI SZÁMÁRA KIHÍVÁST JELENT A
TÖKÉLETES AJÁNDÉK MEGTALÁLÁSA.
IDÉN AJÁNDÉKOZZ IGAZI TÖRÖDÉST!**

A Wellensteyn vásárlási utalványával
szeretteid saját maguk választhatják ki
álmaik kabátját – egy olyan prémium
minőségű darabot, amely valódi értéket
és kényelmet nyújt a mindennapokban.

**A Wellensteyn csapata nevében békés, meghitt
ünnepeket, emlékezetes pillanatokot kívánunk!**
+36 70 621 5624; vevoszolgalat@wellensteyn.hu



Lindt
NUXOR



OLYAN KRÉMES,
OLYAN MOGYORÓS



Egyedül érkezőknek



Feltöltődés és nyugalom

Egy téli hotelhétvége tökéletes alkalom arra, hogy kiszakadjunk a mindennapokból és újra kapcsolatba kerüljünk önmagunkkal. A Sikondán található Ambient Hotel csendes környezete és panorámás wellnessrészlege ideális hely azoknak, akik elmélyülésre, meditációra vagy egyszerűen csak csendre vágnak. A sókabin és az infrasauna a testi-lelki feltöltődést segítik, míg a séta a környező dombok között új energiát ad. Azoknak, akik az aktívabb kikapcsolódást keresik, a murai sípályákon akár egyedül is elindulhatnak felfedező útra – a természet közelsége garantáltan lenyugtat.

Vidám pillanatok és közös élmények

A tél a közös nevetések, kártyapartik és hosszú beszélgetések ideje. A Lifestyle Hotelben és az Ambient Hotelben is találni olyan tágas lakosztályokat és apartmanokat, amelyek tökéletesek baráti társaságoknak. A napközbeni sielés után jöhet a wellness, este pedig egy közös vacsora vagy borkóstoló a hotel éttermében. Murau környékén a hóban való szánkózás vagy éjszakai korcsolyázás is felejthetetlen program – utána pedig irány a szauna, egy pohár forralt borral a kézben.

Baráti társaságoknak



Élményekre vágyó családoknak



Téli csodaország

Akik nemcsak pihenni, hanem élményeket gyűjteni szeretnének, azoknak a murai sírégió vagy a Mátra kínál izgalmas lehetőségeket. A Hilaris Hotels téli programjai között szerepel hótalpas túra, esti fáklyás séta, szauna ceremónia és gyerekeknek szervezett mini síverseny. A Lifestyle Hotelben pedig különleges gasztronómiai események – például forró csokoládé kóstoló, borvacsorák vagy tematikus hétvégék – várják azokat, akik több élményt keresnek, mint egy egyszerű pihenés.

Akár a romantikát, akár az aktív kikapcsolódást, akár a csendes feltöltődést keresed, télen a szállodai pihenés sokkal többet ad, mint egy menekülést a hideg elől. A Hilaris Hotels magyarországi és ausztriai szállodái – a Lifestyle Hotel Mátra, az Ambient Hotel Sikonda, és az Alpenblick Hotel Murau – mind különböző hangulatot kínálnak, de egy dolog közös bennük: a gondoskodás. Mert a tél nem arról szól, hogy elbújunk előle – hanem hogy megtapasztaljuk a varázsát.



Aktív kikapcsolódás télen és nyáron

Télen Heiligenblut a téli sportok paradicsoma: síelés, sífutás, szánkózás, korcsolyázás, sőt, a merészebbek akár jégfalmászást is kipróbálhatnak. A környéket gyalogosan, hótalppal vagy akár lovas szánnal is érdemes felfedezni. Nyáron a hegyek teljesen új arcukat mutatják – a szálloda szervezett túrákat kínál, és a környéken lehetőség van vadvízi evezésre, canyoningra vagy aranymosásra is. A sportos vendégek a fedett tenisz- és fallabdapályát egész évben használhatják, de pingpongasztalok, kispályás focipálya és szabadtéri lehetőségek is rendelkezésre állnak. Aki pedig még több adrenalinra vágyik, annak ott a via ferrata útvonal, vagy a rafting túra a hegyi patakokon.

Kikapcsolódás és feltöltődés

Bár a Landhotel Post nem klasszikus wellness szálloda, mégis mindent megad, amit egy tartalmas nap után a test és a lélek megérdemel. A fedett uszoda ideális hely a lazításra, különösen, ha odakint esik a hó vagy a nyári zápor. A szaunavilágban finn és gőzszauna, valamint infra-

A dübörgő zene, a forralt bor, a helyi pálinka és a gyerekeknek kínált gyümölcs puncs együtt teremtik meg azt a hamisítatlan osztrák hangulatot, amit minden síelő legalább egyszer át akar élni.



LANDHOTEL POST HEILIGENBLUT

A Landhotel Post a Hohe Tauern Nemzeti Park közepén, 3000 méter feletti hegycsúcsok gyűrűjében fekszik és 50 szobával várja az oda utazókat. Heiligenblut apró települése az aktív pihenés és a nyugalom különleges harmóniáját kínálja, a Landhotel Post pedig ennek a hegyi idillnek a központjában várja vendégeit.

A szálloda barátságos, sportos hangulatú, ahol minden a mozgásról, a feltöltődésről és a természet közelségéről szól. Az épületből kilépve máris elérhető a sífelvonó, így télen néhány lépés választja el a vendégeket a csillogó sípályáktól és a Grossglockner lejtőtől. A Hirschenbar pedig, a falu egyetlen valódi après ski bárja, közvetlenül a sílift völgyállomásával szemben található, és naplemente után is gondoskodik a jókedvről.

kabin várja a vendégeket, ami ideális hely a kikapcsolódásra, regenerálódásra és egy kis elcsendesedésre. Aki még mélyebb relaxációra vágyik, az professzionális masszázskézeléseink közül választhat, a recepció készséggel segít időpontfoglalásban és tanácsadásban. Egy jó masszázs nemcsak felfrissít, hanem segít visszanyerni a test és a lélek harmóniáját.

Magyar vendégszeretet az Alpokban

A Landhotel Post különlegessége, hogy magyarul is beszélő kollégák segítik a vendégeket, így azok is otthonosan érezhetik magukat, akik nem beszélik a német nyelvet.

(Fontos: ez a szolgáltatás kizárólag a téli szezonban elérhető.)

Akár sportos kihívásokat keres, akár csendes pihenésre vágyik, a Landhotel Post Heiligenblut mindkettőt kínálja. Itt a természet nem díszlet, hanem életforma. Egy hely, ahol a napot a hegyek sziluettje zárja, a levegő friss, és minden pillanat emlékké válik.





Csendet kérünk, NEM KIZÁRÓLAGOSSÁGOT

MIÉRT NŐ AZ ÉRDEKLŐDÉS A FELNŐTTBARÁT SZÁLLODÁK IRÁNT?

A szállodaiiparban egy új kategória jelent meg az elmúlt években, aminek a jelenléte folyamatosan erősödik: az adult only, vagyis a felnőttbarát hoteleké. Míg néhány éve különlegességnek számított, ma már elmondhatjuk róla, hogy önálló piaci szegmens, és a foglalási adatok azt mutatják, hogy a kereslet bizony folyamatosan növekszik. Amit nagyon fontos kiemelni, hogy a tendencia nem a gyerekek ellen irányul, hanem a pihenés minőségének újraértelmezéséről szól, hiába vannak róla viták a közösségi média platformokon, sosem volt cél a kirekesztés.

Az élet más területein is vannak helyzetek, ahol teljesen természetes, hogy csak felnőttek vannak jelen. Ilyen például egy romantikus vacsora, egy borkóstoló, egy spa-kezelés, egy konferencia vagy akár az éjszakába nyúló bulizás. Persze a szállodák esetében elsőre természetesebbnek tűnik, ha családbarátként hirdetik magukat, hiszen ehhez szoktunk, de számos desztinációban már évtizedek óta bevett gyakorlat a felnőttbarát koncepció. Gondoljunk csak a nászutas élményekre vagy azokra a lopott pillanatokra, amelyeket a szülők maguknak szeretnének megőrizni. Mivel idejük túlnyomó részét gyermekeikkel töltik, időnként nekik is szükségük van arra, hogy egyénileg feltöltődjenek – és ez a kapcsolatuknak is jót tesz.



Képzeld el, hogy a napsütésben, egy napernyő alatt ülünk, kezünkben egy könyvvel. Csak a lapozás halk zaja hallatszik, néha megállunk egy pillanatra, és hagyjuk, hogy a gondolataink elkalandozzanak. Ősszel ugyanez a nyugalom a wellness melegébe költözik: a pihenőágyon ülve olvasunk, majd megmártózzunk a medencében, ahol halk zene szól, és a párok halkán beszélgetnek. Van, aki a párjával érkezett, hogy kiszakadjon a hétköznapokból, és újra egymásra találjanak. Más épp most ismerkedik, vagy egyedül jött, hogy kicsit lelassítson, olvasson, masszázst kérjen, finom ételeket kóstoljon és hosszú sétákat tegyen. Így lehet igazán a jelenben lenni.

A számok mögött: kik választják a felnőttbarát hoteleket?

Kukkantsuk bele az adatokba is. Egy 2024-ben megjelent spanyol tanulmány (Mellinas, Bulchand-Gidumal & Alarcón-del-Amo) 1500 szállodát elemzett a Booking.com és a TripAdvisor adatai alapján. A kutatás szerint az adult only szállodák jellemzően a négy- és ötszillagos kategóriába tartoznak, és jobb vendégértékeléseket kapnak, mint az általános szállodák. A szerzők kiemelik: a pozitív visszajelzések nem feltétlenül a korhatárszabály miatt születnek, hanem azért, mert ezek a hotelek tudatosan homogén pihenési élményt kínálnak, a csend, a kiszámíthatóság és az intimitás jegyében.

Egy másik kutatás, amely Törökországban vizsgálta az adult only és a családbarát hotelek különbségeit, kimutatta, hogy a vendégek egy jelentős része maga is szülő, akik évente néhány napra szeretnének „kikapcsolni a szülői szerepből”. Vagyis nem a gyerekek elől menekülnek, hanem a zajmentes regenerációt keresik.

A hétköznapok terhe és a pihenés szükségessége

Mai modern életünkben a terheltség a mindennapjaink része lett, a munkahelyi elvárások, az állandó elérhetőség, a munka és magánélet közötti határok elmosódása mind hozzájárulnak ahhoz, hogy a pihenés már nem luxus, hanem szükséglet. Egy 2024-es riport szerint a munkavállalók közel 90 %-a számolt be azzal, hogy gyakran vagy kivételesen stresszesnek érzi magát a munkahelyén.

Emellett a World Health Organization adatai alapján évente kb. 12 milliárd munkanapot veszítünk el a depresszió és a szorongás miatt, globálisan az alultámogatott pszichés állapotok révén. A probléma sajnos nem csupán statisztika, sokan számolnak be arról, hogy az állandó készenlét, az e-mailek, üzenetek, értesítések és a „soha nem kapcsolok ki” érzés aláássa a nyugalmat. Egy 2024-es jelentés kiemeli, hogy a munkavállalók 68 %-a panaszodik alvászavarokra és 61 %-a érzett magában depresszív vagy reményvesztett állapotot. A következmények – a kimerültség, az érzelmi feszültség, a fókusz hiánya – mind azt mutatják: ha az ember nem tud valóban pihenni, nem csupán a teljesítménye, hanem az élménye is romlik. Kutatások azt is igazolták, hogy már egy rövid szabadság is mérhető javulást hoz: például egy ausztrál vizsgálat szerint a rövid távú pihenőszünet – még ha csak pár nap – szignifikánsan csökkentette az érzetes terhelést és növelte a regenerálódás érzését.

A Reed-élmény: ahol a csend tudatos döntés

A **Reed Boutique Hotel & Bistro******* a Balaton déli partján, Siófok csendes részén kínál menedéket azoknak, akik tudatosan lelassítanák a tempót. Itt a pihenés nem kiegészítő szolgáltatás, hanem maga a központi élmény. A szálloda filozófiája a nyugalom köré épül: minden tér, fény és részlet azt szolgálja, hogy a vendég visszataláljon saját ritmusához. A minimalista design és a tágas, világos szobák nemcsak esztétikai élményt adnak, hanem teret a gondolatoknak is. A smart funkciók és hangulatvilágítások a modern kényelmet a nyugalom szolgálatába állítják, így a technológia nem kizökkent, hanem támogatja a valódi kikapcsolódást.

A wellness-részleg a regeneráció tere: a beltéri és kültéri medencék, a szaunák és a pihenőhelyek tudatosan megkomponált ritmust kínálnak a vendégeknek. A csend itt nem üresség, hanem luxus. Egy tér, ahol a test és az elme egyszerre lassul le, és újra összhangba kerül.

A Reed Bistro pedig nem csupán egy szimpla étterem, hanem **Krausz Gábor** szakértelmével megalkotott luxusmenüje teszi teljessé az élményt.

AZ OTTHON MŰVÉSZETE



INSPIRÁLÓ TEREK, TUDATOS DÖNTÉSEK
ÉS IDŐTÁLLÓ MINŐSÉG EGY HELYEN.

Solymáron, egy közel 25 éve működő családi vállalkozás új fejezete bontakozik ki: nálunk a textúrák párbeszédet folytatnak egymással, a fények karaktert rajzolnak, és a design nem öncélú, hanem kultúra.



Filozófiánk szerint az otthon személyes történet, amely minden döntéssel formálódik — ezért nemcsak termékeket kínálunk, hanem jövőbe mutató tudást és valódi útmutatást is. Hisszük, hogy az építkezés akkor lesz tudatos és időtálló, ha a vásárló átlátja, hol tart a piac, milyen új anyagok és technológiák érhetőek el, és milyen megoldások bizonyulnak később is időtállóknak és értékesnek a számára.

A 2023 nyarán megnyílt, több mint 6400 m²-es új áruház már messze több, mint a hagyományos tüzép. Az építőanyag mellett nyílászárók, hideg- és melegburkolatok, térburkolatok, szaniterek, fürdőszoba- és konyhabútorok, bútorok, lámpák, kültéri megoldások, pergolák, masszázsmecsek és grill eszközök kapnak helyet több mint száz inspiráló enteriőrben. Ezek az installációk nem pusztán látványos összeállítások: azt szolgálják, hogy a vásárló valódi tereket lásson, megérezze a textúrák dinamikáját, megfigyelje, hogyan működik egy adott anyag a fényben, milyen arányok mellett él a tér, és miként válik használhatóvá egy-egy megoldás a valóságban.

A kivitelezők számára gyors, kiszámítható és hatékony kiszolgálást biztosítunk — automatizált raktárral, gyors rendeléskiadással és egyedi online megrendelési felülettel. Számukra az idő a legnagyobb érték, ezért a folyamatainkat úgy építettük fel, hogy munkájukat gördülékenyen támogassa.

A magánvásárlók számára teljeskörű tanácsadás és tervezési szolgáltatás áll rendelkezésre. Az otthonteremtés életük egyik legfontosabb döntése, ezért nem engedjük, hogy bizonytalanság kísérje. Segítünk értelmezni az anyagok közötti különbségeket, megmutatjuk, mely megoldások időtállóak, és melyek illeszkednek legjobban a személyes stílushoz.



Út az átlátható döntésekhez

A tervezés nálunk nem sablonokra épül: minden részlet úgy közelítünk meg, hogy a vásárló lássa, tapintsa, átélje a választási folyamatot — akár tervben, akár a bemutatótermi installációk egyikében. A Hofstädter ma olyan hely, ahol a vásárló nem elveszik a kínálatban, hanem megérkezik egy világos, inspiráló rendszerbe.

Ahol az építés nem teher, hanem folyamat; nem kényszer, hanem tudatos, élvezetes döntéssorozat. Hiszünk abban, hogy a minőség, a szakértelem és az edukáció együtt teremti meg azt az otthont, amely éveken át hitelesen képviseli a benne élők személyiségét. Solymáron ma egy olyan áruház áll, amely épp ezt segít láthatóvá, megfoghatóvá és elérhetővé tenni.

Álmaid otthona
Velünk épül



ÉPÍTŐANYAG | BURKOLAT | SZANITER
NYÍLÁSZÁRÓ | BÚTOR | LÁMPA | KERT

HOFSTÄDTER

ERSTE INGATLAN ALAPOK

PROFESSZIONÁLIS BEFEKTETŐI SZEMLÉLET, MEGBÍZHATÓ ÜZLETI PARTNERSÉG

Az Erste Alapkezelő Zrt. két piacvezető ingatlanalapot kezel Magyarországon: a Nyíltvégű Ingatlan Befektetési Alapot és a Nyíltvégű Euro Ingatlan Befektetési Alapot. A két Alap portfóliójában összesen több mint 740.000 négyzetméter bérbeadható kereskedelmi terület található, közel 200, országosan elhelyezkedő prémium irodaházban és kereskedelmi egységben. Az Alapok együttes eszközértéke 2025. november 25-én: 779.493.529.845 forint (HUF Alap) és 187.172.116,170 forint (EUR Alap).

Az Alapok működésének középpontjában a hosszú távú, stabil bérbeadás, a portfólió diverzifikációja és a kockázatok szigorú egyensúlyozása áll. A bérbeadottság folyamatosan meghaladja a piaci átlagot, köszönhetően a megbízható, hosszú távú szerződéseknek és a magas színvonalú portfóliónak. Az Alapok eszközeinek egy részét biztonságos pénzüpi instrumentumokban helyezik el, tovább növelve a likviditást és csökkentve a kockázatot.

Az Erste Nyíltvégű Ingatlan Befektetési Alap húsz éve meghatározó szereplő a hazai piacon, 2017 óta folyamatosan a legnagyobb magyarországi ingatlanalap. 2024-ben elsőként szerezte meg az ESG minősítést a hazai ingatlanalapotok között, ezzel is bizonyítva elkötelezettségét a fenntarthatóság és a felelős vállalatirányítás iránt.



A portfólióban kiemelt szerepet kapnak az „A” kategóriás, zöld minősítéssel rendelkező irodaházak, mint például a **H2Offices**, amely a legmagasabb LEED Platinum minősítést érte el, és elnyerte az **„Év Irodaháza 2023”** díjat is.

Az Erste Ingatlan Alapok szakmai munkáját az elmúlt években több rangos elismerés is visszaigazolta. Az Alapkezelő 2023 után 2024-ben is elnyerte az „Év Asset Management Cége” díjat, amely a hazai ingatlanpiac egyik legrangosabb szakmai elismerése. Emellett 2025-ben a Portfolio Property Awards-on az „Év Ingatlanbefektetési Tranzakciója – belföld” díjat is megszerezte.

Az Erste Ingatlan Alapok nem csupán befektetőként, hanem aktív, felelős és megbízható üzleti partnerként vannak jelen a piacon. Működésük minden területén a stabilitásra, fenntarthatóságra és értékteremtésre törekednek, hosszú távon gondolkodva, partnereik és befektetőik érdekeit szem előtt tartva.

Egyszerűbb és költséghatékonyabb vállalkozói számlavezetés



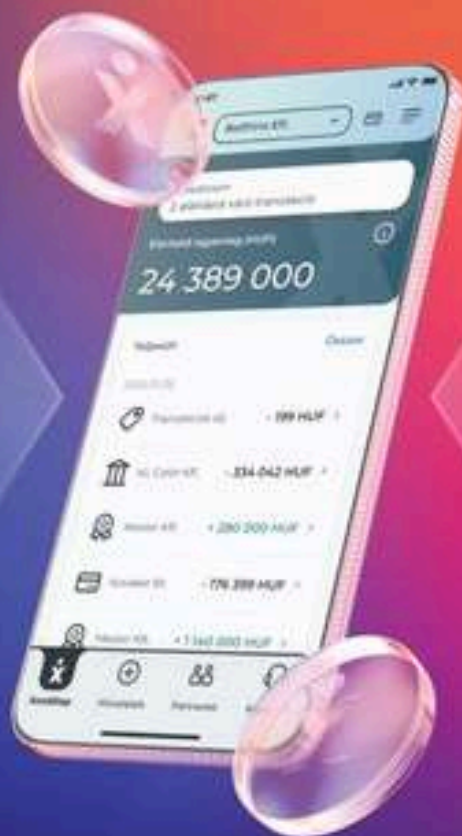
Lehetővé az
App Store-ból

SZERZŐD HOGY
Google Play

Az első hazai neobank a Számlázz.hu alapítójától – azért hoztuk létre, hogy a vállalkozók és cégvezetők nyugodtan pihenhessenek.

Egy számla, amit neked alkottunk:

- Gyors, online számlanyitás
- Ingyenes számlavezetés
- Alacsony utalási díj
- Tranzakciós illeték áthárítása nélküli utalás
- Ingyenes pénzküldés más BinXeseknek
- Számlázz.hu integráció
- Prémium üzleti bankkártyák
- 0-24 magyar nyelvű ügyfélszolgálat



6000+
hazai vállalkozás

használja és takarít meg pénzt és
időt nap mint nap.

1,7+
milliárd Ft

Egy év alatt összesen már ennyi
bankköltséget takarítottak meg a
BinXesek.

- 90%
megtakarítás

Ennyit akár te is megspórolhatsz
vállalkozásod bankköltségein, ha a
BinX-et használod!

binx

A VÁLLALKOZÁSOD NEOBANKJA

WWW.BINX.HU

A Lifestyle Hotel igazgatójának története

MISÁNGYI DÓRI



Misángyi Dóri karrierje egy véletlennek köszönhető felfedezés volt. Fiatal lányként tanítónő szeretett volna lenni, fel is vették a főiskolára, de hamar kiderült, hogy a pedagóguspálya nem az ő világa. A felismerés után új irányt keresett, olyat, ahol emberekkel dolgozhat, ahol a beszélgetéseknek, a kapcsolódásnak valódi tere van. Egy nap megpillantott egy hirdetést: a Mátra festői környezetében működő egyik szálloda recepcióst keresett. Dóri jelentkezett, felvették, és 2002-ben megkezdődött az a történet, amely azóta is tart.



„Fontosnak tartottam, hogy negyedévente legyen valamilyen közös programunk. Egy vacsora, egy kirándulás, bármi, ahol nem a munkáról beszélünk. Mert ha egy csapat emberileg is jól működik, az a vendégek számára is érezhető lesz.”

A vendéglátás világa azonnal magával ragadta. Amikor először beállt a recepció mögé, még minden új és ismeretlen volt. „Gyerekkoromban nem nagyon jártunk szállodákba, inkább panziókba, így nekem ez teljesen új világ volt, főleg a pult másik oldaláról nézve.” A kezdeti izgalmakat gyorsan felváltotta a lelkesedés: hamar megtalálta a hangot a vendégekkel, és érezte, hogy jó helyen van. A hosszú évek alatt rengeteg élményt gyűjtött: voltak meghatározó pillanatok, vicces helyzetek és persze az elmaradhatatlan kulisszatitkok is. Bár diszkréten bánik a részletekkel, elismeri, hogy a szállodai életnek megvannak a maga történetei. „Ami a négy fal között történik, az ott is marad” – mondja nevetve.

Pályafutásának első évtizedei során recepciósként ismerte meg a szakma minden apró részletét, majd 2014 körül új fejezet kezdődött: ekkor nevezték ki front office managernek. „Az alaposság volt az, amit mindenképpen szerettem volna erősíteni” – emlékszik vissza. Dóri akkor már évek óta ugyanazzal a csapattal dolgozott, így nem kellett újraépítenie a kapcsolatokat, inkább csak tovább formálta a közös szemléletet. Ugyanakkor a szakmai precizitás mellett mindig ott volt benne a közösségépítő szándék is.

„Fontosnak tartottam, hogy negyedévente legyen valamilyen közös programunk. Egy vacsora, egy kirándulás, bármi, ahol nem a munkáról beszélünk. Mert ha egy csapat emberileg is jól működik, az a vendégek számára is érezhető lesz.”

A 2020-as év fordulópontot hozott Dóri életében – ekkor került a Lifestyle Hotelhez, nem is akárhogyan: a COVID első hullámának idején. Az üres szálloda napjai mély nyomot hagytak benne. „Fura volt bejönni az épületbe, ahol nincs vendég, csak a csend. De ugyanúgy égett a villany, működött a telefon, mintha egy hosszú üzemszünet lett volna.” A bizonytalanság a második hullám idején nőtt meg igazán. „A vendéglátásban dolgozók akkor tényleg nem tudták, mit hoz a holnap. Egy boltról tudtak, hogy nyitva lesz, de mi azt sem tudtuk, mikor jön újra élet a házba.”

A nehéz hónapokat végül új kezdet követte. 2023 nyarán új vezetőség érkezett, amely friss szemléletet és nyitottságot hozott a ház életébe. „Ők voltak az elsők, akik tényleg kíváncsiak voltak ránk. Hetente volt közös vezetői meetingünk és először éreztük azt, hogy nem kellett cenzúrázni a gondolatainkat.” Az új menedzsment – Valenta Zsolt, üzemeltetési igazgató és Pázmándy Szilvia, értékesítési és marketing-igazgató – partnerként tekintett a csapatra.

„Először csak azt láttuk, hogy jönnek-mennek, figyelnek mindent, de amint kiderült, hogy ők az új vezetőségi csapat tagjai, valahogy mindenki megnyugodott. Kedvesek, nyitottak voltak, érdeklődtek, kérdeztek, velünk együtt gondolkodtak.” A Hilaris érkezésével a szálloda új lendületet kapott. Ősszel megkezdődött a felújítás. A következő év februárja pedig új fejezetet hozott: ekkor nevezték ki a szálloda igazgatójának.

A kinevezés pillanata meglepetésként érte. „Összehívtak egy értekezletet, amin mindenkinek ott kellett volna lennie, de nekem volt egy előre lefoglalt Milánóba szóló utam. Másnap kaptam egy üzenetet Zsolttól, hogy ha hazaérek, keressem meg. Azt hittem, baj van, mert én voltam az egyetlen, aki nem vett részt a megbeszélésen. Aztán kiderült, hogy az előző igazgató távozását jelentették be, és engem kértek fel az utódlásra.” A feladat új kihívásokat hozott, különösen a gazdasági és adminisztratív területeken. „Ez volt a legnagyobb félelmem, de rengeteg támogatást kaptam.” Az új szereppel együtt új célok is születtek. Dóri szeretett volna több életet vinni a szálloda mindennapjaiba. „Azt akartam, hogy mindig történjen valami, ami miatt a vendég úgy érzi, érdemes visszatérni.” A szemléletváltás hamar érezhetővé vált: gasztroestek, színes animátori programok és helyi együttműködések adtak új ritmust a szálloda életének. „Nem akartam, hogy minden szolgáltatót messziről hívjunk. A környéken is rengeteg érték van, csak meg kell mutatni.” A vendégek visszajelzései pedig gyorsan igazolták: az új szemlélet valóban friss energiát hozott a házba.



A szakmai fejlődésről kérdezve Dóri mosolyogva meséli, hogy a tanulás a mindennapjai része. „A vendéglátásban nem lehet hátradőlni, folyamatosan változik minden. Szerencsére az internet hatalmas segítség: rengeteg szakmai cikket, trendet, új irányt el lehet érni egy kattintással.” Emellett gyakran egyeztet turisztikai szakemberekkel és helyi egyesületek tagjaival, akik hasonló kihívásokkal dolgoznak. „Vannak olyan desztinációs egyesületek, ahol szállodások, vendéglátósok, turisztikai szakértők is együtt gondolkodnak. Nagyon sok inspirációt kapok ezeken a beszélgetéseken.”

A jövőre nézve Dóri ambiciózus terveket sző. „Vannak rövid távú és harmincéves terveim is” – mondja nevetve. 2025-ben a legfontosabb cél a Jáde Bár kibővítése, hogy a vendégek kényelmesebben élvezhessék a szolgáltatásokat. Emellett több gasztronómiai eseményt és nyitott programot tervez, amelyekre a környékbelieket is szeretné bevonni. A hosszú távú tervek között szerepel az üzleti vendégkör bővítése is. „Szeretném, ha a Lifestyle nemcsak pihenésre, hanem üzleti találkozókra is vonzó helyszín lenne. Konferenciák, üzleti ebédek, vacsorák – ezek mind segíthetnek abban, hogy a szálloda több lábón álljon.” A Mátra minden rezdülését ismeri, hiszen évtizedek óta itt él és dolgozik. Dóri számára a hegy nemcsak munkahely, hanem élettér is, amely évszakról évszakra más arcát mutatja. „Az őszt szeretem a legjobban – annyira színes, annyira él. Ilyenkor még jó az idő, lehet kirándulni, és minden nap más árnyalatban pompázik a hegy.” A természethez való kapcsolódás számára nemcsak kikapcsolódás, hanem feltöltődés is. „A tél is gyönyörű, amikor deres minden, fehérbe borul a táj. A tavasz a megújulás ideje, amikor minden újra zöldell, a nyár pedig már más, melegebb, mint régen, de itt fent mindig kellemesebb, mint a városban.”

Zárásként csak annyit üzen azoknak, akik még nem jártak nála: „Ha szeretnék egy olyan helyet kipróbálni, ahol valóban feltöltődhetnek, ahol minden apró részlet értük van, és ahol úgy érezhetik, mintha hazaérkeznének, akkor bátran ajánlom, hogy válasszanak minket.”



Bence és Emma első síkalandja

Az idei karácsony különösen izgalmas volt Bence és Emma számára. A fa alatt nemcsak színes csomagok sorakoztak, hanem valami egészen új illat is terjengett a levegőben: a kalandé!

- Ez meg mi lehet? - kérdezte Emma, miközben kibontotta a hatalmas dobozt.
- Sapka! Meg kesztyű! És sínadrág! - kiáltott fel Bence, ahogy sorra kerültek elő a meleg ruhadarabok.
- De hát... hova készülünk? - nézett anyára nagy szemekkel.

Apa csak mosolygott:

- A karácsonyi ebéd után nemcsak a hasatok lesz tele, hanem az autó is. Irány Murau! Síelni mentek!

A gyerekek ujjongtak, és aznap estig száz kérdéssel bombázták a szüleiket.

- Hogy állunk meg a havon?
- Mi az, hogy „pizza”?
- És tényleg olyan gyorsan lehet csúszni, mint a tévében?

Másnap útra keltek. A hópelyhek kint táncoltak, az autóban pedig nevetés és kakaóillat keveredett. Mire lement a nap, megérkeztek az Alpenblick Hotel meleg fényű épületéhez. Gyors vacsora, egy csobbanás a medencében, majd irány az ágy - de az álom nem akart jönni, csak a kérdések és a kíváncsiság.

Reggel a nap első sugarai már a hóval borított hegycsúcsokat cirógatták.

- Ma tényleg síelünk! - lelkesedett Emma, miközben a reggeli kakaóját kortyolgatta.





A síkölszönzőben fél órát töltöttek, mert a síbakancs bizony makacs jószág volt.

- Mintha egy úrcipőben járnék! - nevetett Bence, miközben ügyetlenül lépkedett.
- Legalább kergetőzni nem tudtok benne - mosolygott anya.

Aztán irány a felvonó! A gyerekek bepakolták a síléceket a tartóba, és már suhantak is felfelé a hegyoldalon. Odafent a sioktató, Anna néni, kedvesen fogadta őket:

- Na, gyerekek, ma megtanuljuk a pizzát! Bence és Emma összenéztek.
- De hát mi van, ha inkább palacsintát szeretnénk? Két kattanás, és a sílécek már a lábukon voltak. Bence alig állt meg, máris elindult lefelé - és puff! - egy nagy hófelhő közepébe huppant.
- Na, legalább nem a levegőbe repültél! - nevetett Emma.

A tanuló pályán mindenki elesett legalább egyszer. Emma oldalra dőlt a kifelvonónál, és kacagva gurult le a hóban. Aztán valahogy minden egyre könnyebben ment: a „pizzák” szebbek lettek, a csúszások hosszabbak, a nevetések hangosabbak.

Ebédre a síhütte meleg illata csalogatta őket. A tiroli császármorzsa aranybarnán ropogott a tányéron - a nap fénypontja volt. Délután már oktató nélkül próbálkoztak a kezdő pályán. Sapkáról csöpögött a hó, kesztyű csupa víz, de a nap melegen sütött, így pulóverben siklottak tovább. Még egy fánkcsúszás is belefért, mielőtt elnehezült lábbal, piros arccal és ragyogó mosollyal tértek vissza a hotelbe.

Másnap új kihívás várt rájuk: egy hosszabb, kanyargósabb pálya.

- Ezt már egyedül is meg tudjuk csinálni! - jelentette ki Bence határozottan. Csakhogy a hegy közepén Emma hirtelen megállt.
- Bence, a kesztyűm! Elhagytam a felénél! - kiáltotta rémülten.

A hó vastag volt, a lejtő meredek, és a kesztyűnek nyoma sem volt. Bence gondolkodott egy pillanatig, majd azt mondta:

- Nem baj, én lecsúszom érte, te maradj itt! Óvatosan elindult, mint egy igazi kis hős, és néhány perc múlva diadalmasan integetett a hegy aljáról.
- Megvan! - kiáltotta.

Emma mosolygott:
- Te vagy a legjobb testvér a világon!
Mikor újra egymás mellé értek, már nemcsak síelni tanultak meg, hanem valami sokkal fontosabbat is: hogy a bátorság nem azt jelenti, hogy nem félsz - hanem azt, hogy a másikért akkor is megteszed, amit kell.

És ahogy az utolsó csúszás után a nap lebukott a hegyek mögött, Bence és Emma tudták: ez volt életük első igazi télmeséje.





Fedezd fel a Hilaris Hotels világot

ÚTI CÉLOK

AHOL MINDENKI MEGTALÁLJA A SAJÁT RITMUSÁT

Egy pihentető wellnesshétvégére vágysz, vagy inkább aktív kikapcsolódásra a hegyek között? A Hilaris Hotels szállodái a legszebb magyar és osztrák desztinációkban várnak – mindegyik más élményt kínál, de egyvalami közös bennük: az odafigyelés, a kényelem és az, hogy minden pillanat rólad szól.



RELAX
RESORT KREISCHBERG

RELAX RESORT HOTEL****

WALDSCHLÖSSL GASTHOF



ALPENBLICK
ALPENBLICK HOTEL****

Murau – sípályák, túraösvények és osztrák vendégszeretet

Murau a természet valódi ritmusában él: nyáron a túrázás, a kerékpározás és a folyóparti kalandok kerülnek előtérbe, amikor kizárólag az Alpenblick Hotel várja a vendégeket.

Télen viszont a hegyek új életre kelnek – **a Relax Resort Hotel, a Waldschlössl Gasthof és az Alpenblick Hotel** együtt nyitják meg kapuikat a síelés, a wellness és az alpesi hangulat szerelmeseinek. Az őszi első pár hete csendes, esős, majd a hegy lassan felkészül a télre. Aztán eljön a pillanat, amikor a hóval borított lejtők újra megtelnek élettel, és a forralt bor és a meleg puncs illata száll a levegőben.



AL
VILLA MY LAKE
LAKÓKÖZÖSSÉG

VILLA MY LAKE



R
RESIDENCE BALATON
FŐVÁROSI ÚT 10. SZÁMÚ BÉRTÉK

RESIDENCE BALATON****



R
REED hotel & bistro

REED HOTEL & BISTRO*****

Balaton – a déli part eleganciája

Három különböző hangulat, mégis ugyanaz az életérzés: a nyár illata, a víz csillogása és a balatoni naplementék varázsa.

A **Reed Hotel & Bistro** azoknak szól, akik a felnőttek nyugalmát keresik modern, letisztult környezetben. A **Residence Hotel Balaton** családok és wellnessrajongók kedvence, ahol a beltéri és kültéri medencék, a szaunavilág és a gasztronómiai különlegességek együtt teremtik meg a tökéletes harmóniát. A **Villa My Lake** pedig az elegancia és az intimitás szerelmeseinek ideális választás romantikus hétvégékhez – balatoni borokkal és csillagfényes estékkel kísérve. Nyáron hajókirándulások, borkóstolók, kerékpártúrák és vízi sportok várják azokat, akik a magyar tenger partján szeretnék újraéltetni a pihenést.



LIFESTYLE HOTEL
Mátra
LIFESTYLE HOTEL MÁTRA

Mátra – ahol a természet újraéleszti a testet és a lelket

A **Lifestyle Hotel Mátra** nem csupán egy szálloda, hanem egy valódi wellness-szentély. Az erdei túraútvonalak, a friss hegyi levegő és a különleges Longevity programok – mint a krio-kamra, az oxigénterápia vagy a lebegőkabin – azoknak szólnak, akik tudatosan szeretnék regenerálódni.

Pároknek, családoknak, természetkedvelőknek és mindazoknak, akik új energiát keresnek – itt a nyugalom szó szerint a levegőben van.



SZALAJKA LIGET
HOTEL ÉS APARTMANHÁZAK

SZALAJKA LIGET HOTEL ÉS
APARTMANHÁZAK SZILVÁSVÁRAD



H
HILARIS HOTELS



AMBIENT
HOTEL & THERMAL SPA

AMBIENT HOTEL &
THERMAL SPA ****

Szalajka-völgy – a természet szívében

A **Szalajka Liget Hotel és Apartmanházak Szilvásvárad** ikonikus zöld völgyében várja azokat, akik szeretik a természet közelségét, a kristálytisza levegőt és a madárcsicsergésre ébredést. Családoknak, túrázóknak, romantikus lelkeknek – ez az a hely, ahol a fák lombjai között újra megtalálod a csendet.



SPORHOTEL
HEILIGENBLUT



LANDHOTEL POST

Sikonda – a Mecsek rejtett gyöngyszeme

Az **Ambient Hotel & Thermal Spa** a Mecsek lábánál, erdei környezetben fekszik, ahol a természet csendje és a wellness élményei találkoznak. Tökéletes választás pároknak és családoknak is, akik szeretnék kiszakadni a város zajából és belekóstolni a slow life hangulatába. A környéken túraútvonalak, kerékpárutak és termálvizes fürdők gondoskodnak arról, hogy a pihenés minden érzékszervre hasson.

Heiligenblut – az Alpok varázsa a Grossglockner lábánál

A Hilaris Hotels legújabb ékkövei, a **Landhotel Post** és a **Sporthotel Heiligenblut**, Ausztria egyik legfestőibb hegyi falujában várják vendégeiket. A Grossglocknerre nyíló panoráma, a hóbiztos pályák és a hegyi fogadók meghitt világa különleges téli élményt kínál – elsősorban tapasztalt sielőknak, akik nemcsak sportolni, hanem feltöltődni is szeretnék a természet közelségében.

Akár a tóparti nyár, akár a hegyi tél áll hozzád közelebb, minden Hilaris-szállodában közös az élmény: azt érezheted, hogy bármerre jársz, mindig egy darab otthon vár rád.



COLAS

WE OPEN THE WAY

A COLAS MAGYARORSZÁGI CÉGCSOPORTJA

A világvezető Colas Csoport tagjaként 1991 óta meghatározó szereplői vagyunk a hazai építőiparnak. Magyar szakemberek irányításával nemcsak közlekedési létesítmények és árvízvédelmi beruházások megvalósításában veszünk részt, hanem zúzottkő-termeléssel, országos alapanyag-hálózattal és innovatív környezetvédelmi fejlesztésekkel is hozzájárulunk a fenntartható jövőhöz.

Cégcsoportunk holding központja, a **Colas Magyarország Zrt.**, összehangolja pénzügyi, jogi, informatikai, HR, kommunikációs és munkabiztonsági tevékenységeinket, és itt születnek a stratégiai döntések, amelyek formálják a cégcsoport jövőjét - leányvállalataink szakértelmére építve, az útépitéstől a közműfejlesztésen át az alapanyaggyártásig-, mindezt az alábbi vállalati értékek mentén:

#TISZTELET

#ELKÖTELEZETTSÉG

#ÜTTÖRŐ SZEMLELET

#TUDÁSMEGOSZTÁS



COLAS ÚT

Utakat építünk a jövőbe

Országszerte nyolc aszfaltkeverő teleppel és saját bitumenemulzió-üzemmel biztosítjuk a minőséget. Autópályák, hidak, önkormányzati és magánberuházások - több évtizedes tapasztalattal formáljuk Magyarország közlekedési infrastruktúráját.



COLAS ALTERRA

Infrastruktúra és városfejlesztés szakértője

Hetvenévi tapasztalattal építjük a jövőt: közművek, vízépítési műtárgyak, tisztítótelepek és alternatív energia megoldások Budapesten és vidéken. Városrehabilitáció, térfelújítás, kötött pályás közlekedés - komplex projekteknél is megbízható partner.

COLAS ÉSZAKKŐ

Az alap, amire építhetünk

Észak-Magyarország bányáiból biztosítjuk az építőipar számára a minőségi andezit zúzottkővet és a riolittufa talajjavító őrleményt. Mobil feldolgozás, bontási anyagok újrahasznosítása - fenntartható megoldásokkal építjük az utak, vasutak és védőgátak jövőjét.



SÍPÁLYA KISOKOS

MIRE FIGYELJ,
HA AUSZTRIÁBAN SÍELSZ

Aki először vág neki az osztrák hegyeknek, könnyen elveszhet a színes jelölések, számok és táblák tengerében. Pedig ezek a jelzések nemcsak a látványt szolgálják: segítenek abban, hogy a tudásszintünkhöz illő pályát válasszunk, és biztonságban élvezhessük a csúszást. Nézzük, mit is jelentenek valójában!



Zöld, kék, piros, fekete – a színek nyelve

Ausztriában, így Murauban is, a sípályákat a nehézségi szint szerint színekkel jelölik:

ZÖLD PÁLYA

- a teljes kezdők terepe

Lapos, széles és biztonságos lejtők, ahol bátran próbálgathatod az első csúszásokat. Ezek többnyire a völgyállomások közelében, tanuló pályákon vagy síiskolák mellett találhatóak. A muraui gyakorló zóna, a varázsszőnyeggel felszerelt tanuló pályák ideálisak a gyerekeknek is.

PIROS PÁLYA

- középhaladóknak és haladóknak, akik szeretik a tempót

Itt már meredekebb szakaszok és jeges részek is előfordulhatnak, így szükség van magabiztos kanyarodási technikára. Murauban a pályák többsége ebbe a kategóriába tartozik – dinamikus, de jól kezelhető.

KÉK PÁLYA

- nyugodt, élvezetes csúszás a biztos alapokkal rendelkezőknek

Mérsékelt lejtés, jól belátható ívek, széles kanyarok. Tökéletes terep azoknak, akik már tudnak fékezni, kanyarodni, és szeretnék biztonságosan fejlődni.

FEKETE PÁLYA

- a profik birodalma

Meredek, kemény és technikás. A síléc itt nem csak csúsznak, hanem dolgoznak is: stabil testtartás, gyors reakció és koncentráció kell hozzá. Csak tapasztalt sielőknek ajánlott.





Mit jelentenek a számok és betűk?

Minden pálya saját számmal vagy betűjellel van ellátva, ami megkönnyíti a tájékozódást és vészhelyzetben is életmentő lehet. A számok nemcsak a térképen szerepelnek, hanem a pályák mentén is jól látható kék, piros vagy fekete táblákon. Ezek mutatják, éppen melyik szakaszon tartózkodsz, és jelzik a nehézségi fokot is.

Murau–Kreischberg síterep

– MINDEN SZINTEN ÉLMÉNY

Murau ideális választás, mert mindenki megtalálja a saját tempóját:

A völgyállomásnál:

zöld és kék tanulópályák, síiskolák, gyerekbarát terek.

A hegytetőn:

hosszú, széles piros pályák, ahol a haladó tempózhatnak.

A Prädikat-pálya és a Kreischberg fekete szakaszai a profikat is próbára teszik.

A Sunny slope vagy a Rosenkranz napos lejtői pedig tökéletesek egy panorámás csúszásra.

További jelölések, amiket érdemes ismerni:



SÍÚT (SKI ROUTE)

Kijelölt, de nem kezelt terep, csak tapasztalt síelőknek.



FREERIDE ZÓNA

A kijelölt pályán kívüli terület, csak megfelelő felszereléssel és lavinajeladóval.



SNOWPARK

Ugratókkal, korlátokkal, akadályokkal felszerelt park a trükközni vágyóknak.



HÓPIHE IKON

Hóágyúzott pálya, tehát még enyhébb időben is biztosított a csúszás.



A sípályák színekódjai sokkal többet jelentenek, mint pusztán díszítés. A helyes értelmezésük a biztonság záloga, különösen Ausztriában, ahol a precizitás és a jól szervezett pályarendszerek világszínvonalúak. Murau pedig tökéletes hely arra, hogy megtanuljunk: a legjobb síélmény nem feltétlenül a legmeredekebb lejtőn vár – hanem ott, ahol a tudásszintünkhöz illő pálya és a hegyek csendje találkozik.

Tippek a megfelelő pálya kiválasztásához:

- **Ne siess:** ha most kezded, maradj a zöld és kék pályáknál.
- **Fokozatosan haladj;** a piros és fekete pályákhoz idő és tapasztalat kell.
- **Mindig nézd meg a napi hójelentést** és pályatérképet.
- **Kezdd a napot bemelegítéssel;** a test és a koordináció is hálás lesz.
- **Tartsd tiszteletben a FIS-szabályokat** – a biztonság mindennél fontosabb.

A legfontosabb FIS-alapszabályok röviden:

- 01 Vigyázz másokra:** mindig úgy síelj, hogy ne veszélyeztess vagy akadályozz másokat.
- 02 Sebesség és kontroll:** alkalmazkodj a tudásszintedhez, a terephez és a forgalomhoz.
- 03 Haladás iránya:** az elől haladó síelőnek van elsőbbsége – te látod őt, ő nem lát téged.
- 04 Előzés:** mindig biztonságos távolságot tartva előzz, bármelyik irányból.
- 05 Besíelés és elindulás:** mielőtt becsatlakozol a pályára, nézz körül alaposan.
- 06 Megállás:** ne állj meg szűk vagy nem belátható helyen.
- 07 Gyalogos mozgás:** ha gyalogolsz a pályán, a legszűkebb részen tedd.

Murau–Kreischberg röviden

- **Teljes pályahossz:** kb. 42 km
- **Legmagasabb pont:** 2118 m
- **Pályák aránya:** 17 km kék, 22 km piros, 6 km fekete
- **Hóágyúzott szakasz:** a pályák több mint 90%-a
- **Felvonók:** 13 modern lift, köztük 10 személyes kabinos
- **Különlegesség:** Snowpark, tubing pálya, síóvi, síkölcsönző és síszervíz

MI AZ A FIS?



A FIS rövidítés a **Fédération Internationale de Ski et de Snowboard** (Nemzetközi Sí- és Snowboard Szövetség) nevét jelenti.

Ez a szervezet felel a síelés és snowboardozás nemzetközi szabályainak, versenyeinek és biztonsági előírásainak meghatározásáért világszerte. **A FIS-szabályok** tulajdonképpen a „**síelők közötti szabálykönyve**” – tíz alapelvből álló irányelv, amit minden síelőtől elvárnak, függetlenül attól, hogy profi vagy hobbi sportoló.

- 08 Táblák és jelzések:** mindig kövesd és tartsd be őket.
- 09 Segítségnyújtás:** balesetnél minden síelő köteles segíteni.
- 10 Azonosítás:** baleset esetén mindenkinek azonosítania kell magát (tanúként is).

EZEKET A SZABÁLYOKAT AZ OSZTRÁK SÍTERÜLETEKEN IS SZIGORÚAN VESZIK, ÉS BALESET ESETÉN A FELELŐSSÉG MEGÁLLAPÍTÁSÁNÁL GYAKRAN A FIS-SZABÁLYOK ALAPJÁN DÖNTENEK.

Az Ambient igazgatójának története

HIDASAI BÁLINT

A RECEPCIÓS PULT MÖGÜL INDULT ÉS MA MÁR EGY TELJES SZÁLLODÁÉRT FELEL

Van valami különösen szép abban, amikor valaki nem sodródik egyik munkahelyről a másikra, nem ugrál pozíciók között, nem a címek hajtják előre, hanem egyszerűen csak teszi a dolgát, napról napra és közben lassan kinövi a saját falait. Amikor az ember sok év után visszanéz és azt látja, hogy egyetlen ház, egyetlen közeg végigkísérte a felnőtté válását, a tapasztalatát, a hibáit, a fejlődését, a döntéseit. Sikonda ilyen hely lett Hidasi Bálint számára. Vagy talán fordítva: Bálint ilyen emberré vált Sikondának köszönhetően.

Mert az Ambient Hotel történetében ritka az a pálya, amely ennyire belülről épül fel. Bálint 11 év alatt bejárta szinte az összes utat, amit egy vidéki szálloda kínálhat: recepciós pult, helyettesi feladatok, front office vezetés, majd egyszer csak igazgatói iroda. Nem látványos ugrásokkal, nem harsány bejelentésekkel, hanem egy olyan következetes jelenléttel, amit talán csak azok értenek igazán, akik maguk is dolgoztak vendéglátásban. Ahol a mosoly is munkaeszköz, a probléma megoldása pedig reflex, nem opció.



A gyerekkor, ahol még minden teljesen máshogy állt

Ahogy mesél, feltűnik valami kedves, már-már derűs önirónia benne. „Nyolc-tíz éves korom körül valamiért biztos voltam benne, hogy ügyvéd leszek. Nem tudom megmondani, honnan jött. Nem volt a családban példa, csak egyszerűen így éreztem.”

Komlón nőtt fel, a gimnáziumot is ehhez az álomhoz igazította, majd felvételt nyert a jogi egyetemre. Két évig tartott a lelkesedés. „A tananyaggal semmi gondom nem volt. Inkább azt éreztem, hogy nem fair a rendszer és valahogy nem engedett önazonosnak maradni. Nem láttam magam ebben a világban.” Így jött az első nagy váltás az életében. A felismerés, hogy nem ott kell tovább menni, ahol elkezdte, hanem ott, ahol jól érzi magát. Ez pedig nem egy könyvtár volt, hanem a Balaton partja.

A balatoni nyarak formálták át

Tizenhat évesen már emberek között dolgozott, egy zöldségesben, később sörbárt vezetett és játéktermet üzemeltetett. Szerinte innen indult minden. Onnan, hogy megtanulta, milyen érzés vendégekkel lenni, gondoskodni, kommunikálni, figyelni. Nem nagy rendszerekben gondolkodni, hanem emberekben.

A nagy fordulat valójában egyetlen pillanat volt: a balatoni nyár végén, egy pályaválasztási kézikönyv fölött megakadt a szeme a turizmus szón. Nem filozofált sokat. Azt mondta magának, ha már a parton ülök, és a vendéglátásban érzem jól magam, akkor miért ne választanám ezt az utat. Ez volt az a döntés, ami látszólag egyszerűnek tűnt, mégis mindent eldöntött.

Sikonda: belépés egy olyan házba, amely lassan otthonná vált

A pécsi turizmus-képzés után ajánlásokon keresztül került az Ambient Hotelbe, ahol egyetlen aláírással a munka lett a gyakorlati helye. Akkor még nem tudta, hogy ezzel 11 évre szóló kötődés indul el. „Amikor először beálltam a pult mögé, olyan volt, mintha egy teljesen új világba léptem volna. Izgultam, mert tudtam, hogy itt már minden mozdulat számít.”

Más típusú kommunikációt kellett tanulnia, fegyelmet, rendszert, pontosságot. Három-négy hónap után érezte, hogy kezd beleállni a feladatokba, fél év után pedig már nemcsak dolgozott, hanem fejlődött is. Hamar előléptették helyettesé, majd front office vezetővé, és itt kezdett el igazán kinyílni a szakmai horizontja. Mindent látott. Mindent átélt. Minden hibát kijavított, minden válságot megtapasztalt. A recepció a szálloda szíve. A hely, ahol minden elkezdődik és minden lecsapódik. Ahol egy rossz hangulatú vendég, egy technikai hiba, egy váratlan helyzet azonnal hatással van az egész ház működésére. Bálint itt tanulta meg azt, hogyan kell egy csapatot felépíteni. Hogyan kell kommunikálni, tréningezni, felelősséget vállalni. Hogyan kell egyszerre embernek lenni és vezetőnek. Ez később pont az a fajta tudás lett, ami miatt igazgatóvá vált.

A pillanat, amikor az élet olyan kabátot ad, amelyet fel kell venni

Nem készült igazgatónak. Sőt, kimondottan úgy gondolta, hogy a középvezetői szint az, ahol jól érzi magát, és ahol még egyensúlyban van a felelősség, a teljesítmény és a magánélet. Aztán egy reggelen egy online megbeszélésen elhangzott egy mondat, amitől percekig nem talált szavakat. Felajánlották neki az igazgatói pozíciót.

„Amikor kimondták, hogy rám gondoltak igazgatóként, egyetlen hang nem jött ki a torkomon. Soha nem

készültem erre a pozícióra, mégis éreztem, hogy most valami nagy felelősség érkezett meg.” És Bálint döntött.

A kezdeti félelem néhány nap alatt átfordult egy mély, ösztönös motivációba. Jöttek a kérdések: mit kellene másképp csinálni, mivel kezdjen, hogyan kell



felépíteni egy új korszakot. És amikor ez a belső hang megszólal, akkor a válasz már nem kérdés. Igent mondott.

A Hilaris érkezése mindent fejre állított, de jó értelemben

A tulajdonosváltás minden szállodai csapat életébe bizonytalanságot hoz. Sikondán is így volt ez. Ám a Hilaris vezetősége egyetlen mozdulattal eloszlatta a félelmeket. Lejöttek személyesen. Bemutakoztak. Nem címekekkel, nem pozíciókkal, hanem emberséggel. Ez volt az a pont, ahol mindenki érezte, hogy most valami más kezdődik. A vendégélmény új szintre került, a gasztronómia megújult, a személyzet stabilabb lett, a tisztaság soha nem volt ilyen kiemelkedő. És ami talán a legfontosabb: hitelesek voltak. Amit ígértek, megvalósult. Amit kértek, megindokolták. Amiben változást akartak, azt együtt valósították meg.

Egy nap, amelyben nincs rutin, de van ritmus

Bálint reggel 7 és 8 között érkezik. Első körben e-mailek, majd körbejárja az összes részleget. Nem ellenőrzés ez, hanem jelenlét. A recepcióssokkal beszélget, felmegy a wellness részlegbe, benéz a konyhára, megnézi, hogyan indul a nap, és érzi-e azt, amit éreznie kell: hogy rendben van a ház. Délutánra jönnek a rendezvényes egyeztetések, a szervezés, a programok előkészítése, és persze mindig ott van valami váratlan: egy beszélgetés, egy kolléga rossz napja, egy műszaki kihívás, egy vendégnek adott extra figyelem. A napjai hosszúak, de élvezzi. Mert ő ebből töltődik. A monotonitást nem ismeri. A stresszt igen, de megtanulta szeretni.

Miért maradt 11 évig ugyanott?

A válasz egyszerűbb, mint gondolnánk. Mert mindig jött valami új feladat, amikor úgy tűnt, már mindent látott. Mert mindig kapott egy újabb réteget ebből a házból. Mert Sikonda nem csak munkahely lett számára, hanem rendszer, ritmus, közösség. És mert valahol mélyen mindig érezte, hogy dolga van még itt.

Merre tovább

A következő év célja egyértelmű: házon belüli fejlesztések, még erősebb csapat, stabil vendégszám és olyan minőség, amelyre a környék is felkapja a fejét. A karácsonyi és szilveszteri programok már most telt házakat ígérnek, és a tavaszi tematikus hétvégék is alakulnak. De talán nem is ez a lényeg. Hanem az, hogy az Ambient Hotel olyan vezetőt kapott, aki érzi a ház minden rezdülését. Aki ugyanolyan tisztelettel köszön be a takarítónak, mint a tulajdonosnak. Aki soha nem felejt el, honnan indult. És aki tudja: nem címekek teszik vezetővé az embert, hanem az, ahogyan jelen van.

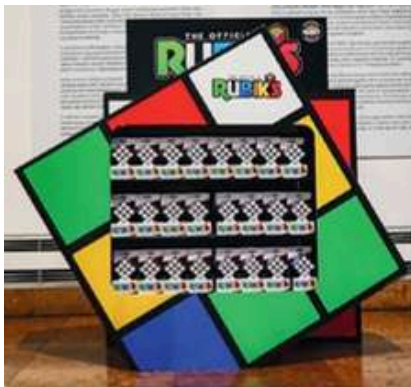
Reed Bistro Restaurant

Minden ízében élmény. | ebéd · vacsora · snack · cocktail

REED
By Krausz Gábor



Siófok, Vécsey Károly utca 20. | www.reedhotel.hu



Világmarkák hazai partnere - Profield



A legismertebb elektronikai, ital- és élelmiszeripari márkák kommunikációjától a kreatív promóciókig - a Profield abban segít, hogy a nemzetközi és hazai brandek üzenetei élménnyé váljanak.

Több mint 25 éve az a küldetésünk, hogy személyre szabott, piacspecifikus megoldásokkal vigyük közel partnereink márkáit a vásárlókhoz: országos merchandising csapatunk biztosítja, hogy a boltok polcai mindig rendezettek legyenek, valamint valós idejű visszajelzéseket és napi riportokat készít.

Promóciós és produkciós csapatunk pedig hostessekkel, kreatív eseményekkel és egyedi POS-anyagokkal kelti életre a márkák üzenetét. A háttérben megbízható logisztikai és csomagolási infrastruktúránk gondoskodik arról, hogy megfelelő tárolás mellett minden termék időben és kifogástalanul érjen célba.

Fedezze fel a Profield komplex világát és építsük tovább közösen márkája sikerét!

 **PROFIELD**



profield@profield.hu




profield.hu





Újdonság a Szalajka Ligetben

• Soft All Inclusive élmény! •

A Hilaris Hotels szállodái közül **elsőként a Szalajka Liget Hotel és Apartmanházak** vezeti be a soft all inclusive ellátást, hogy a pihenés minden percét még gondtalanabbá tegye.

 Bőséges büféreggeli | A nap tökéletes indítása, friss, helyi alapanyagokkal.

 Választható, háromfogásos ebédmenü | Változatos ízek, házas fogások, minden nap más élmény.

 Gazdag büfévacsera | Ahogy azt a Hilaris Hotels vendégei már megszokhatták.

 Korlátlan kávé- és üdítőfogyasztás | Mert a feltöltődéshez a kedvenc ital is hozzátartozik.

Az alkoholmentes, mégis teljes ellátás új szintre emeli a Liget-élményt
– **több íz, több pihenés, több élmény – egy helyen.**



3348 Szilvásvárad, Park utca 25/a

Soft All Inclusive – mert itt minden a nyugalomról és a figyelmességről szól.

Több információ: www.szalajkaliget.hu



UTAZÁS

ELEKTROMOS AUTÓVAL

Egyre több autógyártó vált elektromos hajtásra, és ezzel párhuzamosan a családok körében is egyre népszerűbbek a villanyautók. A döntés mögött általában két ok áll: a környezetbarát közlekedés iránti igény, valamint a hosszú távon alacsonyabb fenntartási költség. De amíg a városi ingázás során az elektromos autók már bizonyítottak, addig sokan még mindig bizonytalanok abban, hogyan teljesítenek ezek a járművek hosszabb, változatos terepen – például egy hegyvidéki szálloda, vagy akár az osztrák Alpok felé vezető úton.

Mi utánajártunk.

Tesztautóink egy **Volvo EX30**, és Budapestet kiindulópontként választva három különböző úti célt látogattunk meg: a Lifestyle Hotel Mátrát, a sikondai Ambient Hotel, és végül az ausztriai Alpenblick Hotel Murauban. A célunk az volt, hogy valós körülmények között, négyfős családdal, csomagokkal vizsgáljuk meg, mennyire reálisak a gyári hatótáv-adatak, és mennyire kényelmes ma elektromos autóval útnak indulni Magyarországról.

Az elektromos autók tesztjeinél nemcsak a hatótáv vagy a töltési idő számít, hanem az is, mennyire családbarát a modell. A Volvo EX30 egy kompakt SUV, ami városi közlekedéshez ideális, de hosszabb utaknál már odafigyelést igényel a csomagolás. Az alaphelyzetben 318 literes csomagtér a hátsó ülések ledöntésével 900 literre bővíthető, ami átlagos érték a kategóriában, de a merev falú bőröndök helyett érdemes puha sporttáskákat választani, mert jobban kihasználják a rendelkezésre álló helyet. Ha nagyobb csomagmennyiség vagy sportfelszerelés is kerül az autóba, a tetőbox megoldás lehet, ám ez növeli a légellenállást és a fogyasztást.

Budapest – Lifestyle Hotel Mátra

Ha 100%-os töltöttséggel indulunk Budapestről, a Mátra 115 kilométeres távolsága könnyedén teljesíthető. Az EX30 69 kWh-s akkumulátora ideális körülmények között akár 400 kilométeres hatótávra is képes, így ez a szakasz mindössze 35-40% töltöttséget igényel. Persze a kijelzőn 100%-os töltöttségnél 472 kilométeres hatótávolságot látunk, de ezek az adatok csupán laboratóriumi körülmények között lennének érvényesek, így számolnunk kelle azzal a tanulási fázissal, amíg kitapasztaljuk, hogy a saját vezetési stílusunkkal pontosan milyen hatótávolságok reálisak. Az autópályán a 110-120 km/h-s tempó a legkedvezőbb: gyors, de még takarékos. A szerpentes, emelkedős szakaszon a fogyasztás megnő, viszont a lejtőkön a regeneratív fékezés akár 3-5% energiát is visszatölt, részben ellensúlyozva a hegyi emelkedő miatti többletfogyasztást.

A Lifestyle Hotel parkolójában 6 darab, 22 kW-os AC-töltő várja az érkezőket. A PARKL applikáción keresztül indítható és fizethető a töltés, amely 185 Ft/kWh áron elérhető. Egy 40%-ról 100%-ra történő feltöltés körülbelül

2,5-3 órát vesz igénybe, így az autó kényelmesen újratölthető egy vacsora vagy wellnessprogram ideje alatt.

Budapest – Ambient Hotel Sikonda

Következő úti célunk a Mecsek völgyében fekvő Ambient Hotel Sikonda, mintegy 185 kilométerre Budapesttől. Az útvonal nagy része autópályán halad, így a fogyasztás egyenletesen tervezhető. Az EX30 akkumulátora ezt a távot egy töltéssel teljesíti, a dombos szakaszokon valamivel magasabb, 19–21 kWh/100 km fogyasztással. A regeneratív fékezés itt is segít visszanyerni néhány százalékot a visszaúton. A hotel parkolójában 2 darab, 11 kW-os AC-töltő található, éjjel-nappali hozzáféréssel. A töltés díja 150 Ft/kWh, Type 2-es csatlakozóval. Ezen a teljesítményen egy részleges feltöltés 3–4 óra alatt végezhető el – pont annyi idő alatt, amíg a vendégek kipróbálják a felújított wellnessrészeletet, a beltéri és kültéri medencéket vagy a szaunaparkot.

Budapest – Alpenblick Hotel Murau

A leghosszabb szakaszunk az ausztriai Murauba vezet, ahol az Alpenblick Hotel található. Itt már valóban szükség van előzetes tervezésre, hiszen a kisebb településeken még nem mindenhol elérhetők a gyorstöltők. A főbb autópályák mentén viszont jól kiépített a hálózat, így célszerű Sopront választani töltőmegállóknak.

Budapestről Sopronig nagyjából 220 kilométer az út, ami az akkumulátor felét használja el. Itt egy reggeli ideje alatt, egy korszerű DC-gyorstöltőn 25–30 perc alatt akár 90%-ra is feltölthető az autó. Innen az Alpenblick Hotel további 270 kilométerre van, amit a Volvo EX30 kényelmesen teljesít újabb megálló nélkül. Viszont, ha óvatosabbak vagyunk és gyerekekkel indulunk egy nagyobb megállónál érdemes beiktatni egy kávét és egy gyors 10-15 perces töltést. A kisebb településekre nem érdemes lehajtani, hiszen az autópálya mellett szépen kiépítették a töltőállomásokat, ahol akár egy ebédet is el tudunk fogyasztani.

A téli időszakban érdemes viszont azzal számolni, hogy a fűtés és a 23 °C-os utastér 5–10%-kal csökkentheti a hatótávot, hiszen az energia a fűtésrendszer is ellátja. Így a korábbi 400 kilométeres elméleti hatótáv helyett inkább 360–370 kilométerrel érdemes számolni, ami még mindig elegendő a soproni megállóval tervezett útvonal teljesítéséhez. Murauig tehát egy kényelmesen tervezhető, biztonságosan kivitelezhető útvonal, ahol a megfelelően megválasztott pihenők és töltőpontok mellett az utazás nemcsak gazdaságos, hanem élvezetes is lehet.

Reális menetidő és hasznos tanácsok Ausztriára

A Budapest–Murau útvonal elektromos autóval a gyakorlatban nagyjából 6 óra 45 perc alatt teljesíthető, ha két töltéssel és egy hosszabb, kényelmes ebédszünettel számolunk. Természetesen ez egyéni függő: aki dinamikusabban vezet és rövidebb megállásokat tart, gyorsabban célba érhet, míg aki inkább óvatosabb, tervezett tempóban halad, annak a hat-hét órás menetidő reálisabb.

A töltés nem mindig indul el azonnal: előfordulhat, hogy újra kell csatlakoztatni a kábelt, vagy az applikáció késik a fizetéssel. Ausztriában a legtöbb autópálya menti töltőállomás megbízható és jól karbantartott, de érdemes előre letölteni néhány kulcsfontosságú alkalmazást, például a **Plugsurfing**, **Chargemap**, **Ellii** vagy **EnBW Mobility+** appokat. Ezek segítségével látható a szabad oszlopok száma, a töltési sebesség, az ár és a kábeltípus is.

Aki rendszeresen jár Ausztriába, annak praktikus lehet egy **RFID-töltőkártya** (például EnBW, Shell Recharge vagy Maingau), amely sokszor gyorsabban és stabilabban működik, mint az alkalmazásos fizetés. A töltőhálózat rendkívül sűrű, így szinte bármikor találni 20–30 kilométeren belül működő töltőt – de a kulcs az, hogy ne az útvonalhoz igazítsuk a pihenést, hanem a pihenést az utazáshoz.

Az elektromos autóval való utazás más ritmust ad: csendesebb, nyugodtabb és tudatosabb. A megérkezés élménye már az úton elkezdődik.

Figyelmeztetés:

Ha valaki a dinamikusabb, nagyobb sebességű vezetést kedveli, érdemes számolni azzal, hogy a fogyasztás és az akkumulátor merülése ezzel arányosan nő. A 130 km/h feletti tempó, a hideg időjárás vagy a gyakori gyorsítások könnyen lerövidíthetik a hatótávot, ezért hosszabb utaknál érdemes több töltéssel és nagyobb menetidővel kalkulálni. A Volvo folyamatosan fejleszti az energiahatékonyságot: az egypedálos vezetési módnak köszönhetően, amikor le vesszük a lábunkat a gázpedálról, az autó automatikusan lassít és közben visszatölti az energiát, így a vezetés nemcsak kényelmesebb, hanem hatékonyabb is.

*Harmonikus arányok.
Skandináv minimalizmus.
Karakteres részletek,
különleges stílusban.
Ez a kompakt SUV
nagy hatást kelt.*



ELEKTROMOS HATÓTÁV
(KOMBINÁLT)

476 KM

GYORSULÁS (0-100 KM/H)

3,6 S

MAXIMÁLIS MOTOR TELJESÍTMÉNY

428 LE

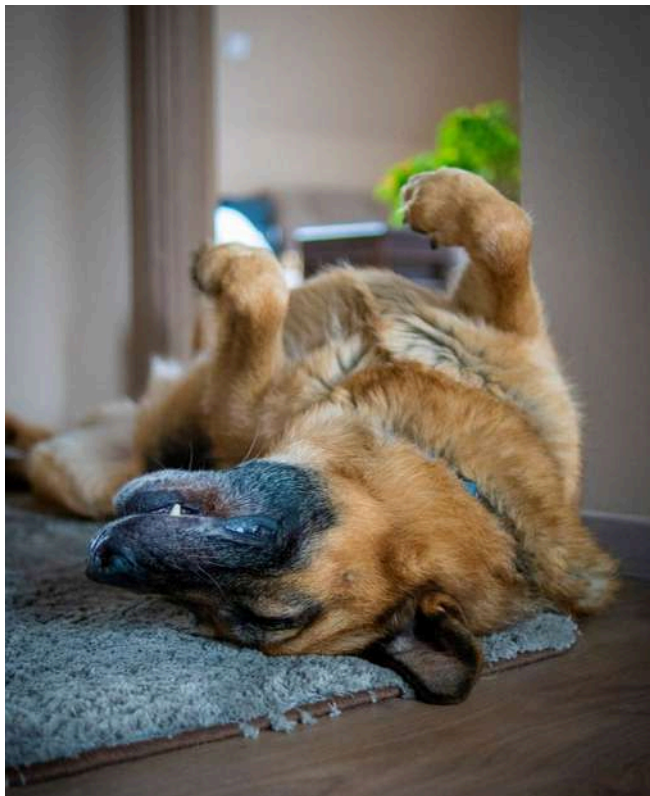
TÖLTÉSI IDŐ 10-80% KÖZÖTT
(DC 150 KW)

26 PERC

EX30 SPECIFIKÁCIÓK

V O L V O





*Diablo,
Zentai Péter
mentett kutyája*

Amikor arról kérdezem Pétert, mikor fogalmazódott meg benne először a segítség iránti igény, nem gondolkodik sokat. „Mindig is próbáltam a lehetőségeimhez mérten támogatni másokat, a hátrányos helyzetűeket és a hangtalanokat” – mondja. A hangtalanok alatt a növényeket és az állatokat érti, azokat, akik a mai zajos világban „nem tudnak kiabálni”. Ekkor mesél Diablóról, a mentett kutyáról, aki egy 1x1 méteres betonboxból került hozzájuk. Idős, nagy testű, esélytelen – mégis a világ legjobb kutyája lett.

„Szándékosan ilyen kutyát választottunk. Ezek a kutyák ragadnak be a menhelyekre. De óriási szeretetet adnak.”

A döntést a feleségével hozták meg közösen, Ő volt az, aki elsőként mondta ki, hogy ennek a kutyának otthonra van szüksége. A történet rávilágít arra, hogy ha Péter lát egy ügyet, nem sokáig mérlegel.

Zentai Péter a FILANTRÓPIÁRÓL

„MINDIG IS PRÓBÁLTAM
SEGÍTENI”

A cégvezetők ritkábban beszélnek arról, hogy a mindennapi munkájuk mellett hogyan és milyen formában adnak vissza a világnak. Van, aki előre felépített stratégiával támogat ügyeket, mások inkább érzésből, a helyzetekre reagálva, felelősségből cselekednek. Péter egyértelműen az utóbbi kategóriába tartozik. Nála a filantrópia nem kommunikációs eszköz vagy vállalati program, hanem ösztönös készletés. Nézzük meg, mely ügyek mellé áll oda, hol segít önzetlenül, és mi az, ami személyesen megéri.

A Művész Üdülő és a Regőczi Alapítvány kapcsolata

Az idei év egyik legfontosabb filantróp lépése a zamárdi Művész Üdülő megvásárlásához kötődik. A cél azonnal megfogalmazódott bennük: olyan társadalmi csoportoknak biztosítsanak pihenést, akiknek sem anyagi, sem lelki értelemben nincs lehetőségük erre. Így alakult ki a kapcsolat a Regőczi Alapítvánnyal.

„A Regőczi Alapítvány covidárvákkal foglalkozik. Olyan gyerekekkel, akik a járvány alatt veszítették el az egyik vagy mindkét szülőjüket. Ezek olyan élethelyzetek, amikbe bele se akar gondolni az ember” – mondja.

Van, ahol az édesanya maradt egyedül három-négy gyerekkel, van, ahol egyik szülő sem élte túl a járványt. Péter szerint ezeknél a történeteknél a legnagyobb teher nem is az anyagi, hanem a lelki.

„Sokkal nehezebb ezeket a lelki terheket feldolgozni, mint egy testi problémát. Erre nincs protézis” – fogalmaz Péter.

A Regőczy-anyukák rendszeres csoportos találkozókat tartanak, ahol terápia, beszélgetés és közösségi élmény segítik a feldolgozást. A Hilaris ezekre az alkalmakra díjmentesen biztosít szállást, étkezést, wellness- és kezelési lehetőségeket. „Más egy ilyen fájdalmat a négy fal között megtartani, és más egy olyan környezetben, ahol megpihenhetnek, kimozdulhatnak, és egy kis levegőhöz jutnak. Ezek az anyukák az év 365 napján egy monoton mókuskerékben élnek. Egy pár napos kiszakadás nekik felér egy terápiával.”

A konferenciák és workshopok költségeit – utazástól a technikáig – szintén teljes mértékben átvállalják. Péter szerint ez az igazi segítség: amikor valaki úgy kap támogatást, hogy közben nem kell aggódnia semmi miatt.



Új tervek: síelési lehetőség Ausztriában

A következő nagy lépés már szervezés alatt áll. A most megvásárolt heiligenbluti szállodákban – a 2025–2026-os szezonban – több csoportot is szeretnének vendégül látni. A covidárvák síelési lehetőséget kapnak, teljes ellátással, nulla költséggel. „Ez nem csak sport, hanem kultúra is. Olyan élmény, amihez valószínűleg soha nem jutnának hozzá. Ha ezt mi megadhatjuk, akkor kötelességünk megadni.” A Művész Üdülőben szerzett tapasztalat alapján tudja: több tízmillió forintos támogatással olyan élményeket teremthetnek, amelyek egy életre szólnak. A küldetés pedig egyre világosabb számára: ahol tudnak, ott segítsenek – mindig szívből.

„Egy bizonyos szint fölött ez kötelesség”

A végén arról kérdezem, van-e stratégiája a filantrópiában. A válasz egyszerre racionális és emberi. „Támogatunk sportolókat, állatmenhelyeket, rászorulókat, kollégákat, akiknek szükségük van segítségre. De ezt nem üzleti terv alapján csináljuk. Én azt gondolom, hogy egy bizonyos szint fölött ez kötelesség. Az ember attól ember, hogy tud adni.” Péter számára a filantrópia nem pozicionálás, nem imázsépítés, hanem természetes működés. Ahol hiány van, oda ad. Ahol történt valami, amit nem lehet egyedül cipelni, mert akkora a súlya, ő ott segítő kezet nyújt. És ebben van a lényeg: nem azért segít, mert megteheti, hanem mert szerinte ez így helyes.

A Landhotel Post Hotel felvonói, Heiligenblut, Ausztria



Síelés KEZDŐKNEK ÉS PROFIKNAK

HILARIS MÓDRA:
MÁTRÁTÓL A GROSSGLOCKNERIG

A tél beköszöntével a Hilaris Hotels vendégei számára újra megnyílnak a hegyek kapui. Akár most állsz először sílécen, akár évek óta a havas lejtők szerelmese vagy, a Hilaris két ikonikus sírégiója – Murau-Kreischberg és Heiligenblut a Grossglockner lábánál – minden tapasztalati szinthez más és más élményt kínál.

Ha nem szeretnél messzire utazni, és első alkalommal próbálnád ki a síelést, Murau a tökéletes választás. Könnyen megközelíthető, családbarát pályarendszere biztonságos terepet ad az első csúszásokhoz.

Ha viszont új kihívást, valódi alpesi panorámát és hóbiztos pályákat keresel, akkor Heiligenblut vár a Hohe Tauern Nemzeti Park szívében – ez már a gyakorlott síelők birodalma, ahol a hegy ritmusa diktálja a napot.

Kezdőknek: az első csúszások öröme

Felszerelés: mit vegyünk meg, és mit béreljünk?

Az első síelésnél nem érdemes rögtön teljes szettet vásárolni.

Amit érdemes megvenni:

- **Alöltözet:** ez a komfort kulcsa. Legyen lélegző, gyorsan száradó, szoros, de nem szűk.
- **Kabát és sínadrág/overál:** vízálló, szélálló, ugyanakkor rugalmas. A kabátnál figyelj a hófogóra, a szellőzőcipzárakra és a praktikus zsebekre.
- **Kesztyű, síszemüveg, sapka vagy sisak alá való fejpánt** – ezek nélkül ne indulj el a pályára.

Amit bérelj vagy kölcsönözz:

- **Sícipő** – elsöre furcsa élmény, mert szorít, de ez természetes: a lábad nem mozoghat benne.
- **Síléc és bot** – a testsúlyod, magasságod és tudásszinted alapján a helyi kölcsönzőben segítenek a megfelelő felszerelés kiválasztásában.

Aranyszabályok a ruházathoz

- **Öltözz rétegesen:** alöltözet, középső melegítő réteg, majd külső víz- és szélálló kabát.
- **A pamut felejtős,** mert megtartja a nedvességet.
- Mindig legyen nálad **száraz kesztyű vagy váltó zokni** – az apró kényelmetlenségek hamar elvehetik az élményt.

Az első nap a pályán

Az első sícipő felvétele külön fejezet. Szorít, nehéz benne menni, de a cipő és a léc lesz az új barátod. A legjobb, ha síoktatóval vágsz neki a napnak – ez nem csak biztonságosabb, de sokkal gyorsabban jön a sikerélmény is. A felvonónál figyelj a jelzésekre és a ritmusra: eleinte furcsa, de pár alkalom után már magabiztosan fogsz feljutni a hegyre.

A Kreischberg kezdőpályái szélesek, enyhén lejtősek, így bőven lesz tér a gyakorlásra. A helyi síiskola magyar nyelvű oktatókkal is vár, ami kezdőknek nagy segítség lehet.

Mikor jön a sikerélmény?

A legtöbb kezdőnek a harmadik napon már jön a "flow": amikor a mozdulatok összeállnak, a sebesség nem ijeszt, hanem felszabadít. Addig viszont számíts néhány esésre – ez is része a tanulásnak.

Fontos: a YouTube-videók maximum inspirálnak, de nem helyettesítik az élő oktatást. Ez egy olyan sport, amit csak tapasztalattal és irányítással lehet igazán megtanulni.



Haladóknak: Heiligenblut – ahol a hegy az úr

Aki már magabiztosan mozog a pályákon, annak Heiligenblut igazi jutalom. A 1300 méter feletti magasság, a tavaszig tartó hóbiztosság, és a Grossglockner árnyékában húzódó pályák egyedülálló hangulatot adnak. Itt nemcsak a síelésről van szó, hanem a természet közelségéről, a csendről és a ritmusról, ami csak az Alpokban érezhető.

A **Sporthotel Heiligenblut** és a közeli **Landhotel Post** ideális kiindulópont a haladó síelőknek: a reggeli után pár perc alatt elérhető a felvonó, délután pedig wellness és osztrák gasztronómia zárja a napot. A terep itt már komolyabb: hosszú, változatos szakaszok, élesebb kanyarok, és bőven van lehetőség carvingolásra vagy freeride élményekre is.

Mátrai alternatíva – ha nem mennél messzire

Ha csak egy hétvégére szabadulsz ki, a **Lifestyle Hotel Mátra** mellett is vár néhány pálya, ahol a gyerekek vagy a kezdők biztonságosan próbálhatják ki magukat. Bár a mátrai sípályák kisebbek és időjárásfüggők, gyakorlásra és az első csúszásokra tökéletes terepet biztosítanak.

Hova érdemes menni?

- **Kezdőként:** Murau, ahol a tanulás biztonságos, a pályák barátságosak, és a sikerélmény gyorsan jön.
- **Haladóként:** Heiligenblut, ahol az Alpok energiája és a kihívás egyaránt motivál.
- **Ha csak egy hétvégéd van:** a Mátra közelsége verhetetlen kompromisszum.

Akárhol is állsz a fejlődésben, a síelés egyszerre ad fizikai feltöltődést, lelki szabadságot és gyermeki örömet. A Hilaris Hotels pedig ott lesz, hogy minden pillanatból élmény legyen – a lejtőtől a wellnessig.



SZENT MAGDOLNA MAGÁNKÓRHÁZ

A MODERN GYÓGYÍTÁS KIEMELT
KÖZPONTJA BUDÁN

A Szent Magdolna Magánkórház két budai helyszínen – a MOM Parkban és a Zsigmond tér 10. szám alatt – kínál prémium minőségű, gyors és biztonságos magánegészségügyi ellátást. Az intézmény célja, hogy a páciensek korszerű, megbízható és személyre szabott vizsgálatokhoz és kezelésekhöz jussanak egy modern, kényelmes környezetben.

Robotsebészet Budán – a precíziós műtétek új generációja

A Szent Magdolna Magánkórház Robotsebészeti Központja a legmodernebb technológiákra építve hozza el a minimálisan invazív sebészet legfejlettebb formáját. A robotasszisztált műtétek ma már a világ vezető egészségügyi intézményeiben számítanak standard eljárásnak, ám magánellátásban még mindig ritkaságnak számít a hasonló szintű szakmai háttér és technikai felszereltség.

A robotikus rendszer lényege, hogy a sebész nagy felbontású, háromdimenziós képen látja a műtéti területet, míg az eszközkarok rendkívüli stabilitással, kézremegés kompenzálásával hajtják végre az apró, precíz mozdulatokat. Ez a technológia nem csupán biztonságosabbá, hanem jóval szövetkímélőbbé is teszi a beavatkozásokat, így a páciensek gyorsabban gyógyulnak, kevesebb fájdalmat tapasztalnak, és rövidebb időt töltenek kórházban. A központ fő területei az urológiai, nőgyógyászati és ortopédiai robotasszisztált műtétek:

- **Urológiai műtétek esetén** - különösen prosztatata- és veseműtéteknél - kulcsfontosságú a precizitás, hiszen az életminőséget hosszú távon befolyásoló funkciók megőrzése a cél.

- **Nőgyógyászati beavatkozások** során a robotikus technológia lehetővé teszi a kíméletesebb méh- és petefészekműtéteket, gyorsabb felépüléssel.

- **Ortopédiai területen** a robotasszisztált megoldások pontosabb ízületi beavatkozásokat és tartósabb eredményeket biztosítanak.

A Robotsebészeti Központ sebészei nemzetközi tapasztalattal rendelkeznek a robotikában, és rendszeresen képezik magukat, hogy a lehető legmagasabb színvonalat biztosítsák. A technológia azonban csak a rendszer egyik pillére: a hangsúly a teljes ellátási folyamat összehangolásán van, a diagnosztikától a műtét előkészítésén át a rehabilitációig.

Szent Magdolna Prostatatárak Centrum - teljes körű ellátás emberi figyelemmel

A prostatatárak kezelésére specializálódott központ modern képalkotó diagnosztikát, robotasszisztált műtéteket és személyre szabott terápiás megoldásokat kínál. A centrum filozófiája az, hogy a beteg ne maradjon magára a folyamat egyetlen szakaszában sem. Ezt fogalmazza meg Mózer Attila, a Szent Magdolna Magánkórház ügyvezető igazgatója:

„A Szent Magdolna Prostatatárak Centrumban egyik legfontosabb küldetésünk, hogy a teljes folyamatot lefedjük. Az első telefonhívástól kezdve végigkísérjük a beteget: a szűrővizsgálatokon, a képalkotó eljárásokon, az esetleges beavatkozások előkészítésén és a műtéten keresztül egészen a rehabilitációig. Nem engedjük el a páciensek kezét, minden ponton támogatást, magyarázatot és emberi törődést biztosítunk számukra.”

A központ része az onkopszichológiai támogatás, amely a diagnózis és a kezelés lelki terheinek feldolgozásában segíti a betegeket.

Csúcstechnológiás diagnosztika - a pontos kezelés alapja

A Szent Magdolna Magánkórház diagnosztikai központja a modern orvostudomány egyik legfontosabb pillére: a gyors és megbízható vizsgálati háttér. Az intézményben elérhető csúcstechnológiás AI támogatott MRI, CT, 3D mammográf, ultrahang és digitális röntgen lehetővé teszi, hogy a páciensek a lehető legrövidebb időn belül pontos képet kapjanak állapotukról. A vizsgálatokat tapasztalt radiológus szakemberek elemzik, így már a diagnózis szintjén komoly szakmai kontroll biztosítja a magas minőséget.

A gyors eredményközlés pedig jelentősen csökkenti a bizonytalanságot és a várakozási időt, ami különösen fontos a komolyabb betegségek szűrése és korai felismerése esetén.

Rehabilitáció és utánkövetés - a gyógyulás nem ér véget a műtő ajtajában

A Szent Magdolna Magánkórház számára kiemelten fontos, hogy a gyógyulási folyamat a műtét után is magas szintű szakmai és emberi támogatással folytatódjon. A személyre szabott rehabilitációs programok célja, hogy a páciensek minél gyorsabban visszanyerjék mozgékonyaságukat, erőnlétüket és általános jóllétüket. A gyógytornászok és rehabilitációs szakemberek szorosan együttműködnek a kezelőorvosokkal, így a rehabilitáció minden fázisa illeszkedik a páciens állapotához és a műtét típusához.

Prevenció és menedzserszűrések - a megelőzés ereje

A prevenció a modern orvoslás egyik legfontosabb alapelve, amelyben a Szent Magdolna Magánkórház különösen erős. A különböző szűrőcsomagok - legyen szó nőgyógyászati, kardiológiai, onkológiai vagy általános egészségügyi vizsgálatokról - gyors, kényelmes és átfogó képet adnak a páciensek egészségi állapotáról. A menedzserszűrés kimondottan azok számára készült, akik szeretnék egy nap alatt, hatékonyan és magas szakmai felügyelettel feltérképezni egészségüket. A megelőzésre építő szemlélet célja, hogy a betegségek még a korai, jól kezelhető szakaszukban kerüljenek felismerésre, ez pedig nemcsak időt, hanem életminőséget is nyer a páciensek számára.

Modern környezet és elkötelezett szakemberek - ahol a biztonság találkozik a figyelemmel

A kórház épületei és rendelői modern, nyugodt és igényes környezetet biztosítanak. A páciensek számára kényelmes váróterek, barátságos atmoszféra és jól szervezett betegút áll rendelkezésre. Az intézmény egyik legnagyobb erőssége mégis az orvosokból, asszisztensekből és szakdolgozókból álló csapat, akik elhivatottan, szakmai alázattal és valódi figyelemmel dolgoznak. A cél az, hogy minden páciens biztonságban érezze magát, és olyan ellátást kapjon, amely nemcsak szakmailag kiemelkedő, de emberileg is támogató.





Wellness

SZAUNAETIKETT

TUDATOS FORRÓSÁG, IGAZI FELTÖLTŐDÉS

A szaunázás a testi-lelki megtisztulás ősi formája. A szó maga a finn „sauna” kifejezésből ered, és több mint kétezer éves múltra tekint vissza. Már az ősi finn és balti népek is szaunaszerű földkunyhókat építettek, ahol a meleg kövek és a gőz segítségével gyógyították testüket, lelküket. Az idők során a szauna nemcsak a tisztálkodás, hanem a közösségi élet és a meditáció tere lett – Finnországban például a mai napig természetes, hogy üzleti megbeszélések és baráti beszélgetések is a szaunában zajlanak.

Ne csak beülj – készülj rá tudatosan

Sokan úgy gondolják, a szaunázás egyszerű: bemegyünk, izzadunk, majd kijövünk. Pedig a forróságot érdemes tudatosan kezelni. Ha először próbáljuk, és nem ismerjük az alapokat, az élmény könnyen kellemetlenné válhat – sőt, akár el is veheti a kedvünket tőle. A szauna nem verseny: nem az nyer, aki a legtovább bírja, hanem az, aki meghallja a saját teste jelzéseit.



Így használd helyesen!

- 01 Vigyázz másokra:** mindig úgy síelj, hogy ne veszélyeztess vagy akadályozz másokat.
- 02 Sebesség és kontroll:** alkalmazkodj a tudásszintedhez, a terephez és a forgalomhoz.
- 03 Haladás iránya:** az elöl haladó síelőnek van elsőbbsége – te látod őt, ő nem lát téged.
- 04 Előzés:** mindig biztonságos távolságot tartva előzz, bármelyik irányból.
- 05 Beszélés és elindulás:** mielőtt becsatlakozol a pályára, nézz körül alaposan.
- 06 Megállás:** ne állj meg szűk vagy nem belátható helyen.
- 07 Gyalogos mozgás:** ha gyalogolsz a pályán, a legszélső részen tedd.



A forróság jótékony hatásai

A rendszeres szaunázás számos pozitív élettani hatással jár:

- Erősíti az immunrendszert, mivel a test hőmérsékletének emelkedése serkenti a védekező mechanizmusokat.
- Javítja a vérkeringést, fokozza az anyagcserét és segíti a méregtelenítést.
- Ellazítja az izmokat, enyhíti az ízületi és hátfájdalmat.
- Tisztítja a bőrt, a pórusok kitágulnak, a bőr simább és rugalmasabb lesz.
- Stresszoldó és alvásjavító hatású, mert a hő hatására endorfinok szabadulnak fel.



Nem véletlen, hogy számos élsportoló is a regeneráció részének tekinti. **Lubics Szilvia** ultrafutó például a legendás Death Valley futásra készülve szaunába vitte be a manuális futópadot, hogy a sivatagi körülményeket modellezze – bár ez igazi extrém példája a hőhöz való alkalmazkodásnak, senkinek nem ajánljuk kipróbálásra!

Kiknek nem ajánlott?

Bár a szauna jótékony, nem mindenkinek való. Kerüljék azok, akik:

- szív- és érrendszeri betegséggel, magas vérnyomással küzdenek,
- lázasak, fertőzésben vagy gyulladásban szenvednek,
- terhesek (orvosi engedély nélkül),
- vagy épp kimerültek, dehidratáltak.

A szauna mindig a regenerációról,
nem a megterhelésről szól.



Etikett – a szauna közösségi tere

A szauna a nyugalom szentélye. A legtöbb helyen elvárt a csend, a diszkréció és a másik terének tisztelőben tartása.

- 01 **Ne viselj ékszert, mert felforrósodhat.**
- 02 **Ne locsolj vizet a kövekre engedély nélkül.**
- 03 **Ne használd a mobilod, és ne foglalj helyet hosszú időre.**
- 04 **Ha közösségi szaunában vagy, mindig vigyél magaddal törölközőt, és arra ülj.**

A szaunázásban a legfontosabb a harmónia – önmagunkkal és másokkal egyaránt.

Fürdőruhában vagy meztelenül? A szaunázás íratlan szabályai

A szauna a test természetes tisztulásának tere, ezért eredetileg meztelenül használatos. Ennek egyszerű fiziológiai oka van: a fürdőruha gátolja a bőr légzését és az izzadást, a műszálas anyag pedig a hő hatására felmelegedhet, ami akár bőrirritációt is okozhat.

A szaunában a test párologtatással hűti magát, amit a textil akadályoz. Ugyanakkor nem mindenki érzi magát komfortosan ruhátlanul, különösen közösségi szaunákban vagy családi wellnessrészlegeken. A legtöbb hotel – így a *Hilaris Hotels szállodái* is – egyértelműen jelzi, hogy melyik szaunarészben engedélyezett a fürdőruha és hol nem.

- A „textilmentes” feliratú szaunákban meztelenül, törölközővel takarva illik tartózkodni.
- A „textiles” vagy „családi” szaunákban viszont kifejezetten kéri a fürdőruha használatát, mivel ott gyermekek is tartózkodhatnak.
- A szaunavilág területén általában piktogramok és tájékoztató táblák segítik az eligazodást, hogy minden vendég a számára megfelelő környezetet választhassa.

Ha bizonytalan vagy, mindig kérdezz rá a wellness recepción – ez nem illetlenség, sőt, a kulturált szaunázás része. A lényeg, hogy mindenki biztonságban élvezhesse a forróság nyugalmát.



Szaunák, amiket érdemes kipróbálni – és hol találod őket a Hilaris Hotelsben

H
HILARIS HOTELS

Nem minden szauna egyforma – a hőmérséklet, a páratartalom és az élmény típusa is meghatározza, milyen hatással lesz a testre és a lélekre. A Hilaris Hotels szállodáiban minden vendég megtalálhatja a számára legideálisabb szaunát, akár mély relaxációra, akár méregtelenítésre vágyik.

Finn szauna – a klasszikus forráság

A finn szauna a szaunakultúra alapja. 85–100 °C-os hőmérséklete és alacsony (6–15%-os) páratartalma intenzív izzadást vált ki, ami beindítja a szervezet természetes méregtelenítő folyamatait. Fokozza a vérkeringést, lazítja az izmokat és erősíti az immunrendszert. A bőr feszesebbé, rugalmasabbá válik, miközben a test és az elme is megkönnyebbül.

Hol találod: *Lifestyle Hotel* (beltéri és kültéri hordó szauna), *Ambient Hotel* (beltéri és kültéri finn szauna), *Residence Hotel Balaton*, *Szalajka Liget Hotel*.

Bioszauna – a kíméletes alternatíva

A 55–60 °C-os hőmérséklet és 45–50%-os páratartalom ideális azoknak, akik nem szeretik a nagyon magas hőt, mégis szeretnék megtapasztalni a szaunázás jóté-

kony hatásait. Természetes gyógynövények és illóolajok kényeztetik az érzékeket, miközben a test fokozatosan ellazul.

Hol találod: *Lifestyle Hotel* – természetes alapanyagú illóolajokkal és nyugodt, meditatív környezettel.

Infraszauna – a modern idők melege

Az infraszauna belülről kifelé melegíti a testet. Az infravörös sugarak 4–5 centiméter mélyen hatolnak a bőr alá, serkentik a vérkeringést, gyorsítják az oxigénáramlást és segítik a regenerációt. 55–60 °C-on működik, így kíméletesebb, mint a hagyományos szaunák, mégis hatékony méregtelenítést biztosít.

Hol találod: *Ambient Hotel* (két infraszauna), *Szalajka Liget Hotel* („Lipicai” infraszauna fényterápiával és szénillattal), valamint a *Lifestyle Hotel* Spa részlegében.

Aroma szauna – a szaunázás esszenciája

A levegőt átjáró gyógynövények és illóolajok nemcsak a légutakat tisztítják, hanem a lelket is megnyugtatják. 50–60 °C-os hőmérséklete és magas páratartalma mellett az illatok (levendula, citrus, eukaliptusz) feszültségoldó, bőrápoló és légúttisztító hatásúak.

Hol találsz: Residence Hotel Balaton és Ambient Hotel – előbbi aroma befecskendezéssel és fényterápiával, utóbbi relaxációs programokkal kombinálva.

Gőzkabin – a belső zuhany

A gőz sűrű, meleg levegője (45–55 °C, 80–100% páratartalom) kitisztítja a bőrt, hidratálja a hámszövetet és megnyitja a légutakat. A bőr puhábbá válik, a légzés könnyebbé, a test pedig ellazul, mintha egy meleg köd ölelné körbe.

Hol találsz: Residence Hotel Balaton, Ambient Hotel, Szalajka Liget Hotel, Lifestyle Hotel Spa részlegében.

Kültéri szaunák – természetközeli élmény

Akár a hópelyhek alatt, akár a tavaszi napsütésben, a

szabadtéri szaunázás különleges hangulatot ad az élménynek. A friss levegő és a forróság váltakozása serkenti a vérkeringést, erősíti az immunrendszert, és egyedülálló feltöltődést nyújt.

Hol találsz: Lifestyle Hotel (kültéri hordó szauna), **Ambient Hotel** (kültéri finn szauna, dézsazuhany és jacuzzi), **Szalajka Liget Hotel** (erdei szaunaház).

Szauna ceremóniák – amikor a forróság rítussá válik

A **Residence Hotel Balaton**ban a szaunázás valódi élménnyé válik: a szaunamester illóolajos felöntésekkel, zene és mozdulatok harmóniájával vezeti a ceremóniát. A tengeri sós, mézes, olívás és sörös rituálék nemcsak a testet frissítik, hanem a hangulatot is feldobják – mert itt a szauna nemcsak meleg, hanem életérzés.

Összhangban a testtel és a hellyel

Akár a **Lifestyle Hotel** panorámás hordó szaunájában, akár a **Residence Lake Wellness Oázis** sörös felöntésén veszel részt, a lényeg ugyanaz: figyelj a testedre, élvezd a csendet és hagyd, hogy a meleg megtisztítson. A szauna akkor a legjobb, ha nemcsak izzadsz, hanem megérkezel – önmagadhoz.

Melyik szauna illik hozzád?

- **Ha kezdő vagy:** próbáld ki az **infraszaunát** – kíméletes hőmérséklete és mélyreható hatása segít, hogy fokozatosan szoktasd a testedet a szaunázáshoz.
- **Ha méregtelenítenél:** a **finn szauna** az ideális választás, ahol a forróság beindítja a szervezet természetes tisztulási folyamatait.
- **Ha a légútidat kímélnéd:** válaszd a **gőzkabint** vagy a **sókabint**, amelyek jótékonyan hatnak a tüdőre és az ornyálkahártyára.
- **Ha relaxálnál és ellazulnál:** az **aroma- vagy bioszauna** segít, hogy az illóolajok és a kellemes hő hatására lelassulj és feltöltődj.
- **Ha természetközeli élményre vágysz:** a **kültéri szaunákban** a friss levegő és a meleg váltakozása különleges testi-lelki feltöltődést ad.
- **Ha szereted a váltakozó élményeket:** próbáld ki az **élményszaunát** vagy a **Kneipp-taposót**, ahol a meleg és hideg váltakozása serkenti a keringést, erősíti az immunrendszert és frissítően hat a testre.



**FJN HUNGARIKUM
ALKUSZ**

Magyarország piacvezető alkuszcége

Ügyfeleink **”**
szolgálatát a mi
küldetésünk.



Forduljon
hozzánk
bizalommal!





R Tanyasi csirkepaprikás RECEPT



4 FŐRE • MODERN BISZTRÓ VERZIÓ
CHEF KRAUSZ GÁBOR AJÁNLÁSÁVAL

A klasszikus magyar csirkepaprikás elegáns, könnyed és technikás újraértelmezése: selymes paprikamártással, vajpuha tanyasi csirkével, tojásos galuskával, gyömbéres uborkasalátával és külön készített, intenzív ízű dehidratált tojássárgájával.



Hozzávalók:

A csirkéhez

- Egész tanyasi csirke (kb. 1,7 kg) – 1 db
- Tanyasi bőrös csirkemellfilé – 0,7 kg
- Só – 65 g
- Frissen őrölt fekete bors – 2 g
- Egész fekete bors – 3 g
- Babérlevél – 2 g
- Friss kakukkfű – 3 g
- Fehérborecet – 2 cl
- Friss gyömbér – 4 g
- Vaj – 40 g
- Fokhagyma – 10 g

Paprikás mártás

- Vöröshagyma – 20 dkg
- TV paprika – 4 dkg
- Kápia paprika – 2 dkg
- Paradicsom – 8 dkg
- Édes fűszerpaprika – 20 g
- Füstölt fűszerpaprika – 8 g
- őrölt kömény – 5 g
- Egész fekete bors – 3 g
- Vaj – szükség szerint

Gyömbéres uborkasaláta

- Kígyóuborka – 20 dkg
- Gyömbéres fehérborecet-redukció (házi)
- Konfitált fokhagyma
- Só, cukor, kevés víz
- Friss reszelt gyömbér
- Snidling

Tojás – háromféle elkészítésben

Dehidratált tojássárgája

1

- 1 db tojássárgája
- 30 g só
- 15 g cukor

Felvert tojás

2

- 2 egész tojás
- 7 tojássárgája
- Kevés só

Tojásos galuska

3

- Liszt – 40 dkg
- 4 tojás
- 2,4 dl víz
- Csipet só
- Habzó vaj a befejezéshez

Elkészítés:

1 Dehidratált tojássárgája

1. Válasszuk szét a sárgáját.
2. Készítsünk 2:1 arányú só-cukor keveréket, ebbe ágyazzuk bele a sárgáját.
3. Szórjunk rá annyit, hogy teljesen ellepje.
4. 4 napig hűtőben vagy kamrában szárítjuk.
5. Lassan vízzel lemoszuk, majd szobahőn tovább szárítjuk, vagy 50°C-on sütőben gyorsítjuk.



Reszelhető,
parmezánként
viselkedő umami-
bomba.

2 Szárnyas alaplé

A csirke farhátjából, szárnyaiból és csontjaiból készül.

1. A darabokat 180°C-on aranybarnára pírítjuk.
2. Hideg vízzel felöntjük, majd 4-6 órán át gyöngyöztetjük.
3. Fűszerezni nem kell - ez egy tiszta, koncentrált alaplé a mártáshoz.

3 Paprikás mártás

1. Füstölt szalonnát lassan kiolvasztunk, a zsírján hajszálvékonyra vágott vörös-hagymát fonnyasztunk 1-1,5 órán át.
2. Hozzáadjuk a finomra aprított fokhagymát.
3. Felöntjük az alaplével, beleszórjuk a babérlevelet, köményt, egész borsot.
4. Hozzáadjuk a paprikákat, paradicsomot.
5. 1-2 órán át lassan főzzük, majd leszűrjük.
6. Fűszerpaprikával meghintjük, 5 percig erős tűzön forraljuk, végül vajjal selymesítjük.
7. Ha szükséges, kevés tejfölös habarás finomíthatja.

A végeredmény: mély ízű, selymes, koncentrált paprikamártás.

4 Tanyasi bőrös csirkemell

1. 6%-os sóoldatot készítünk (60 g só / 1 liter víz).
2. A csirkemellet 1 órára beletesszük, majd leszárítjuk.
3. A bőrt lehártyázzuk (feszesebb lesz).
4. Vákuumozzuk vajjal, fokhagymával és kakukkfűvel.
5. 60°C-on 45-50 percig sous-vide a hús vastagságától függően.
6. Ezután serpenyőben kérgezzük, a bőrös oldalt óvatosan lenyomva, hogy egyenletesen piruljon.
7. Habzó vajjal locsolva fejezzük be.

5 Tojásos galuska

1. Sós vizet forralunk.
2. A lisztet, tojást, sőt és langyos vizet simára keverjük, 15 percet pihentetjük.
3. Galuskaszaggatóval a vízbe reszeljük.
4. 1 perc főzés után jeges vízbe szedjük.
5. Tálaláskor habzó vajon átforgatjuk, és felvert tojással krémesítjük.

6 Gyömbéres uborkasaláta

1. Az uborkát mandolinnal vékonyra szeleteljük, de maradjon tartása.
2. A héját turmixoljuk gyömbéres ecettel, kevés cukorral, konfit fokhagymával, sóval.
3. A levet az uborkára öntjük - épphogy lepje el.
4. Tálaláskor friss gyömbérrel és snidlinggel hintjük meg.

Tálalás:

A tányér közepére kerül a krémesen fényes tojásos galuska. Ráhelyezünk egy szelet hibátlanul omlós, ropogós bőrű tanyasi csirkemellet. Köré kanalazzuk a mély, élénk színű paprikamártást. Mellé jön a frissítő gyömbéres uborka-saláta. A tetejére finoman ráreszeljük a dehidratált tojássárgáját, ami elegáns umami-réteget ad az egész fogásnak.



JÓ ÉTVÁGYAT!

Krausz Gábor,
Executive Chef
Hilaris Hotels

®



MARSHALL

AJTÓ*ABLAK

exkluzív
bejárati ajtó
katalógus:



egyedi igények szerint készített

EXKLUZÍV BEJÁRATI AJTÓK

MARSHALL Ablakgyár

Bemutatóterem: 3300 Eger, Vincellériskola u. 3.

Tel.: 06 70 643 4343 web: www.marshallablak.hu

Zöldbe borult otthonok

BELUGA GARDEN



Új fejezet nyílik a fővárosi lakóingatlan-fejlesztések piacán: 2026 januárjában megkezdődik a Beluga Garden értékesítése. A projekt a városi élet kényelmét, a természet közelségét és a korszerű, energiahatékony megoldásokat egyesíti egy hosszú távon is fenntartható koncepcióban.

Az iDOM tíz évvel ezelőtt alakult és azóta a hazai ingatlanpiac meghatározó szereplőjévé vált. Több mint egy évtizedes, hitelmentes működésével, stabil pénzügyi háttérével és sikeres üzletemberekből álló tulajdonosi körével az iDOM mára több ezer átadott ingatlannal és elégedett ügyféllel, több százezer négyzetméternyi fejlesztéssel bizonyította megbízhatóságát és a minőség iránti elkötelezettségét. Az iDOM filozófiája, „úgy építünk, mintha magunknak építenénk” - a Beluga Garden minden részletében visszaköszön, az átgondolt alaprajzoktól a minőségi burkolatokon át a fenntartható energiafelhasználást biztosító rendszerekig.

A Beluga Garden központi eleme a fenntarthatóság: a korszerű technológiai és építészeti megoldásoknak köszönhetően a projekt nemcsak esztétikai, hanem környezeti szempontból is kiemelkedő. A megújuló energiaforrásokat alkalmazó hőszivattyús rendszer biztosítja az épület energiaellátását, így a lakások működése is zöldenergia-alapú és hosszú távon fenntartható. A Beluga Garden fejlesztési koncepciója így nemcsak a jelen kor elvárásaira ad választ, hanem hosszú távon is fenntartható, értékálló megoldást kínál. A 105 prémium kategóriás lakás az egy- és kétszobás otthonoktól a tágas három- és négyszobás lakásokig kínál választékot. Minden lakáshoz erkély tartozik, így a városi panoráma mellett a természet közelsége is az otthon részévé válik. Ezt erősíti az épület előtt kialakított, egyedi tervezésű park, amely nem csupán zöldfelület, hanem közösségi tér is. A park ökológikus szemlélettel, víztakarékos öntözéssel és természetes burkolatokkal valósul meg, így válik a Beluga Garden a város egyik zöld oázisává.

Mindezt kiegészíti a lakásokban kialakított okosotthon rendszer, amely lehetővé teszi, hogy a tulajdonosok egyetlen érintéssel szabályozzák a hőmérsékletet, a világítást vagy az elektromos redőnyöket, miközben az iDOM minden lakás esetében biztosítja az egyedi igényekhez igazodó konfigurálás lehetőségét, így a technológiai megoldások teljes mértékben személyre szabhatók.

A Beluga Garden egyik legnagyobb előnye a lokáció. Budapest szívében, a város legdinamikusabban fejlődő részén helyezkedik el, ahol a nyüzsgő városi élet és a mindennapi kényelem egyaránt elérhető. A közelben éttermek, kávézók, butikok, parkok és számos szolgáltatás található, így minden, ami a modern városi élethez szükséges, néhány percen belül rendelkezésre áll.

Az ingatlanpiac folyamatosan változik, de egy dolog állandó: a minőségi, értékálló és fenntartható lakások iránti kereslet továbbra is növekszik. A Beluga Garden nem csupán otthon, hanem hosszú távon is stabil értéket képviselő befektetés. A kiváló elhelyezkedés, a modern technológia és a szakértő csapat munkája biztosítja, hogy a lakások a jelen és a jövő elvárásainak egyaránt megfeleljenek.

Az iDOM 10 éves jubileuma méltó módon tükröződik ebben a projektben. A Beluga Garden minden részlete azt a szemléletet tükrözi, amely az iDOM-ot az elmúlt évtizedben meghatározta: tudatos tervezés, minőség és emberközpontúság. Egy fejlesztés, amely nemcsak lakásokat épít, hanem valódi, életre való otthonokat teremt.



 iDOM

+36 30 082 01 87 | ertekesites@idomhazak.hu | www.idomhazak.hu

*A kép illusztráció, a valósághoz jogát fenntartjuk.

 **iDOM. Életrevaló otthonok.**

TIPPEK,

HOGY MELYIK MASSZÁZST VÁLASZD

Van az a pillanat, amikor a lift lassan záródó ajtaja mögött hirtelen elcsendesedik a világ. Ott állunk idegenek között, a cipők suhogása és a halk zene tölti ki a teret, mi pedig szemkontaktus helyett a falra függesztett plakátokat bámuljuk. Azokon a kis táblákon ott sorakoznak a szolgáltatások: aromaterápiás, svéd, lávaköves, talp- vagy éppen páros masszázst. Pár szó, néhány ár, és egy ígéret a pihenésről. Ilyenkor legtöbbször csak átfutjuk, legfeljebb megjegyezzük, hogy „jó lenne egyszer kipróbálni”. De ha jobban belegondolunk, minden masszázst egy kicsit másképp szól hozzánk: van, amelyik a feszültséget oldja, van, amelyik a testet frissíti fel, és van, amelyik a lelket is kisimítja. A kérdés csak az: melyik illik hozzánk?

Ebben a cikkben segítünk eligazodni a masszázst világában – hogy amikor legközelebb a liftajtó becsukódik, és újra megakad a tekintetünk azon a táblán, már pontosan tudjuk, melyik érintésre vágyunk.



Egy csöpp történelem

A masszázs az egyik legrégebbi gyógyító rítus. Már az ókori Egyiptomban is tudták, hogy a test ellazítása a lélek gyógyulását is elhozza. Ma, amikor a szállodák wellness részlegeiben újra felfedezzük az érintés erejét, szinte kontinenseket utazhatunk be egy-egy masszázs során – a skandináv precizitástól az ázsiai nyugalomig, a trópusi illatoktól a magnéziumos fürdőkig.

A klasszikus: a svéd masszázs

A svéd masszázs az 1800-as évek elején született, és Per Henrik Ling svéd tornatanár nevéhez fűződik, aki a gyógytorna mozdulatait ötvözte az izomlazító technikákkal. Ma is ez a legnépszerűbb masszázstípus, mert a simító, gyúró és dörzsölő mozdulatok nemcsak a vérkeringést serkentik, hanem segítenek a testben felhalmozódott méreganyagok eltávolításában is. A Residence Hotel Balaton és az Ambient Hotel is a klasszikus svéd vonal finomított, pihentető változatait kínálja – előbbi inkább az izomregenerálásra, utóbbi a relaxációra helyezi a hangsúlyt. Ajánlott azoknak, akik szeretnék érezni, ahogy a testük szó szerint fellélegzik.

Illatok, amelyek gyógyítanak

Nemcsak az érintés, az illóolajok is kulcsszerepet játszanak.

- A *levendula* oldja a stresszt, enyhíti az alvászavarokat.
- A *citrusfélék* – különösen a narancs és a grapefruit – felfrissítik a vérkeringést és javítják a hangulatot.
- A *menta* hűsít és élénkít, miközben fájdalomcsillapító hatású.
- A *szőlőmagolaj* és a *búzacsíra* természetes antioxidánsok, amelyek segítenek megőrizni a bőrgumalmasságát.

Az Ambient Hotel biotanúsított olajokkal dolgozik, míg a Lifestyle Hotel Mátra aromaterápiás kezelése a természet energiáját hívják segítségül, a vendég szinte egy erdei sétán érzi magát, miközben az olajok finoman beszívódnak a bőrbe.

Kelet bölcsessége: az indiai fejmasszázs

Az indiai fejmasszázs eredete több mint ezer évre nyúlik vissza, az ayurvédikus gyógyászatból nőtte ki magát. Az arc, a fejbőr, a nyak és a vállöv területét dolgozza át, így nemcsak fizikailag lazít, hanem mentálisan is lecsendesít. Az Ambient Hotelben prémium francia bioolajokkal végzik, melyek illata és állaga szinte meditatív állapotba ringat.

Ajánlott mindenkinek, aki nemcsak a testét, hanem a gondolatait is szeretné megpihentetni.

A természet érintése: bambusz és lávakő

A bambusz masszázst a Távol-Keletről származik, ahol a bambuszt a rugalmasság és a megújulás szimbólumának tartják. A különböző vastagságú bambuszrudakkal a masszőr mélyen dolgozik az izmokban, így ez a kezelés sportolóknak vagy fizikai munkát végzőknek különösen ajánlott. A lávaköves masszázst a föld energiáját hívja életre. A meleg kövek mélyen átmelegítik a testet, serkentik a vérkeringést, és oldják a görcsöket - szinte minden szállodában elérhető, de az Ambient Hotel és a Residence Hotel Balaton kezeléseit különösen kedveltek. Ajánlott azoknak, akik a nyugalmat és a meleg ölelést keresik.

Francia elegancia: PHYT'S kezelések

A PHYT'S BIO arcmasszázs a francia kozmetikai iskola büszkesége. A természetes, növényi olajok oxigénnel töltik fel a bőrt, miközben a finom masszázsmozdulatok serkentik a sejtek anyagcseréjét. A hatás azonnali: az arc kisimul, a bőr ragyogó lesz. A kismama arcmasszázs pedig külön figyelmet fordít a várandós nők érzékeny bőrére - biztonságos, gyengéd, és igazi kényeztetés.

Rituálék, amiket nem felejtünk

Az Ambient Hotel különleges élménykezelései már-már szertartások. Az Aranyló naplemente például egy 70 perces kényeztetés: magnéziumos fürdő, citrusos aromák és vezetett meditáció - egyszerre fürdő és belső utazás. A Biber álom levendulás testradírral indul, majd testmasszázs zárja - a feszültségnek esélye sincs. Az Erdőmélyi csend pedig a természet ölelését hozza a kezelőszobába: magnézium, fejmasszázs, bio arcolaj, nyugalom.

A hang, mint terápia

A Residence Hotel Balaton különlegessége a Peter Hess-féle hangmasszázs, ahol fém hangtálcák rezgése lazítják el a testet és csillapítják az elmét. Az élmény egyszerre spirituális és tudományosan is igazolt: a rezgések csökkentik a stresszhormonszintet és javítják az alvásminőséget. Ajánlott mindenkinek, aki megtapasztalná, milyen, amikor a test és a hang együtt rezonál.

A modern kor hősei: energia- és nyirokkezelések

A Lifestyle Hotel Mátra a technológia és a természet találkozását kínálja: nyirokcsizma-kezelés, gerincnyújtás denevérpádon, aromaolajos energiakezelések - a cél ugyanaz: újraindítani a test természetes egyensúlyát.

Egy jó masszázst után nem csak a test könnyebb. Az érintések nyomán lelassul a légzés, kisimul a gondolat, és a vendég szinte észrevétlenül lép át egy másik ritmusba - abba, ahol a világ nem siet, csak lélegzik.





Túrázz az erdőben TÉLEN ÉS TAVASSZAL

AMIKOR A TERMÉSZET KÉT ARCA VÁLTJA EGYMÁST

Van valami különösen megnyugtató abban, ahogy a tél beborítja a hegyeket, vagy tavasszal virágzásnak indul a táj. A levegő télen csípősebb, a látvány letisztultabb, az erdő csendje pedig egészen más, mint bármikor az évben. Tavasszal viszont minden újraéled: a madarak csiripelése betölti az erdőt, a fák rügyezni kezdenek, és a hó alól előbújnak az ibolyák és hóvirágok.

A hó ropogása a talpad alatt, a fenyők friss illata és a hideg, ami egyszerre frissít és ébreszt – mindez együtt adja a téli természet varázsát. A tavasz pedig a kontrasztok évszaka: amikor a napfény lassan visszatér, a víz csobogása felváltja a jégcsendeket, és az erdő újra színt, életet, mozgást kap. Akár Sikondán sétálsz a Mecsek lankáin, ahol a téli pára megül a fák között, akár Murauban, ahol a sípályák mentén kanyarogva ereszkedsz le a hóban, vagy a Balaton-felvidéken, ahol a jégcsipkés nádasok helyét lassan virágzó bokrok veszik át – minden helyszín másért szerethető. Ha hozzávesszük a Mátra hegyoldalait, ahol télen a fagyott ágakról jégcsapok lógnak, tavasszal pedig a harmat gyöngyözik a friss leveleken, máris értjük, miért érdemes újra és újra útnak indulni.

Felkészülés: másképp öltözünk télen és tavasszal

Télen a kulcs a réteges öltözködés: nedvességelvezető alöltözet, polár vagy gyapjú középréteg, és egy szél- és vízálló kabát a tetejére. A pamutos ruhákat érdemes elkerülni, mert hamar átnedvesednek. A meleg sapka, kesztyű, sál és vastag bakancs alapfelszerelés, a termoszban hozott forró tea pedig melegen tart belülről. Tavasszal viszont a rétegek maradhatnak, de könnyedebb formában. A levegő gyakran csalóka: a nap melegen süt, de az árnyékban még hideg lehet. A vízálló dzseki és a lélegző ruházat segít, hogy ne hűlj ki és ne is melegedj túl. A túrabakancs ilyenkor is fontos, mert a nedves talaj könnyen csúszóssá válik, főleg az olvadás idején.

Útvonal

Az útvonal minden évszakban más arcát mutatja. A Mecsekben a Tubes és a Jakab-hegy télen csendes és sejtelmes, tavasszal zöldellő és madárdaltól életteli. Sikondáról ilyenkor is érdemes útnak indulni: télen a hó ropog, tavasszal a domboldalak virágba borulnak.

A Mátrában a Kékestető és Galyatető havas fenyvesei télen varázslatosak, tavasszal pedig a csobogó patakok és virágzó tisztások hívogatnak. Mura környékén télen a sípályák mentén sétálni meditatív élmény, tavasszal pedig a friss zöld erdők és a tiszta hegyi levegő teszik különlegessé a túrát. A Balaton-felvidék télen ködös dombokkal és dérlepte szőlősorokkal, tavasszal pedig virágzó dűlőkkel és napsütötte tanösvényekkel vár.

Természetismeret – figyeld, ahogy a világ változik

Télen a hó alatt is élet rejlik: a fák kérgén harkály kopog, a nyomok a hóban mesélnek az éjszakai látogatókról, és a befagyott források mellett páracseppek csillognak a fényben. Tavasszal az erdő újra lélegzik. A védett növények – mint a hóvirág, az ibolya vagy a tavaszi hérics – az első napsugarakkal együtt bújnak elő.

Mi kerüljön mindenképp a hátizsákba?

Akár tél van, akár tavasz, néhány dolgról soha ne feledkezz meg:

- Víz vagy meleg ital.
- Váltózokni és egy vékony alöltözet.
- Energiadús rágcsálnivaló: magvak, müzli szelet, aszalt gyümölcs.
- Elsősegélycsomag és sebtapasz.
- Zsebkes vagy multitool.
- Esőkabát vagy poncsó.
- Térkép vagy offline GPS.
- Fejlámpa.
- Kesztyű, sapka, fényvédő krém.

Ha baj történik – így kérj segítséget biztonságosan

A természetben bármi megtörténhet. Csúszás, rosszullet, eltévedés esetén őrizd meg a nyugalmad, és hívd a 112-es segélyhívót, ez Magyarországon és Ausztriában is ingyenesen működik, térérő nélkül is.

Mit mondj el?

Röviden ismertesd, mi történt, hány sérült van, és van-e életveszély. Mondd be, hol vagy: a legközelebbi turistaút-jelzést, elágazást vagy ismert pontot (pl. kilátó, sípálya).

Hasznos appok:

- **Magyarországon: ÉletMentő**
- **Ausztriában: Alpinen Notruf App**
- **Mindkettő automatikusan elküldi a GPS-koordinátáidat.**

Maradj a helyeden!

Ne indulj el segítségért – a mentők könnyebben megtalálják, ha egy helyen maradsz.





•••

Dala Soma modern, nemzetközi szemléletű sorozatvállalkozó, aki több iparágban bizonyította stratégiai érzékét és rendszerszintű építkezését. Vezetői vízióját most a magyar golf megújításába is átülteti: az üzleti világ fegyelmét és a sport iránti szenvedélyt ötvözve új, átlátható és professzionális struktúrát épít a sportág számára. A Magyar Golf Szövetség élén egy olyan korszakot nyit meg, amelyben a fejlődés, a nemzetközi nyitottság és a tudatos stratégia határozza meg a sportág jövőjét.

AZ ÚJ KORSZAK

Dala Somával, a Magyar Golf Szövetség idén megválasztott elnökével a magyar golf új korszakáról, az elkövetkezendő feladatokról, fejlesztési irányokról beszélgettünk.

Fél éve regnál az új elnökség, mik az eddigi tapasztalatok, hol sikerült előrelépni?

A Magyar Golf Szövetség új elnökségének 2025 májusi megválasztása nem csupán vezetőváltást, hanem egy új szemléletű működést, valamint egy átfogó szervezeti, pénzügyi és működésbeli megújulási és stabilizációs folyamat kezdetét jelentette.

Az elmúlt félévben olyan fejlesztések és szervezeti reformok valósultak meg, amelyek évtizedek óta nem látott mértékben formálják a hazai golfélet jövőjét. Megerősödtek a magyar golf szakmai alapjai, és új lendületet kaptak a fejlődéshez szükséges szakmai együttműködések. Mindezzel párhuzamosan olyan meghatározó mérföldköveket is elértünk, amelyek korábban nem tapasztalt léptékű fejlődést vetítenek előre.

Célja-e a szövetségnek megváltoztatni a sportágat övező előítéleteket?

Ma már jól látható, hogy egy energikus, előremutató korszak indult, ahol a golf egy nyitott, elérhető és élő sportággá válik Magyarországon – egy valódi lehetőség, amely mindenki szá-

mára megközelíthető és átélhető. Sokan még mindig úgy gondolják, hogy a golf zárt, nehezen megközelíthető világ. A világtendencia pedig azt mutatja, hogy a golf már nem elit, hanem tömegsport, nem drága, hanem hozzáférhető. A rendszeres golf segíti a mentális jólét megőrzését, csökkenti a stresszt. A golf által tanított önismeret – az, hogy minden döntésünk azonnal visszatükröződik – ugyanúgy érték a magánéletben és az üzleti világban is, mert fegyelmet, tiszta helyzetfelismerést és felelősségvállalást épít be minden gondolkodásunkba. Kutatások bizonyítják, hogy a golfozók tovább élnek, mint a nem golfozók. A hosszú élettartam nem csak a fizikai aktivitásnak köszönhető, de a szabadban tartózkodás, a társasági élet és a mozgásra késztető

cél fenntartásának kombinációjáról is szól. Mi azon dolgozunk, hogy hazánkban is megmutassuk a golf valódi arcát, és elérhetővé tegyük minden korosztály számára.

Ambiciózus cél, merre indulnak el?

Három fő irányban építkezünk. Hiteles, emberközpontú kommunikációval mutatjuk meg a sport értékeit a nem golfozó közönség felé. Azon is dolgozunk, hogy a golf a testnevelés keretein belül az iskolákban és egyetemeken is megjelenjen, mint választható kurzus. Végül fejlesztjük a sportág országos elérhetőségét is. A Szövetség egyik legfontosabb vállalása ugyanis a golf földrajzi hozzáférhetőségének növelése. Jelenleg tizenhárom golfpályán várjuk a kezdő és haladó golfozókat, 2026 márciusában azonban tovább bővül a kínálat. A Szövetség centrumprogramjának első megvalósult állomása a Debreceni Golf Garden Club lesz, amelynek előkészítését a klub tulajdonosával szoros együttműködésben, szakmai háttérrel támogattunk. A beruházás során modern driving range, komplex gyakorlóterület és három par-3-as szakasz épül, és olyan minőséget hoz majd Kelet-Magyarországra, amely a hazai golfélet korábban hiányzó eleme volt. De nem állunk meg itt: Szeged, Eger, Kecskemét és Győr városaival is aktív tárgyalásokat folytatunk új centrumok előkészítéséről.

Milyen nemzetközi távlatokban gondolkodnak?

A Szövetség célja, hogy Magyarország ne csak résztvevője, hanem meghatározó szervezője és motorja legyen a közép-kelet-európai golfélet szakmai együttműködéseinek, ezért új, régiós szintű szakmai együttműködés kialakítására törekszünk. Ennek állomásaként, 2026 első negyedévében Magyarország ad otthont az első hivatalos régiós egyeztetésnek, amelynek célja a versenynaptárak összehangolása, közös képzési programok elindítása, valamint olyan utánpótlás-fejlesztési modellek kidolgozása, amelyek a térség országai számára egészséges, átlátható fejlődési utat biztosítanak.

Úgy tudjuk, nemcsak Európa felé kacsingatnak...

Valóban, egy stratégiai jelentőségű, hosszú távú nemzetközi szakmai együttműködést körvonalaz a kínai Qingdao Caihong Golf Sport Clubbal kialakított kétoldalú partnerség is, amely során a magyar golf bekerül a nemzetközi vérkeringésbe, erősíti a magyar játékosok versenyzési lehetőségeit és növeli a sportág szakmai presztízsét. A program junior- és felnőttcserre-lehetőségeket, közös versenyeket, edzőtáborokat, szakmai és kulturális együttműködések tartalmaz. Kína hatalmas és dinamikus bővülő golfpiac, komoly lehetőség.

Milyen alapokra épül a következő időszak?

2026-ra ambiciózus, ugyanakkor reálisan megvalósítható szakmai és pénzügyi célokat tűztünk ki. Az új szemlélet egyik fontos pillére, hogy a magyar golf számára professzionális szakember utánpótlást biztosítsunk. Ennek első lépéseként, a győri Széchenyi István Egyetemen három teltházás golfoktatói kurzust indítottunk már el, mely a jövőben országos képzési programmá bővül.

Az elmúlt hónapok eredményei nyomán a Szövetség pénzügyi helyzete jelentősen megerősödött. A magyar golf történetében először sikerült főszponzori szintű együttműködést kötnünk egy olyan példamutató, nagy márkaértékkel rendelkező, magyar tulajdonú családi vállalattal, mint a Master Good Kft. A minimum négy évre szóló, évi 100 millió forintos támogatás nemcsak anyagi biztonságot jelent, hanem egyben stratégiai partnerséget is, amely jól tükrözi a sportág iránti hosszú távú bizalmat. Ezzel párhuzamosan ígéretes együttműködések indultak el más cégekkel, úgy mint a Hilaris vállalatcsoporttal is, amelyek új fejlődési pályára állítják a magyar golfot. A stabil finanszírozás kulcsszerepet játszik abban, hogy a Szövetség ma már kiszámíthatóan, önállóan és felelősen tud működni – alapot teremtve a hosszú távú fejlesztésekhez és a jövő építéséhez. Mottónk változatlanul ambícióinkat és céljainkat fejezi ki: „Az új korszak”.





Az Órangyalok vagyunk minősítést azt jelenti, hogy az adott osztály, iskola, cég, üzlet, iroda, család, önkormányzat stb. minden tagja elvégezte a Legelsősegély Alapítvány által tartott újraélesztést és defibrillátor használatot oktató tanfolyamot, ezáltal tud határozottan segíteni a mentők megérkezéséig. Tehát a hozzá betérő nagyobb biztonságban van!



KATEGÓRIÁK

oktatási intézmények • sportegyesületek •
önkormányzatok, hivatalok cégek, vállalkozások,
üzletek, irodák • mozik, színházak •
szállodák • éttermek • települések • lakóközösségek

Reméljük, hamarosan az Ön cége, iskolája, üzlete,
irodája, családja, vagy akár települése is csatlakozik
az Órangyalok táborához!



www.legelsosegely.hu • haasz.gabor@legelsosegely.hu

Impresszum

Hilaris Hotel Management Kft.

Székhely 1031 Budapest, Péter utca 4.

Céggjegyzékszám: 01-09-413547

Adószám: 32237557-2-41

Képviseli: Zentai Péter, Ügyvezető,

Felelős szerkesztő: Pázmándy Szilvia

Kiadó: Growth Masters Kft.

Adószám: 29041075-2-02

Központ: 1134 Budapest, Váci út 23-27.

Kiadóvezető: Sárközi András

Szerkesztő: Gosztola Beatrix

Design és tördelés: Gede Emese

Nyomás és Kötészet: KVADRÁT 97 KFT.

H-1118 Budapest, Ugron Gábor u. 12.

Hilaris Hotels Szállodalánc

Elérhetőség: hello@hilarishotels.hu

Szállodáink listája:

<https://hilarishotels.hu/#szallodaink>

Rendezvény: event@hilarishotels.hu

A Hilaris Hotels a Magyar Szállodák és Éttermek Szövetségének tagja.

Szerzői jog:

A Hilaris Magazinban megjelenő minden cikket, a hozzá tartozó hanganyagokat, minden megjelent képet, grafikai elemet szerzői jog védi. Bármilyen módon történő másodlagos terjesztésük, nyilvános vagy üzleti felhasználásuk kizárólag a szerzők előzetes engedélyével történhet. Sajtó és nyomdahibákért a kiadó nem vállal felelősséget.

A TE ritmusod – Láng Negyed



ÉRTÉKESÍTÉS
2026 JANUÁRTÓL
LANGNEGYED.HU


LÁNG
NEGYED
by Southblaze

SKODA

AZ ÚJ ELROQ. ÁLLATI JÓL LÁT.

Fényszóróit
a mosómedvékről
mintázta.



Autó-Derzbach Kft.
1173 Bp., Hajdúcsárda u. 6.
www.autoderzbach.hu

Az értékek nem egyes gépjárművekre vonatkoznak, nem részei az ajánlatnak, hanem a különböző járműtípusok összehasonlítására szolgálóak. Egy gépjármű üzemanyag-fogyasztását és a CO₂-kibocsátását a hajtású szerkezet és egyéb, nem technikai jellegű tényezők (pl. környezeti feltételek) is befolyásolják. Különösen az extrafelülszereltségek és a tartozékok (pl. szelepes gumitartozékok, klímaberendezés, tetőcsomagtartó) megváltoztatják a gépjármű releváns jellemzőit, mint amilyen például a tömeg, a gördülési ellenállás valamint az aerodinámia, és ezáltal eltérést eredményeznek a konfigurált modell adataiban. Az üzemanyag-fogyasztásra és a CO₂-kibocsátásra vonatkozó adatok a kiválasztott gumitartozékok formájától és az optimális extrafelülszereltségektől függő tartomány adatai mellett érvényesek. Az új személygépkocsi fajlagos üzemanyag-fogyasztási és széndioxid-kibocsátási adatai megadhatók az üzemanyag-gazdaságossági ismeretbőveiben, amely ingyenesen hozzáférhető minden értékesítési helyen és a fogyasztóvédelmi hatóságnál. A kép csak illusztráció.

WLTP szerinti CO₂-kibocsátás: vegyes sebességnél 0 g/km 