

Abel Tasman, South Island, New Zealand



More Than Just an Apple a Day

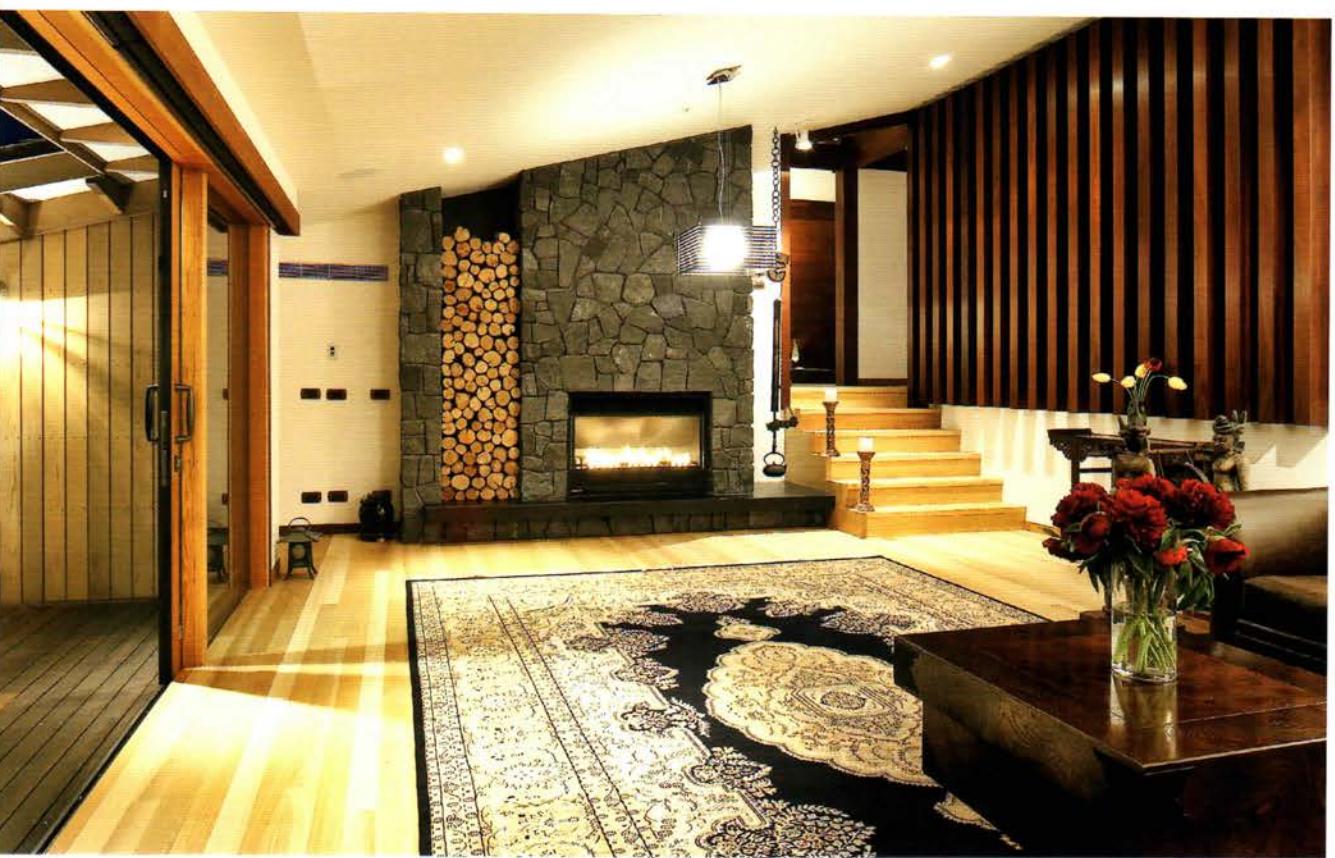
Mehr als nur ein Apfel pro Tag

Split Apple Retreat

It is situated at the *end* of the world and can be the *beginning* of something entirely new. An international clientele comes to this exclusive retreat to find the peace and serenity they need to recuperate or to devote themselves to a particular project. Many books have been written in this place, which is treasured by authors. The earth's healing powers and the ocean's vast expanse cause us to look beyond what our minds can perceive. Named after nearby Split Apple Rock—a boulder that resembles an apple split in half—everything here revolves around food, specifically around a healthy, healing diet. Situated on a cliff high above the ocean, near the Abel Tasman National Park, the resort is dedicated to life and healing according to the principle of "you are what you eat." Founder Dr. Lee Nelson has devoted himself to this notion for many years. Guests can benefit from a wellness and nutrition consultation tailored to their individual needs. Nelson's Thai wife transforms her husband's findings into a real experience in the form of delicious meals. Along with salmon, pomegranate juice, blueberries, and avocado crepes, massages, meditation, aromatherapy, and two private beaches revitalize stressed souls.

Es liegt am *Ende* der Welt und kann der *Anfang* für etwas komplett Neues sein. Ein internationales Publikum kommt in dieses exklusive Retreat, um die Ruhe und Gelassenheit zu finden, die notwendig ist, um sich zu erholen oder einem bestimmten Projekt zu widmen. Viele Bücher wurden hier bereits verfasst, an diesem von Autoren geschätzten Ort. Die heilenden Kräfte der Erde und die unendliche Weite des Ozeans geben Raum, über das rational Erfassbare hinauszugehen. Benannt nach dem nahe gelegenen Split Apple Rock – einem Felsen, der einem in der Mitte geteilten Apfel gleicht – dreht sich hier tatsächlich alles ums Essen, genauer gesagt um gesunde, heilende Ernährung. Nahe dem Abel Tasman National Park auf einer Klippe hoch über dem Meer wird nach dem Prinzip „Du bist, was Du isst“ gelebt und geheilt. Gründer Dr. Lee Nelson beschäftigt sich seit vielen Jahren mit diesem Thema. So bietet das Retreat eine individuell abgestimmte Wellness- und Ernährungsberatung an. Nelsons thailändische Gattin setzt die Erkenntnisse ihres Mannes in Form von feinen Speisen in die Praxis um. Neben wildem Lachs, Granatapfelsaft, Blaubeeren und Avocado-Crêpes revitalisieren Massagen, Meditation, Aromatherapie und zwei private Strände die gestressten Geister.

Abel Tasman, South Island, New Zealand





Spa, Health & Other Facilities

Outdoor spa pool, infinity swimming pool and outdoor shower, far infrared sauna, steam room, gymnasium. Gourmet restaurant, 8-seater theater.

Treatments & Services

Acupuncture; deep tissue, reflexology, and aromatherapy massages; meditation guidance and other stress reduction therapies, physical trainer, Pilates. Health programs for executive de-stressing, improved fitness, rejuvenation and pampering, relaxation, weight reduction. Free parking.

Activities

Cooking lessons, fishing, horseback riding, kayaking, sailing, sky-diving, swimming with the seals and dolphin-spotting, walking. Helicopter can be arranged to drop you at remote spots for walking or private picnics at otherwise inaccessible beaches.

Rooms

3 guest suites and 1 guest suite villa for 3 persons.

Located

A 50-minute drive or 15-minute heli flight from Nelson Airport.

195 Tokongawa Drive
RD2 Motueka
Tasman 7197, New Zealand
www.splitapple.com