

4.2. Alpin Resort Sacher Seefeld: Trend trifft Tradition — Longevity mit Genuss

Wording & Slogan	Spezielle Arrangements zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse
Website	seefeld.sacher.com
Geschäftsführer	Elisabeth Gürtler
Ärztliche Leiter	» Dr. Katharina Sepp (ärztliche Leitung) » Univ.-Prof. DDr. Johannes Huber (Endokrinologe und Hormonspezialist) » Univ.-Prof. Dr. Augustinus Bader (Stammzellenforscher) » Nina Ruge (Longevity-Expertin)
Anzahl Zimmer	81
Zimmergrößen	» Zimmer: 30–40 m² » Suiten: 45–95 m²
Preis pro Doppelzimmer pro Person	ab 280 €
Inklusivleistungen	Halbpension, verschiedene Aktivitäten, Shuttleservice
Infrastruktur & Services	Pool, Sauna, Spa, verschiedene Outdooraktivitäten
Programme / medizinische Einrichtung	Longevity, Vitality, Shape & Shine, Energize your life, Glow-up
Preis Pauschale ohne Zimmer (7 Nächte)	» 2.000–3.000 € (5 Nächte) » Vitality: 2.000 € (5 Nächte)



Foto © Alpin Resort Sacher Seefeld, David Johansson

Foto © Alpin Resort Sacher Seefeld, Daniel Zangerl

Stand: 15.04.2025

4.2.1. Interview mit Elisabeth Gürtler

**Elisabeth Gürtler im Interview mit
Uta Gruenberger zu ihrem Konzept
im Sacher Seefeld.**

Man darf sie wohl die Grand Dame der österreichischen Luxus-Hotellerie nennen. Elisabeth Gürtler prägt mit ihrer so eigenen Mischung aus Herzlichkeit, Temperament, pragmatischem Denken und Eleganz, wie keine Zweite seit Jahrzehnten die Branche. Über 25 Jahre leitete sie das Hotel Sacher in Wien, erweiterte die Gruppe um das Haus in der Festspielstadt Salzburg und transformierte vor 13 Jahren das ehemalige Astoria Hotel in Seefeld zum Sacher Seefeld.

Als ehemalige Direktorin der Spanischen Hofreitschule und langjährige Organisatorin des Wiener Opernballs zählt die Kommerzialrätin zu den einflussreichsten Persönlichkeiten der österreichischen Gesellschaft. Elisabeth Gürtler erhielt sowohl das Große Silberne wie auch Goldene Ehrenzeichen für Verdienste um die Republik Österreich und das Land Wien. Mit ihrem unermüdlichen Pioniergeist etablierte sie nun im Sacher Seefeld die erste „Academy for better Aging“. Hier verbindet sie medizinisch fundierte Longevity-Angebote mit dem Sacher-typischen Komfort, der dekorativen Gemütlichkeit und dem Genuss – ein bewusstes Gegenkonzept zum puristisch angehauchten Gesundheitstrend in den renommierten Medical-Resorts.

**„Für Gesundheitstage
und Wellness brauche
ich erst recht ein cosy
elegantes Ambiente.“**

Elisabeth Gürtler

**Uta Gruenberger: Pünktlich zum
Womens' Day hast Du der Öffentlichkeit
Deine „Sacher Academy for better
Aging“ präsentiert ...**

Elisabeth Gürtler: Ja genau, mit 140 Frauen haben wir unsere Longevity-Akademie ins Laufen gebracht und es war mir schon fast peinlich, weil ich nicht wusste, wie ich die unerwartet vielen Gäste im Saal unterbringen soll. Es kamen natürlich alle meine treuen Freundinnen aus Wien, aber das Thema hat offenbar auch ziemlich viele Ehemänner interessiert plus die Freundin der Freundin usw. Es ist ja die erste Akademie dieser Art. Ich hatte verschiedene, renommierte, wissenschaftliche wie medizinische Speaker auf der Bühne. Wir haben über die „predictive & preventive“ Aspekte von Longevity diskutiert und auch wie man diese neuartigen Analysen und Therapien so attraktiv gestalten kann, dass Leute dafür eine Reise antreten. Und ja, das Publikum war erstaunlich informiert und so auch interessiert und ich bin grad mit Fleiß immer diejenige, die die besonders naiven Fragen stellt.

**Uta Gruenberger: Du hast natürlich
auch wirklich prominente Mediziner
als Kooperationspartner wie den
anerkannten Hormon-Pabst Prof.
DDr. Johannes Huber aus Wien ...**

Elisabeth Gürtler: Ja, auch er hat einen höchst spannenden Vortrag gehalten – zum Womens' Day über den Zusammenhang von Hormonen und dem Altern der Haut und auch über Hormon-Kosmetik. Da werden heutzutage schon interessante Stück'ln gespielt. Von Prof. Dr. Huber kam auch der Vorschlag, wenn, dann eine ernsthafte Akademie zu gründen und er erklärte sich bereit, erstens auch zukünftig einmal im Jahr im Sacher Seefeld einen solchen Vortrag zu halten und zweitens können wir ihm jederzeit den Bluttest eines Gastes schicken und

bekommen binnen weniger Tage eine Online-Konsultation für die Auswertung und Empfehlungen.

So ein direkter Draht zu einer solchen Koryphäe ist natürlich wunderbar. Ich bin schon länger mit ihm befreundet und seit letztem Frühjahr auch unter seinen professionellen Fittichen und dabei ist die Idee der „Sacher Academy for better Aging“ entstanden. Der zweite Mann, der mich darin sehr unterstützte, ist der nicht minder bekannte Biomediziner und Stammzellen-Forscher Prof. Dr. Augustinus Bader. Bei ihm lasse ich mir unter anderem alle drei Monate einen Blut-Austausch machen. Also die beiden Professoren sind so meine Wegbegleiter. ▶



Foto © Alpin Resort Sacher Seefeld



Foto © Alpine Resort Seefeld, Foto: J. Hansson

Uta Gruenberger: Bist Du denn selbst eine erfahrene Gesundheitstouristin? Und/oder hattest selber eine „Life Changing Experience“, von der Du auf Deiner Website sprichst?

Elisabeth Gürtler: Soll ich Dir was sagen – ganz im Gegenteil. Ich war vor Urzeiten ab und zu beim Dungal zum Fasten. Jessas, ich seh’ mich noch vor dem Teller mit dem mickrigen Essen sitzen. Aber in Medical Resorts hat es mich nie gezogen. Auch mit dem Thema Longevity etc. habe ich mich nie sonderlich auseinander-gesetzt, denn ich lebe relativ gesund und gehe immer vor Mitternacht schlafen und ja, betreibe auch Sport.

Gut, als ich 70 geworden bin, hat mich die Ziffer Sieben einigermaßen irritiert und ich dachte, dass man mir von der Figur her auf keinen Fall mein Alter ansehen darf und hab’ noch mehr Sport getrieben – bin fortan noch fleißiger aufs Laufband gestiegen, so oft wie möglich geschwommen und ins Biogena Plaza bei mir um die Ecke in Wien. Dann hab ich die Wirkung einer Kältekammer kennengelernt und so hat sich das all-mählich durch meine ganz persönlichen Erfahrungen entwickelt.

Wenn sich das Wort Longevity nicht als genereller Suchbegriff in unserer Branche durchgesetzt hätte, würde ich es ja am liebsten nicht einmal verwenden. Mir kommt dieser Trend ein bissl wie die Fortsetzung vom Wellness-Hype vor. Jetzt, nachdem jedes Hotel mit Sauna, Dampfbad und Whirlpool sich Wellness-Hotel nennt, brauchen wir natürlich ein neues, sexy Schlagwort, um dass man herrliche Marketing-Stories ranken kann. Auch oder gerade weil nirgends definiert ist, was Longevity im Sinne eines medizinischen Programms genau bedeutet. Deswegen habe ich eine seriöse Akademie mit hochrangigen Wissen-schaftlern gegründet. Unser Angebot an „Predictive/Preventive“-Medizin, an fundierten Vorträgen und speziellen Longevity-Wochen, ist jedoch in ein ganz anderes Konzept eingebunden.

Uta Gruenberger: Magst Du uns das näher ausführen?

Elisabeth Gürtler: Selbstverständlich. Schau, ich bin überzeugt, dass spätestens ab 50 oder allerspätstens ab 60 Jahr’, sich jeder Gedanken macht zum Thema Altern. Alle wollen wir möglichst frisch und jung und attraktiv ausschau’n und fit bleiben – No na! Aber muss ich deshalb meinen Urlaub in weissgetünchtem, medizinischem Ambiente vor einer Fastenspeise und einer längeren „Not-to-

Do“-Liste als Spaß-Faktoren verbringen? Ich sag definitiv „Nein!“. Mein Konzept in Seefeld lautet: Gesundheit mit Genuss verbinden oder auch andersrum: Genuss mit Gesundheit.

Ich möchte ein schönes Hotel, ein gemütliches und bequemes Interieur in den Zimmern bieten, mit Fünf-Sterne-Luxus und tollem Service und einer Vier-Hau-



Foto © Alpine Resort Seefeld, Foto: J. Hansson

ben-Küche, die mir – na klar – wenn gewünscht auch ein Vital-Menü bietet, aber wo ich als „g’standener“ Mann, der grad vom Hantel-Training kommt auch entsprechend mein Steak und gar einen köstlichen Rotwein dazu bekomme. Ich mag den Flair der Askese rund um die Gesundheitsthematik nicht.

2015, bevor ich mein Hotel in Seefeld renovierte, ließ ich eine Studie von einem renommierten Medical-Resort-Experten erstellen und der kam dann zu mir und meinte: „aber der ganze Schnickschnack an Geweihen und Deko muss erstmal raus.“ Daraufhin habe ich gesagt: „Danke-schön, aber genau der bleibt drin, denn ich muss und möchte mich wohlfühlen!“ Damit lehnte ich mich stellvertretend für einen Großteil meiner Gäste aus dem Fenster und an sogenannter Deko gibt es heute ganz bewusst noch einmal mehr in den Räumen. Wie bereits in Salzburg habe ich mit dem wunderbaren, französischen Architekten Pierre-Yves Rochon und im Spa-Bereich mit Prof. Karl Landauer gearbeitet. Es hat mich diese erste Auseinandersetzung also in meiner persönlichen Haltung zur Wohligkeit als elementarer Aspekt von Langlebigkeit bestärkt.

Uta Gruenberger: Das heißt, Deine Zielgruppen-Ausrichtung ist zunächst dieselbe, bewährte Sacher-Gästeschar geblieben?

Elisabeth Gürtler: Ich denke, dass mir die speziellen Longevity-Wochen oder -Tage, die wir jetzt allenthalben anbieten, in der Tat neue, gesundheitsorientierte Gäste – gar auch junge oder jüngere bringen werden, die es aber eben auch elegant cosy und entspannt haben wollen, wenn sie sich schon mal nur für sich selbst was Gutes gönnen. Und ansonsten läuft es bereits jetzt so ab im Haus, dass ich eh mit allen Gästen rede und plaudere und dann probier’ ich mit den Damen ▶

diese wirklich köstlichen, neuen Drinks mit raffinierter Kollagen/Hyaluron-Rezeptur aus. Oder ich frage die Herrschaften, ob sie schon mal in einer Kryo-Kammer waren und dann kommt als Antwort meistens: „Nein, was ist das?“ Und dann sag ich, „Für mich ist das ein echter Fitness-Pusher geworden, ein Game-Changer wie man jetzt neudeutsch sagt, und wenn ich in meinem Alter die Kälte aushalte, dann tut's Dir vermutlich dreimal gut.“ Und dann stapfen sie los und dann wird ein Kurz-Urlaub unverhofft zu einer Initial-Zündung und zwar aus der Lust, aus dem Spaß und der Neugier heraus.

Uta Gruenberger: Und ebenso „en passant“ checken sich Eure Gäste dann ein Beratungsgespräch bei Deiner fix angestellten Ärztin?

Elisabeth Gürtler: Ganz genau. Und die hat dann nicht nur zack-zack eine Viertelstunde Zeit für das Gespräch. Vielleicht empfiehlt sich ein Blick auf die Ernährung oder auch ein Blut-Test, dann haben wir 24 Stunden später bereits den Befund und bieten weitere achtzehn Konsiliar-Ärzte, Experten und Therapeuten, die entweder zur spezifischen Analyse und Behandlung vor Ort zur Verfügung stehen oder ihre individuelle Beratung online durchgeben.

Uta Gruenberger: Du hast ja „nur“ 81 Zimmer und Suiten – da braucht es wohl nicht allzu viele Longevity-Buchungen, um Personal-mäßig ausgelastet zu sein?

Elisabeth Gürtler: Ein wichtiger Punkt! Ob das jetzt eine HRV-Testung oder die halbstündige IHHT-Sitzung ist – ja, auch während der drei Minuten Kälte-Kammer ist bei uns die durchgehende Betreuung selbstredend. Da ist immer jemand direkt präsent oder schaut rein und fragt, ob alles passt. Dafür sind aber auch so Exklusiv-Schmankerln wie der Kochkurs mit unserem Vier-Sterne-Chef dabei. Im Beauty-Bereich ziehen natürlich die

Gesichtshaut-Screenings von Visio Face, bei denen jede einzelne Hautschicht analysiert und Sonne-, Alterungs- oder Entzündungsschäden bis in die Tiefe festgestellt werden kann.

Ebenso die Supplements und Nährstoff-Drinks von Biogena. Dann bieten wir die sogenannten Easy-Motion-EMS an, das sind Anzüge mit elektrischen Impulsen zum Muskelaufbau – auch ohne hartes Krafttraining. Also all das kann man sich in Ruhe bei uns anschauen und ausprobieren.



Uta Gruenberger: Das IHHT, scheint bei Euch ein wichtiger Teil des Longevity-Angebots – entspricht das der fast hochalpinen Lage von Seefeld?

Elisabeth Gürtler: Ja, schon. Mein Sacher Seefeld liegt auf 1.200 Meter Meereshöhe und die natürliche Sauerstoff-Reduktion dort oben nutzen viele Spitzensportler von Haus aus für ihr Höhentraining. Da bietet sich das IHHT natürlich als Erweiterung an. Bei der Intervall-Sauerstoff-Therapie simuliert man kontrolliert den Wechsel von mehr oder weniger O2-Konzentration. Das trainiert die Zellen ganz wunderbar, viel effizienter mit Sauerstoff umzugehen.

Unsere Ärztin erklärt stets, dass dies die Mitochondrien, die Kraftwerke unserer Zellen, regelrecht aufpeppt, die Zell-Regeneration fördert und das Immunsystem stärkt. Die meisten Gäste spüren bereits nach wenigen Anwendungen mehr Energie und eine bessere Schlafqualität. Die IHHT passt hervorragend in mein Konzept, denn es ist eine Anwendung, die schon nach einer ersten Sitzung spürbar im Körper Wirkung zeigt und sei's nur ein herrlich tiefer Schlaf in der darauffolgenden Nacht. Ich liebe es, wenn man mit wenig Aufwand, etwas nachweislich Gutes für sich und seine Gesundheit tun kann.

Uta Gruenberger: Viele Hotels arbeiten mit Prominenten, um ihr Longevity-Programm zu promoten. Im Sacher Seefeld, so heißt es, trifft man selbst die Chefin bisweilen in einem EMS-Anzug an. In Deiner vitalen Gesamterscheinung gibt es wohl kein besseres Longevity-Testimonial ...

Elisabeth Gürtler: In der Tat nutze ich mittlerweile wirklich fleißig meinen eigenen EMS-Anzug und lass' ihn auch im Hotel zwischendurch einfach mal an. Und natürlich fragen mich dann die Gäste, was

das für ein neumodisches Outfit ist? Das mit den Influencern und Promis für die Social Media – ich weiss noch nicht. Für mich ist das gesamte Longevity-Thema ein Projekt, das sich immer weiter entwickeln muss. Wir werden also sehen ... ●



Elisabeth Gürtler im EMS-Anzug