

„Balancehaus“ Kohren-Sahlis

Mitglied seit September 2012

„Ich arbeite gerne mit Menschen und verwirkliche neue Ideen. Dabei ist es wichtig, dass ich mit meinen Angeboten gesehen werde und mich vernetzen kann. Deshalb bin ich Mitglied im Heimat- und Verkehrsverein ‚Rochlitzer Muldental‘ e. V. Außerdem freue ich mich, in Veranstaltungen integriert zu werden oder unsere schöne Region zum Beispiel auch auf Messen repräsentieren zu dürfen.“

Grit Kuhnitzsch

Grit Kuhnitzsch bringt Balance ins Leben

Ein kleines bisschen ist es wie im Museum, wenn man das „Balancehaus“ in der Töpferstraße 3 in Kohren-Sahlis betritt. Im Inneren von dem historischen Fachwerkhäuschen begeistern viele liebevolle Details. „Unsere Gäste sollen sich wie in den Ferien bei Oma fühlen“, lädt Grit Kuhnitzsch ein. Als Familienprojekt hat sie das Gebäude, das vermutlich 1635 gebaut wurde, 2012 gekauft und hergerichtet.

Weil es wie bei den sieben Zwergen sieben Betten im Haus gibt, sind die fünf Gästezimmer märchenhaft benannt. Man kann zum Beispiel im „Dornröschenzimmer“, im „Frauhollezimmer“ oder im „Turmblick“ nächtigen – und dabei in historischen Betten mit historischen Maßen, in Federbetten (für Allergiker gibt es Alternativen) und baumwollener Bettwäsche süße Träume finden. Gekocht wird am Holzküchenofen und am liebsten auch gleich in der historischen Küche gegessen. Alles ist hier klein und fein, auch im ehemaligen Ziegenstall. Der wurde zum gemütlichen Café ausgebaut, wo man ganz in Ruhe frühstücken oder dienstags und donnerstags am Nachmittag (nach Voranmeldung) hausgebackenen Kuchen genießen kann.

Überhaupt wird Genuss im „Balancehaus“ großgeschrieben – oder besser gesagt: die Achtung für sich selbst. Denn es ist das wohl kleinste Kurhaus in Sachsen und Grit Kuhnitzsch möchte für mehr Balance im Leben sorgen. Dabei schlug sie zuerst einen anderen beruflichen Weg ein. „Ich habe ein medizinisches Fachschulstudium absolviert und wollte Kinderpsychologin werden. Aber dann kam die Wende und ich habe meine Kinder bekommen. Ich lernte danach Erzieherin und habe über 20 Jahre in dem Beruf gearbeitet“, erzählt sie. Als sie sich beruflich verändern wollte, absolvierte sie 2007 eine Weiterbildung zur Kinesiologin und eröffnete 2008 nebenberuflich eine Praxis. „Das eigene kleine Kurhaus war dann eine Art ‚Schnapsidee‘. Aber nach dem Kauf des Häuschens 2012 und nach nur einem Jahr Bauzeit konnte ich mit meiner Praxis hier einziehen und das Angebot immer mehr erweitern“, blickt sie gerne zurück. So wurde 2017 das heutige „Balancehaus“ eröffnet.

Die Angebotspalette im „Balancehaus“ ist groß. Von Quarkwickeln über Moorbäder bis hin zu Massagen sind über 70 verschiedene Anwendungen möglich.



Für unsere
Region



„Bei der Kinesiologie geht es darum, dem Körper vorbeugend etwas Gutes zu tun. Die Anwendungen im ‚Balancehaus‘ sind nicht esoterisch, sondern bodenständig und können begleitend zur Schulmedizin eingesetzt werden. Das ist viel Handwerk und Handarbeit, aber auch intensive Gespräche gehören dazu“, erklärt Grit Kuhnitzsch. Die Gäste können bei ihr – auch ohne Übernachtung – viel über sich selbst und ihren Körper lernen. Auch Paarberatungen, zum Beispiel bei unerfülltem Kinderwunsch, sind möglich. Und Verliebte können zum „Sweet Moon“ vorbeischaun und sich kulinarisch und mit Massagen verwöhnen lassen.

Das Essen fürs Frühstück oder die Vollpension wird frisch im „Balancehaus“ gekocht. Viele der Zutaten stammen aus dem eigenen Garten. Und gleich hinterm Haus – übrigens direkt unterhalb der Rundtürme Kohren-Sahlis – liegt ein hauseigener Weinberg. Aus den Trauben der Sorte „Solaris“ entstehen jedes Jahr rund 50 Liter Weißwein. Am 3. Sonnabend im

September ist öffentliche Weinlese. Probiert werden kann der Wein u. a. zur Kirschblütenzeit im Kohrener Land oder zur Hofweihnacht am 3. Dezember.

„Ich konnte mein Hobby zum Beruf machen und habe eine sehr abwechslungsreiche Arbeit mit interessanten Menschen. Ich komme jeden Tag entspannt nach Hause“, freut sich Grit Kuhnitzsch.

Infos: www.balancehaus.de

Tipps:

*Montags bis freitags geht es um 8.10 Uhr mit Grit Kuhnitzsch im „Second Radio“

(www.secondradio.de) „Mit Balance in den Tag“

*jeden Dienstag bietet sie um 9 Uhr in Glandstein (Treff: Brunnen vor der Burg) Natursport an

*immer donnerstags beginnt um 9.30 Uhr am Balancehaus ihr „Brainworking“

Text: Nadin Poster, Fotos: Nadin Poster, Balancehaus



Wir sind für Sie da! Sprechen Sie uns an!

Tourist-Information des Heimat- und Verkehrsvereines „Rochlitzer Muldental“ e. V.

Burgstraße 6 | 09306 Rochlitz

Telefon: 03737 78 63 620 | Telefax: 03737 78 63 622

info@rochlitzer-muldental.de

facebook.com/rochlitzer.muldental | instagram.com/rochlitzermuldental

www.rochlitzer-muldental.de