



Basenfasten als  
Franchise-Konzept fürs Hotel

## Von Landhaus bis Luxushotel

**Gesund abnehmen**, genießen und sich verwöhnen lassen. Das ist die Idee einer Kur im Wellnesshotel. So findet man in vielen Häusern mit Medical Wellness-Ausrichtung bereits Heilfasten nach Buchinger, die F.X. Mayr- und Schroth-Kur oder auch das Basenfasten. Das Familienunternehmen Wacker hat das Potenzial erkannt und bietet die von ihm entwickelte »basenfasten – die wacker-methode« seit 2014 als Franchise-System für Hotels an ([www.basenfasten-franchise.de](http://www.basenfasten-franchise.de)).

Säuren raus, heißt es beim Basenfasten, denn auf säurebildende Nahrungsmittel wird für einen begrenzten Zeitraum verzichtet. Was bei der Wacker-Methode – vor über 17 Jahren von Sabine Wacker entwickelt und in zahlreichen Büchern dargelegt – nicht den Verzicht auf Genuss oder gar freudloses Darben bedeutet. Während der Kur gibt es Obst und Gemüse satt – frisch, regional und saisonal, lautet hier die Devise. Die Zutaten sind »frei von Konservierungsstoffen, Farbstoffen, Geschmacksverstär-

kern und anderen Zusätzen«. Da beim Basenfasten tierische Produkte und Getreide entfallen, wird der Organismus entlastet. Auf dem Speiseplan stehen stattdessen vitalstoffreiche Obst- und Gemüsesorten, Keimlinge, frische Kräuter und Nüsse. Der Fastende soll sich bereits während der Kur vitaler und energiegeladener fühlen – und leichter, denn er verliert in der Regel pro Woche ein bis vier Kilo an Gewicht. Zielgruppe der Basenfasten-Kur sind gesundheitsbewusste Menschen und speziell solche, die gesund abnehmen möchten. Aber auch für Fitnessfans, Allergiker, Vegetarier und Veganer ist das Basenfasten eine Option. Alles »Typen«, die der Ernährung im Alltag einen hohen Wert beimessen und die auch im Wellnesshotel auf entsprechende Angebote achten.

Matteo Wacker, Geschäftsführender Gesellschafter der basenfasten Gbr: »Prinzipiell sind für Basenfasten-Kuren Wellnesshotels und Kurhäuser geeignet, die Wert auf Qualität, Entspannung, Regionalität und Saisonalität legen.« Die Bandbreite reicht vom kleinen



*Das Schwarzwald Panorama in Bad Herrenalb ist seit Februar 2015 Franchise-Partner von »basenfasten – die wacker-methode« und verzeichnet eine gute Gäste-Resonanz*

Landhaus wie dem Natur-Landhaus Krone im Allgäu bis hin zum Vier-Sterne-Superior-Hotel wie dem Schwarzwald Panorama in Bad Herrenalb. Das sind drei von neun Häusern, die bereits eine Partnerschaft mit dem Franchise-Geber eingegangen sind. »Von allen wird die Basenfasten-Philosophie gelebt und in hoher Qualität umgesetzt. Im Vordergrund steht immer das individuelle Hotelkonzept des Partners«, so Matteo Wacker. Basenfasten lässt sich in unterschiedlichen Preisklassen wirkungsvoll umsetzen – im Luxushotel dann eben auf Gourmetniveau.

### **Basenfasten-Gäste bleiben länger**

Die Idee, aus dem Fasten- auch ein Franchisekonzept zu machen, kam durch vermehrte Anfragen von Hotels, die ihren Gästen die Wacker-Methode als Dienstleistung anbieten wollten. Um das Vorhaben in entsprechender Qualität umsetzen zu können, ist allerdings einiges an Know-how nötig, das der Franchise-Geber liefert. Wacker: »Die Partnerschaft beginnt mit einer dreitägigen Erst-Zertifizierung, bei der im Haus alle für die Umsetzung der Kuren relevanten Mitarbeiter geschult werden.« Das Hotel erhält ein Franchise-Handbuch, außerdem einen Zugang zum systemeigenen Intranet, in dem sich praktische Hilfsmittel, Merkblätter und Rezepte befinden. Auch bei der Vermarktung des Angebots erhält das Haus Unterstützung. »Der Franchise-Partner bekommt von uns alles an die Hand, was er benötigt, um die Kuren selbstständig als Dienstleistungspaket in seinem Haus anbieten zu können«, erklärt Wacker.

Als weiteren Vorteil für die Hotels sieht er die Verweildauer von Basenfasten-Gästen. »Meist bleibt der Basenfasten-Gast für mindestens sieben Tage; er konsumiert basische Vollpension und bucht oft Anwendungen über die Inklusiv-Leistungen hinaus.« Ein Ausschlussverfahren für andere Kurformen gibt es für die Basenfasten-Hotels nicht. »Wichtig ist, dass der Gast klar erkennt, was zu seiner Basenfasten-Kur gehört und was nicht.«

Natürlich gibt es das gebündelte Know-how nicht umsonst. Matteo Wacker: »Die einmalige Franchise-Einstiegsgebühr inklusive der Erstausrüstung an Materialien, der dreitägigen Erst-Zertifizierung sowie der professionellen Systemintegration liegt derzeit noch unter 6.000 Euro.« Anschließend wird eine Franchise-Gebühr pro Basenfasten-Gast fällig. Mit dieser werden die Leistungen der Franchise-Zentrale, die Betreuung, die Entwicklung der Marketing-Instrumente und -Strategien sowie die Weiterentwicklung des Systems abgedeckt.

*Kirsten Posautz, Redaktion Tophotel*

---

## Im Gespräch mit Stephanie Schwab

Direktionsassistentin des  
Schwarzwald Panorama, Bad Herrenalb



**SPA:** *Seit wann bieten Sie Basenfasten nach der Wacker-Methode an?*

**Stephanie Schwab:** Wir sind seit Februar 2015 zertifizierter Franchise-Partner von »basenfasten – die wacker-methode«, bieten das Basenfasten aber bereits länger an.

**SPA:** *Wie ist bislang die Resonanz seitens der Gäste und wie intensiv wird das Angebot angenommen?*

**Stephanie Schwab:** Die Resonanz ist außerordentlich gut. Die Gäste schätzen unsere Bio-zertifizierte Küche (mind. 70 % Bio, 30 % Slow-Food) mit saisonalen und regionalen Produkten, kombiniert mit der schonenden und qualitativ hochwertigen Zubereitung der basischen Gerichte. Jahrzehntelange Erfahrung mit der Entsäuerungs- und Entlastungskur durch Sabine Wacker trifft auf moderne Interpretation der basenreichen Kost durch unseren Küchenchef Hagen Müller. Ergänzt wird dieses Angebot durch die permanente Betreuung der Fastenleiter Conny und Reiner Wettcke, die sich um das Wohl ihrer Basenfasten-Gäste kümmern. Das spüren die Gäste und kommen daher gerne wieder.

**SPA:** *In welcher Länge wird die Kur überwiegend gebucht – eine Woche, zwei ...?*

**Stephanie Schwab:** Am häufigsten werden bei uns

die ein- und zweiwöchigen Kuren gebucht. Hier wird man rundum versorgt: Von täglichen Fastengesprächen und diversen Vorträgen zu einer positiveren Lebensweise bis hin zu geführten Wanderungen und Massageanwendungen ist alles im Paket enthalten. Vor Kurzem wurden bei uns aber auch die ersten dreiwöchigen Kuren durchgeführt. Die Nachfrage steigt, keine Frage!

**SPA:** *Bieten Sie auch Schnuppertage zum Kennenlernen an? Werden daraus Buchungen für eine längere Kur?*

**Stephanie Schwab:** Neben den bereits erwähnten ein- und zweiwöchigen Kuren bieten wir auch eine dreitägige Schnupperkur an. Hier erhalten unsere Gäste die Möglichkeit, sich mit dem Thema Fasten auseinanderzusetzen, die Kulinarik auf sich wirken zu lassen und auf ihr »Bauchgefühl« zu hören. Durch das persönliche Gespräch mit unseren Fastenleitern wird dann abschließend festgestellt, ob eine Verlängerung sinnvoll und gewollt ist. In den meisten Fällen entscheiden sie sich aber noch vor Ort für eine Verlängerung auf eine ein- bis zweiwöchige Basenfasten-Kur.

**SPA:** *Wie gelingt es, das Basenfasten-Konzept beispielsweise in der Küche auf Vier-Sterne-Superior-Niveau umzusetzen? Die Gäste haben sicher hohe Erwartungen an die Optik der Speisen.*



Foto: Schwarzwald Panorama

*Gemüse in allen Variationen:  
Das Küchenteam des Vier-Sterne-  
Superior-Hotels Schwarzwald  
Panorama wurde speziell für  
die Basenfasten-Kuren nach der  
Wacker-Methode geschult*

**Stephanie Schwab:** Für unseren Küchenchef Hagen Müller war es keine große Herausforderung, seine A-la-carte-Gerichte um die basenreiche Kost zu ergänzen. Viele vegetarische Gerichte haben bereits den strikten Vorgaben durch Sabine Wacker entsprochen und konnten mit viel Kreativität weiter ausgebaut werden. In Zusammenarbeit mit der Küchencrew wurde hier ein Zwei-Wochen-Plan ausgearbeitet, der komplett auf säurebildende Lebensmittel verzichtet, ohne Individualität und kreatives Anrichten auf dem Teller einbüßen zu müssen. Dies macht die Küche des Restaurants »La Vie« so einzigartig.

**SPA:** *Wie wurden die Mitarbeiter in der Küche vom Franchise-Geber geschult und werden sie fortlaufend mit aktuellen Rezepten und ähnlichem unterstützt?*

**Stephanie Schwab:** Direkt zu Beginn der Zertifizierung fand eine dreitägige Schulung durch Sabine Wacker und ihren Sohn, Matteo Wacker, statt. Hier wurden die Mitarbeiter der Küche sowie unsere Fastenleiter und einige Mitarbeiter aus verschiedenen Abteilungen in den Abläufen

---

und Grundlagen der Basenfasten-Kur geschult. Dies ermöglicht auch unseren Gastgebern am Empfang eine kompetente Betreuung und Beratung während des Buchungsvorgangs. Des Weiteren hat jeder Teilnehmer ein Handbuch erhalten, in dem der Fastenablauf sowie diverse Definitionen aufgeführt sind. Im Informationsportal »basen-net« stehen Rezepte und Ratschläge zur Verfügung, die jederzeit abgerufen werden können und regelmäßig durch den Franchise-Partner ergänzt werden. Auch ich habe an der Schulung teilgenommen, um Marketing und Angebotsgestaltung authentisch formulieren zu können.

**SPA:** *Fließen eventuell auch Komponenten bzw. Kreationen aus der Basenfasten-Küche in die »normale« Speisekarte ein?*

**Stephanie Schwab:** Bisher noch nicht. Allerdings haben die Gerichte bereits guten Anklang bei unserem Drei-Gänge-Genussdinner gefunden; hier wurden vereinzelt Gänge mit basenreicher Kost eingeschoben. Generell ist es eine Gratwanderung, Gäste, die gerade nicht basenfasten, an basische Kost heranzuführen. Oftmals werden Geschmack und Genuss mit der Würzung des Gerichts in Verbindung gebracht, was jedoch nicht immer der Fall sein muss. Daher ist es die Herausforderung, den ursprünglichen Geschmack des Produkts zu erhalten und diesen auch zu fördern. Ein leckeres Gericht ohne Würze zu schaffen, das ist schwer und spannend zugleich.

**SPA:** *Mussten zur Umsetzung des Konzeptes auch in anderen Bereichen Änderungen vorgenommen werden?*

**Stephanie Schwab:** Da wir schon vor der Zertifizierung Basenfasten-Kuren angeboten haben, waren alle anderen Bereiche bestens auf die besonderen Ansprüche der Gäste vorbereitet. Besonders die

Mitarbeiter vom »Selfness Zentrum«, darunter die Fastenleiter sowie unsere Selfness-Leiterin Kerstin Weinbrecht – zertifizierte Yoga-Lehrerin durch die American Yoga Alliance 500 – betreuen Fastengäste schon seit vielen Jahren. Neben dem Basenfasten wird hier auch seit mehreren Jahren die Fastenkur nach Buchinger angeboten. Durch den Baustein »basenfasten – die wacker-methode« wird unser medizinisch-therapeutisches Gesundheitsangebot, das wir zusammen mit der angeschlossenen ACURA Fachklinik Falkenburg anbieten, komplettiert. Dies führt zu einem ganzheitlichen Selfness-Gedanken – den achtsamen Umgang mit sich selbst.

**SPA:** *Sind durch das Angebot zusätzliche Gäste ins Haus gekommen?*

**Stephanie Schwab:** Durch die Zertifizierung sind deutlich mehr Gäste auf uns und die angebotenen Arrangements aufmerksam geworden. Die Buchungen sind in den letzten Monaten gestiegen, außerdem besuchen uns immer mehr ausländische Gäste – unter anderem aus den Vereinigten Arabischen Emiraten – für die Basenfasten-Kur.

[www.schwarzwald-panorama.com](http://www.schwarzwald-panorama.com)



*Neben Ernährung und Motivation gehören auch Sport und Bewegung zum ganzheitlichen Gesundheitskonzept*