

Ein bisschen Spa muss sein

...sische Touristen wünschen sich indes eine Wegweiser-App, damit sie nicht in Gruppen orientierungslos durchs Hotel irren.
Kira Hanser

Die Erdbeerquarkmaske trocknete auf dem Gesicht. Sie sollte für „einen frischen Teint sorgen und die Poren zusammenziehen“, versicherte die Kosmetikerin in einem Wellness-Hotel an der Ostsee und garnierte Wangen und Stirn fürsorglich mit kleinen Erdbeerstücken. Komisch, dachte die Urlauberin, der Quark aus der Glasschüssel sieht doch genauso aus wie der vom Frühstücksbüfett. Er sah nicht

Allein in Deutschland gibt es etwa 1500 Wellness-Hotels. Doch längst nicht jedes verdient auch diesen Namen. Denn der Begriff Wellness ist nicht geschützt

Wellness-Variante. Besonders weit brachte es das Kuschel-Prädikat im Tourismus: Wellness-Urlaub hat rund um den Globus Hochkonjunktur. Jährlich werden inzwischen unzählige Ranglisten der weltbesten Spas erstellt und veröffentlicht, obwohl es keine verbindlichen Kriterien gibt. „Die Begriffe ‚Wellness‘ und ‚Wellness-Hotel‘ sind nicht geschützt, jeder kann damit werben“, sagt Lutz Hertel, Vorsitzender des Deutschen Wellness-Verbandes in Düsseldorf. Gibt man bei Google die Suchwörter „Wellness“ und „Hotel“ ein, kommt man auf mehr als 50 Millionen Treffer. Allein in Deutschland gibt es zwischen 1000 und 1500 Wellness-Hotels, von denen aber nach Angaben des Verbandes, der sich als eine Art TÜV der Branche versteht und anonym die Hotels testet, nur 500 tatsächlich als seriös zu bezeichnen sind.

Denn allzu oft handelt es sich beim angeblichen Wellness-Angebot um Mogelpackungen. Offeriert von Hotels, die eine mickrige Zwei-Personen-Sauna, eine tiefe Erlebnisdusche mit „Tropenregen“-Duschkopf aus dem Baumarkt, ein paar Massage-Liegen aus Plastik und esoterisches Hintergrund-Gedudel zum Wellness-Bereich hochjubeln. Andere versuchen, Gäste mit einer 20-minütigen „Willkommensmassage“ oder einer „Detox-Kur“ zu ködern. Der „Relax Guide“, der seit 1999 Hotels in Österreich und Deutschland anonym testet und bewertet, warnt ausdrücklich vor Abzocke und „Wellnepp“ sowie vor „Nonsense-Treatments“, also vor Therapien ohne therapeutischen Effekt, die vom „vitaminreichen Zitronenbad“ über die Hautbehandlung mit Schokolade bis zu Ayurveda-Kuren reichen, die ohne entsprechenden Ernährung angeboten werden.

Auch die Himalaja-Salzgrotten haben mit dem Gebirge nur dem Namen nach etwas zu tun. Das rosafarbene Salz stammt oft gar nicht aus dem Himalaja, sondern aus pakistanischen Bergwerken, wo es industriell abgebaut wird. Beliebte sind auch teure Zutaten: Das Schweizer „Grand Resort“ in Bad Ragaz etwa lockt mit einer straffenden Massage mit 24 Karat-Blattgold. Die ist auf jeden Fall wohltuend fürs Geschäft – eine Stunde „Gold Temptation“ kostet umgerechnet gut 400 Euro.

Hoteliere in aller Welt stehen inzwischen unter einem hohen Erwartungsdruck, was Wellness-Angebote angeht. „Wellness hat ein aufwertendes Image. Der Urlauber erwartet heute ein Spa im Hotel, da bleibt den Managern gar nichts anderes übrig, als viel zu investieren. Zwar nutzen nicht alle Urlauber ein Spa, aber sie möchten immerhin die Option haben“, sagt Lutz Hertel.



Wassertreten nennt sich heute Hydrotherapie. Szenenfoto aus dem Film „Pär“

VON KIRA HANSER UND SÖNKE KRÜGER

nur so aus, es war derselbe Quark, erklärte die Kosmetikerin auf Nachfrage. Naschen sei erlaubt. Wellness aus Frühstückstresten – da muss man erst einmal drauf kommen.

Kuriose Wellness-Behandlungen liegen weltweit im Trend, stets dem Drang folgend, Neues zu bieten. Wohlwunders zu versprechen und sich von der Konkurrenz abzuheben. Inzwischen lässt man sich auf Syll mit indischem Ayurveda-Öl beträufeln, bucht eine Thalassopackung in den Alpen, eine Salzgrotten-Session im Harz oder eine hawaiianische Lomi-Lomi-Massage am Nordkap. Die Angebote werden immer internationaler, exotischer, ausgefallener – und abenteuerlicher. Wie eine Kaktusmassage in Mexiko, eine stachelige Anlegenheit sollte man meinen, verwendet werden dabei die stachellosen Blätter des Feigenkaktus, die auf den Rücken gelegt werden.

In London schwören Prominente wie Victoria Beckham auf das „Bird Poop Facial“, eine Gesichtsmaske aus getrocknetem Vogelkot, die gegen Fältchen helfen soll; Demi Moore schwärmt von entgiftenden Bluteigen, seitdem ihr in Österreich die saugenden Parasiten auf den Bauch gesetzt wurden, und in Kalifornien ist gerade eine Kurpackung aus dem Sekret einer asiatischen Apfelschnecke gefragt, die gegen Haarausfall Wunder wirken soll.

Laut „Oxford English Dictionary“ entstand der Begriff „Wellness“ als Gegenstück zu „Illness“ bereits im 17. Jahrhundert, doch die Wellness-Bewegung, so wie wir sie kennen, begann erst in den 1970er-Jahren, als die Amerikaner Donald B. Ardell und John Travis neue, ganzheitliche Gesundheitsmodelle entwickelten, die nicht nur auf die Abwesenheit von Krankheiten zielten, sondern auf einen Zustand von physischer, mentaler und sozialer Zufriedenheit.

Schnell wurde der Begriff zu einem beliebten Modewort, anwendbar auf fast alles: Socken, Drinks, Marmelade, Duftkerzen, Haarshampoo, Hundefutter – all

SAMSTAG/SONNTAG, 8./9. FEBRUAR 2014 | DIE WELT / WELT AM SONNTAG

FASZINATION OSLO!

OSLO-STÄDTEREISE

Kiel-Oslo-Kiel, inklusive:
Mini-Kreuzfahrt mit 2 Übernachtungen an Bord
1 Übernachtung mit Frühstück im Hotel in Oslo

p. P. schon ab € **159,-**

Genießen Sie skandinavisches Lebensgefühl in einer der vielseitigsten Metropolen Europas. Ob Oper oder Pop-Art, Snow- oder Skateboard, Natur oder Kultur: Entdecken Sie mit uns Oslos verschiedene Gesichter!

Dieses Angebot und viele weitere Norwegen-Reisen:
Jetzt buchen → colorline.de → Tel.: 0431-7300 100

Color Line GmbH, Norwegenklub, 24143 Kiel

REISEN | R 3

Fortsetzung von Seite R 1

Kein Spa anzubieten sei inzwischen quasi ein Ausschlusskriterium bei der Urlaubsbuchung. Doch wie erkennt man ein gutes Wellness-Hotel? Eine Faustregel lautet: Das Preis-Leistungs-Verhältnis bei individuellen Wellness-Leistungen stimmt, wenn eine Minute Behandlung nicht mehr als einen Euro kostet. Ein Wellness-Hotel sollte zudem nicht nur passive Behandlungen wie Massagen oder Gesichtsmasken anbieten. Wichtig sind vielmehr aktive Übungen wie Yoga, Pilates oder Strandwandern, bei denen die Urlauber selbst für ihr Wohlbefinden Sorge tragen.

Ein nicht zu unterschätzender Aspekt ist bei allen Wellness-Angeboten zudem das gute Personal. „Ayurveda im Schwarzwald muss keine Mogelpackung sein, wenn der Masseur zum Beispiel aus Indien kommt oder die Technik von einem Spezialisten gelernt hat“, sagt Roland Lyman, Dozent am Institut für Tourismuswirtschaft der Hochschule Luzern. Doch nicht immer haben Mitarbeiter in Wellness-Hotels das nötige Wissen. „Es herrscht auch in Deutschland ein Mangel an ausgebildetem Fachpersonal.“ Je mehr exotische Anwendungen ein Hotel bietet, desto unwahrscheinlicher, dass sie authentisch und gut sind: „Man kann eben nicht für alles einen Spezialisten im Haus haben.“

Bei aller berechtigten Kritik darf aber nicht vergessen werden, dass sich in der Branche keineswegs nur schwarze Schafe tummeln, sondern auch jede Menge seriöse Wellness-Anbieter. Sie bedienen den wachsenden Markt jener Reisenden, die etwas für sich tun möchten und bereit sind, mehr dafür zu bezahlen. In einer aktuellen Studie des renommierten kalifornischen Stanford Research Institute wird der Umsatz, den Wellness-Reisen weltweit generieren, für 2013 mit jährlich 439 Milliarden Dollar beziffert. Wird dieser Markt wie prognostiziert weiterhin um knapp zehn Prozent pro Jahr wachsen, also deutlich schneller als der globale Tourismus insgesamt, dann ist 2017 ein Umsatz von 678,5 Milliarden Dollar zu erwarten – das wären stolze 16 Prozent des Gesamtumsatzes im Reise-geschäft. Das beachtliche Wachstum ist laut Studie darauf zurückzuführen, dass ein Wellness-Tourist im Durchschnitt 130 Prozent mehr Geld ausgibt als ein normaler Urlauber, den Wellness nicht interessiert.

Fast zwei Drittel des Wellness-Geschäfts, nämlich 63 Prozent, entfallen dabei auf fünf Länder: die USA, Deutschland, Japan, Frankreich und Österreich. Da wundert es nicht, dass eine wichtige Wellness-Kooperationen in Deutschland ansässig ist: die Healing Hotels of the World mit derzeit weltweit 97 Mitgliedern. Bei denen handelt es sich durchweg um luxuriöse Häuser mit ganzheitlichem und nachhaltigen Konzept. Die Palette umfasst ärztliche Diagnosen ebenso wie naturheilkundliche Behandlungen, Yoga ebenso wie Meditation. Gesundheitsküche, eine schöne Umgebung und ein hoher Service-Standard sind weitere Kriterien. Zu den Mitgliedern zählen beispielsweise „The Kilimanjaro Healing Safari Circuit“ in Tansania (mit täglichen Yoga- und Meditationsstunden, Massagen in der Wildnis, Lektionen in traditioneller Massai-Heilkunde) oder das „Ayurveda Parkschlösschen“ in Traben-Trarbach („das einzige mit 5 Sternen ausgezeichnete Kurhotel in Europa, das die ayurvedische Philosophie ganzheitlich und ausschließlich umsetzt“).

Diesem Hotel ist es besonders gut gelungen, das verstaubte Image des Kurwesens abzuschütteln. Früher ging man zur Kur, weil der Arzt es verschrieben hatte. In sterbenslangweiligen Orten wie Ab-

Ein bisschen Spa muss sein



Von Kopf bis Fuß: Es gibt fast nichts, was Kosmetiker nicht aufs Gesicht schmieren und drapieren: Etwa kollagenhaltigen Schlamm und Gurkenscheiben gegen Falten.



Torf für die bessere Durchblutung und Blattgold für das dekadente Wohlbefinden. Wem das nicht reicht, der lässt Hornhaut an den Füßen von Fischen wegknabbern



FISCHPEDIKÜRE, VOGELKOTMASKE, ELEFANTENRÜSSELMASSAGE: WELLNESS EXTREM

FROSTIG Im finnischen Hotel „Haikko Manor“ setzen sich Gäste in der Kältekammer Temperaturen von minus 10 Grad aus – bis zu drei Minuten. Immerhin dürfen sie dabei Fellschuhe, Faustlinge und Ohrenschützer tragen. Die Eiseskälte soll gegen Schmerzen und Stress helfen.

FISCHIG Bei der vor allem in Asien beliebten Fischpediküre knabbern Klei-

ne Doktorfische abgestorbene Hautschuppen von den Füßen. Problem: Das Wasser wird selten gewechselt.

DICKHAUTIG In Thailand streichen Elefanten mit ihren Rüsseln über verspannte Rückenmuskulatur. Wer es kräftiger mag, wird mit dem vorsichtig aufgesetzten Elefantenvorderfuß massiert. Ein Trainer passt auf, dass das Tier keine schlechte Laune hat und tritt.

MUTIG Im „Ada Baraks Snake Spa“ in Israel können sich Wagenmutige von Schlangen massieren lassen: Die ungiftigen Tiere schlängeln sich bis zu 20 Minuten über Gesicht und Körper. Soll sich wie kalte Kompressen anfühlen. Wer durchhält, hat sicher seine Schlangenghobie überwinden.

DRECKIG Wer schön sein will, muss leiden: Eine Maske aus getrocknetem

Nachtigallenkot hat in Japan Tradition. Ein Trick der Geistas, um einen makellosen Teint zu erhalten. Wird inzwischen auch in London in „The Healing Rooms“ ab 50 Pfund angeboten.

ZÖNFITIG Im japanischen „Yunessun Spa Resort“ kann man in „Beaújoals Nouveau“ oder Sake baden. Ein zukünftiges Bierbad gibt's im Kellergebäude der Neuzeller Klosterbräuerei. kir

no Terme oder Bad Kudowa residierte man zwischen von Gebrechen Geplagten in einem Sanatorium, ließ sich in Schlammwickeln wickeln, trank übel riechendes, schwefeliges Mineralwasser aus Blechnäpfen und zum Frühstück gab es Haferschleim. Höhepunkt des Tages war ein Spaziergang an der frischen Luft.

Heute ist der Mief verfliegen, man bucht freiwillig Wellness-Urlaub, weil man sich etwas Gutes tun will, egal ob in Boltenhagen oder auf Bali. Und es gibt sie durchaus, die wohltuenden Wellness-Ideen. „Eine Kur ist eine Therapie mit ortsbundenen Kurmitteln, doch Wellness ist die bewusste Entscheidung, etwas gezielt für sein Wohlbefinden zu tun, egal wo“, sagt Lutz Hertel vom Deutschen Wellness-Verband. Als derzeit populäres Beispiel nennt er das erst in den 50er-Jahren in den USA entwickelte Floating, bei dem man in konzentriertem Salzwasser, abgeschottet von Außenreizen, bei 35 Grad Celsius quasi schwebelos an der Wasseroberfläche treibt. Es soll der Tiefenentspannung dienen. Hertel beobachtet auch eine weltweite Entwicklung zum nachhaltigen Wellness-Hotel, sozusagen „grüne Spas mit Vogelgezwitscher und biologisch abbaubaren Badelatschen“.

Gelungene Wellness-Angebote, die diesen Ansprüchen gerecht werden, finden sich weltweit. Etwa im kalifornischen Malibu, in „The Ranch at Live Oak“. Wellness bedeutet hier acht Stunden Fitness täglich, inklusive Muskelaufbautraining, Wassergymnastik, Yoga

Nase und die Ohren an abzustürzen: Frostbrand. No kidding! Also schauen die beste Nichte sowie die beiden besten Neffen der Welt sehnüchelig auf das Thermometer und hoffen, dass ihnen die Hausaufgaben erspart bleiben.

Jeden Winter verbringt mein Bruder etwa eine Woche unter einer fünf Meter hohen, kompakten Schneedecke, die sein Haus dann von allen Seiten umschließt. Wenn ich ihn besorgt anrufe, nennt er mich lachend einen Wärmdücker. Mein Bruder hat in Minnesota ein Waldstück in der Nähe des Lake Superior gekauft, das größten Süßwassersees der Welt. Dort rast er im Winter mit seinem Snowmobil herum und fühlt sich großartig. Wenn er es gemütlich haben will, füllt er einen seiner Bäume, macht ihn zu Kleinholz und stopft es in einen großen Ofen. Mein Bruder ist der Anarchist in der Familie, während man mich wohl eher zu den bürgerlichen Elementen zählen muss. Darum wohnt er dort, und ich wohne in New York.

In der Kolumne „Luftpost aus ...“ berichten unsere Korrespondenten jede

NORWAY POWERED BY NATURE

STAUNEN, WO FJORD NORWEGEN BEGEISTERT

Weck den Norweger in Dir

COLOR LINE BRINGT SIE HIN!

2 Personen + 1 Pkw schon ab € **89,-**

Hirtshals-Kristiansand
Hirtshals-Larvik
Kiel-Oslo*

Bei telefonischer Buchung zzgl. € 15,- Servicegebühr.
colorline.de/fjord *ab € 279,-

FJORD NORWAY

APPLAUS FÜR DIE NATUR
Die Fjorde – spüren Sie Norwegens Herzschlag und sparen Sie mit dem Fjord Pass* bei Aktivitäten, Rundreisen und Hotelübernachtungen. www.fjordnorway.com

VISITNORWAY.COM

LUFTPOST AUS NEW YORK

VON HANNES STEIN

Warmduscher im Schneesturm

Wo ist der verdammte Treibhauseffekt, wenn man ihn mal wirklich braucht? Zurzeit verbringe ich meine Tage wie folgt: aufstehen, Schnee schaufeln. Noch mehr Schnee schaufeln. Nachschauen, ob das Internet funktioniert und der Wetterbericht im Fernsehen kommt – wenn nein, hat der Schneesturm über Nacht einen Mast mit lebenswichtigen Leitungen umgelegt. Während ich leise vor mich

meinsten, Calciummagnesiumacetat zu verstreuen (natürlich streuen wir kein Salz, wir leben ja nicht mehr in der Kalserzeit). Hinterher tauf es ein bisschen, dann friert es ein bisschen, auf diese Weise verwandeln sich die Treppenstufen vor unserem Haus in eine Eisbahn, die ich bewältige, indem ich mich mit beiden behandschuhten Händen am Geländer festklammere.

Wenn ich gerade weder mit Schneeschauflern noch Auf-die-Nase-Fallen beschäftigt bin, fahre ich einkaufen. Schließlich müssen wir den Gefrierschrank im Keller mit Proviant auffüllen. Dass man im Winter einen Gefrierschrank benötigt, gehört zu den Seltsamkeiten des modernen Lebens. Philosophen sagen, glaube ich, „Dialektik“ dazu. Selbstverständlich ist es aber nicht wirklich kalt. Wirklich kalt ist es bei meinem kleinen Bruder, der aus mir schleierhaften Gründen in Minnesota wohnt. Dort haben seine Kinder regelmäßig kalte Füße. Wenn die Temperatur auf 40 Grad unter Null fällt, während der Blizzard, dem kein Gebirge den Weg versperrt, vom Nordpol herunter-