



SLOWENIEN

TRAUMLAND FÜR WELLNESS- LIEBHABER & GENIESSER

TEXT & PHOTOS / URSULA BURGHERR



Slowenien/ Slowenien wurde von Mutter Natur besonders reich beschenkt. Die vielfältige grüne Landschaft ist grösstenteils mit Wäldern bedeckt, auf der Sonnenseite der Hügel wächst der Wein. Am Morgen in den Alpen Ski fahren, am Nachmittag in der blauen Adria baden – in Slowenien ist das möglich.

Fragt man nach Slowenien, fällt den meisten vermutlich der Ski Weltcup in Kranjska Gora ein. Das kleine Land an der Adria hat jedoch viel mehr zu bieten: malerische Dörfer, die von einzigartigen Naturschönheiten umgeben sind; und über 200 Thermalquellen mit einem schier unschlagbaren Angebot an Wellnessmöglichkeiten.

DER AUGENBLICK IST BEINAHE UNWIRKLICH SCHÖN.

Die Schreiberin liegt, eingerieben in entschlackenden Salzschlamm, auf der schlicht-eleganten Holzterrasse des Thalasso Spa Lepa Vida im slowenischen Sečovlje. Der Blick schweift frei über türkisblaue Meeresschwimmbäder und bleibt in der Ferne hängen, wo sich weisse Salzhügel im Wasser der unzähligen Salzbecken spiegeln. Am Himmel ziehen Möwen ihre Bahn. Die Luft ist klar und würzig. Der Alltag rückt in weite Ferne. Körper und Geist sind völlig ent-

→



Auf einem Hügel über der Stadtmitte von Ljubljana thront die Burg, eine der Hauptsehenswürdigkeiten in der Kapitale Sloweniens. Berühmt sind auch die fünf Brücken, die über den Fluss Ljubljanica führen.





Links: Ljubljana mit seiner prächtigen Altstadt gilt als die verborgene Perle Europas. Mitte: Salzabbau in den Salinen von Sečovlje, in denen sich zudem ein traumhaftes Openair-Spa befindet. Rechts: Das Relais & Châteaux-Hotel Grad befindet sich auf einer kleinen Insel inmitten des Flusses Krka.

→ spannt. Die mehrere hundert Quadratmeter grosse Freilicht-Wellness-Anlage wurde erst kürzlich aus lauter Naturmaterialien gebaut. Sie befindet sich inmitten der einzigartigen Salinen von Sečovlje, einem sechs Hektar grossen Landschaftspark, in dessen nördlichem Teil immer noch Salz gewonnen wird. Die Produkte, die in der Thalassotherapie Anwendung finden, stammen alle aus der unmittelbaren Umgebung.

Slowenien ist für viele Reisende immer noch ein schwarzer Fleck auf der Landkarte. Dabei besitzt das kleine Land an der Adria eine Fülle an kulturellen Perlen und Naturschätzen. Über 200 Quellen liefern bestes Thermalwasser, 14 davon sind als Heilquellen zertifiziert. Wo man schon seit Hunderten von Jahren seine Gesundheit pflegt, befinden sich heute moderne Wellnesszentren mit überraschend ausgefeilten Angeboten.

Aber das ist längst nicht alles. Von einem schmalen Streifen Adriaküste bis zu den schneebedeckten Bergen in Norden will eine abwechslungsreiche Flora und Fauna entdeckt werden. Sei dies die Unberührtheit des Nationalparks Triglav oder die wilde Karstlandschaft mit der weltberühmten Grotte von Postojna, der zweitgrössten Höhle Europas.

DIE STRÄNDE UND HOTELS sind nicht überfüllt, die Preise für Schweizer Verhältnisse moderat. Gemütliche Landbeizen oder Sternerestaurants servieren lukullische Gerichte von seltener Vielfalt. In Slowenien lässt sich von echtem, noch nach alten Traditionen zubereitetem Apfelstrudel über deftige ungarische Hausmannskost bis zu mediterranen Spezialitäten alles finden, was das Herz eines Geniessers begehrt. Pittoreske Städtchen wie Izola oder Koper verströmen italienischen Charme. Die Hauptstadt Ljubljana im Herzen des Landes erinnert eher hingegen an die österreichische K&K-Monarchie. In der liebevoll restaurierten Altstadt vereinen sich verschiedene Einflüsse von Barock bis Jugendstil. Die «verborgene Perle Europas»

lässt sich gut zu Fuss erkunden. Unzählige Cafés am Ufer des Ljubljanica laden zum Verweilen und Kennenlernen der Einheimischen ein. Im Sommer finden an zahlreichen Plätzen Konzerte statt. Die Lebensfreude ist überall spürbar. Ein besonders eindrückliches Panorama bietet sich von der Burg, die über der Stadt thront. Gerade in Ljubljana ist die Aufbruchstimmung, die das Land vor einigen Jahren erfasst hat, besonders intensiv zu spüren.

MORGENS SKIFAHREN IN KRANJSKA GORA, wo der Ski Weltcup ausgetragen wird, und abends am Strand den Tag ausklingen lassen? In Slowenien kein Problem, knapp zwei Fahrstunden liegen dazwischen.

Portorož in der Gemeinde Piran lädt zum entspannten Bummeln an der Strandpromenade ein. Seitdem das vornehme Kempinski Palace vor Ort restauriert und wiedereröffnet wurde, boomt das Städtchen an der Adria und bietet nun eines der umfangreichsten Thermal-, Gesundheits- und Wellnessangebote Europas. Das war nicht immer so. Aber seit Slowenien 1991 unabhängig wurde, lernen die Menschen, sich auf die Werte zu besinnen, die ihnen das Land bietet.



Bled gehört zu den beliebtesten Ausflugszielen Sloweniens. Eines der Wahrzeichen ist die mittelalterliche Burg, die über dem Bleder See thront.

GEHEIMTIPP

BLED: Eine besonders idyllische Seite zeigt Bled mit seiner imposanten Burg und einer Marienkapelle auf einer entzückenden kleinen Insel mitten im See, zu der Besucher mit traditionellen Holzbooten gerudert werden. Der Schweizer Naturheilkundler Arnold Riklin erkannte bereits 1855 die günstige Gebirgslage und das gesunde Klima, 1895 entstanden die ersten Kureinrichtungen. Bis heute versprechen Riklins Kurpläne Linderung bei Rheuma, Migräne oder Schlafstörungen. Das bekannteste Gebäude vor Ort ist das Fünfsternehaus Grandhotel Toplice mit luxuriösem Thermalbad im römischen Stil. Wer naturverbundener nächtigen will, geht zum Glamping im weitläufigen Garden Village nahe Bled. Die Gäste residieren in Baumhäusern oder Zelten mit Bad. Das Essen wird ausschliesslich mit Produkten aus dem haus-eigenen Garten zubereitet. Besonders edel geht es auf der kleinen Insel im Fluss Krka zu. Das Schlosshotel Grad verfügt über lediglich 35 Betten, dazu kommen die hauseigene exklusive Haubenküche, schöne Golfplätze und ein ausgedehntes Netz an Wander- und Velowegen. Wen wundert's, dass dieses Juwel zu den Relais & Châteaux-Members gehört und besonders bei Hochzeitspaaren aus der ganzen Welt beliebt ist. Es gibt kaum eine romantischere Umgebung für das grosse Fest, dass ewig in Erinnerung bleiben soll.

SPONSOR

Die Reise wurde unterstützt vom Slovenian Tourist Board. Flüge nach Slowenien gibt's u.a. auf www.adria.si. Weitere Infos zu Slowenien auf www.slovenia.info/de



Ob Baden in einer der über 80 Thermalquellen, Glamping im komfortabel eingerichteten Baumhaus oder Thalasso-Therapie im Open-Air-Spa: Slowenien verfügt über eine Fülle von natürlichen Ressourcen und erstklassigen Wellness-Angeboten.