

Entspannung für die gestresste Seele

Viele Reiseveranstalter haben Kurse in ihrem Programm, die in einem angenehmen Ambiente zu innerer Ruhe führen sollen

■ VON MARTHE SCHELLENBERG

Immer mehr Menschen machen sich auf die Suche nach dem Sinn des Lebens – und werden im Urlaub fündig! Hier eine Auswahl von Ausflügen in die spirituelle Welt – ins Kloster oder ins Luxushotel, unter Palmen und an fremde Strände.

■ Entdecke den Heiler in dir

Ein Leben im Einklang mit den kosmischen Kräften – das kann man im romantischen 5-Sterne-Hotel Klosterbräu in Seefeld lernen. Wenn Geld und Karriere nicht mehr alles sind und die Suche nach Spiritualität dringender wird, kann man bei diesem Wochenendseminar sogar den Heiler in sich selbst entdecken. Auf dieser überraschenden Reise begleitet einen die bekannte Münchner Astrologin Sonja Schön. Sie führt in die Welt der Astrologie ein und beleuchtet dabei ganz besonders die Rolle von Neptun, dem Planeten der Erleuchtung. Neben täglichen Astrologieeinheiten erstellt sie auch für jeden Teilnehmer ein individuelles Horoskop. Und es bleibt sogar Zeit fürs sinnliche Vergnügen: gemeinsames Essen mit Sonja Schön und den Kursteilnehmern, Wellnessbehandlungen und Spaziergänge in der herrlichen Natur (Vom 18. bis 20. März, 569 Euro inkl. Übernachtung, Gourmetessen, Seminareinheiten und einer individuellen Horoskopberatung, www.klosterbraeu.com)

■ Meditation unter Wasser

Weit weg von allem: Das Song Saa Privat Island Resort erstreckt sich über zwei Inseln im kambodschanischen Koh Rong Archipel. Dort führt der Weg zur inneren Balance ins Meer: bei einer Unterwasser-Meditation. Sie gehört zum „Revive“-Programm, das sich an alle diejenigen richtet, die sich an einem Wendepunkt ihres Lebens befinden. Neben regenerierenden Spa-Behandlungen wie zum Beispiel einer traditionellen Khmer-Packung segnen buddhistische Mönche die Gäste in einem einheimischen Tempel. Außerdem gehören Yoga- und weitere Meditationseinheiten zum spirituellen Balanceprogramm (Buchbar vom 1. Mai bis 31. Oktober,



Wohlfühlgefühl: Durch gezielte Übungen gelangen die Teilnehmer auch zu einer inneren Entspannung

5 oder 7 Nächte, für 2 Personen im DZ ab 6360 Euro, www.songsaa.com)

■ Die Ruhe in der Bewegung

Den Morgen in Stille beginnen – bei einer Meditation und weitem Blick übers Meer. Es folgen fließende Qi Gong-Bewegungen mit „8 Übungen der Harmonie“ und Atemübungen aus einer Shao Lin-Form. So gestärkt lässt sich tagsüber Sardinien entdecken: romantische Buchten mit kristallklarem Wasser, traditionelle Dörfer und stille Wanderwege durch die Berge. Erst am Abend geht das Programm mit Hatha Yoga und buddhistischer Meditation weiter (Yoga, Qi Gong und Meditation im Hotel Galanias – von 21. bis 28. Mai, 1050 Euro, www.neuwege.com).

■ Der Weg ist das Ziel

Meditation hat viele Gesichter. Eins sieht aus wie Pfeil und Bogen, mit

denen man intuitiv verschmilzt. Buddhistische Zen-Mönche nutzen schon immer das Bogenschießen auf ihrem Weg der Erkenntnis. Für Europäer gibt es die abendliche Variante („Bogenschießen der abendliche Weg“), vom 14. bis 20. Mai, in der Benediktinerabtei zu Niederaltaich im Bayerischen Wald, 799 Euro, www.skr.de).

■ Yoga ahoi!

Aufwachen in einer Traumbucht, der erste Sprung ins türkisblaue Wasser, danach der Sonnengruß an Deck. So beginnt der Tag bei Yoga Cruise. Eine Woche dauern die Trips entlang der lykischen Küste im Süden der Türkei an Bord eines Dreimasters, der mit einem Yagadeck ausgestattet ist. Zwei Yogaeinheiten pro Tag, Ausflüge in traditionelle Fischerdörfer und antiken Städte, dazu viel Freizeit und traditionelle türkische Mahlzeiten machen die Ferienwoche zu einem Erlebnis (mehrere Termine von Mai bis Oktober ab 980 Euro, www.yogacruise.net).

■ Auf buddhistischen Pfaden

Das Bewusstsein bestimmt das Leben – wer sich auf den Weg macht, die Bedeutung dieses Sprichwortes zu begreifen, findet sich plötzlich auf 3000 Meter Höhe wieder: Pilgern in Bhutan, dem Land des friedvollen Drachens, wie die Bewohner ihr Land nennen, kann zu einem tiefen spirituellen Erlebnis werden. Meditation in klösterlicher Stille, faszinierende Wanderungen durch den Himalaya, Privataudielenzen mit angesehenen Lamas, Einweisungen in die Ge-

heimnisse des Buddhismus – das alles wird von einem echten Bhutan- und Buddhismusexperten begleitet („Die große Bhutan-Durchquerung“ – unterwegs im Königreich des Glücks“, z. B. vom 17. September bis zum 1. Oktober, ab 5390 Euro, www.neuwege.com).

Hoteliere haften grundsätzlich bei Diebstahl

Wer selbst ein Hotelzimmer bucht und dort bestohlen wird, hat gute Chancen, vom Hotelier Schadenersatz zu erhalten. Reiseexperte Ernst Führich: „In Europa trägt für solche Diebstähle der Hotelier grundsätzlich die Haftung“ – die sogenannte Gastwirtschaftung. Hinzu kommt die „Für Diebstähle übernimmt das Hotel keine Haftung“ haben nach Überzeugung des Experten „gar keinen Wert“, da sie klaren gesetzlichen Regelungen widersprechen. Sind Kamera oder Laptop verschwunden, so gelten laut Führich Höchstgrenzen bei der Entschädigung von 3000 Euro, bei Geld oder Schmuck liege diese bei 800 Euro. Der Hotelier hafte jedoch nicht voll, wenn der Gast zum Beispiel einen funktionierenden Zimmersafe nicht nutzt oder Zimmer- oder Balkontür nicht verschließt. Der Urlauber trage dann ein Mitverschulden, der Schadensbetrag könne „anteilig gekürzt“ werden. Zudem gilt: Werden Gegenstände aus dem Auto entwendet, das in der Hotelletztgarage steht, haftet der Hotelier nicht. Übergibt der Gast dem Hotelier allerdings Wertgegenstände „zur Aufbewahrung“ im Hotelsafe, haftet der Hotelier bei Verlust – und zwar ohne Obergrenzen.

Wurde im Rahmen einer Pauschalreise das Hotelzimmer beim Reiseveranstalter gebucht, ist dieser im Schadensfall Ansprechpartner. Führich: „Die Gastwirtschaftung greift dann nicht.“ Veranstalter müssen nur in Ausnahmefällen haften. Denn hat der Reiseveranstalter „alle erforderlichen Sicherheitsmaßnahmen durchgeführt“, so haftet er nicht für Zimmerdiebstähle. Beispielhaft erklärte hierzu das Landgericht Duisburg: Solche Diebstähle seien „kein Reismangel“, sondern gehörten zum „allgemeinen Lebensrisiko“, sprich: Man hat einfach Pech gehabt. Der Veranstalter, erklärt das Gericht, schulde seinen Gästen auch keine „besonderen Sicherheitsvorkehrungen“ für die Zimmertüren. Die Unterkunft braucht demnach lediglich „dem landesüblichen Standard“ entsprechen (Az. 12 S 23/05). **WOG**



Selbst der Springbrunnen im Hof des Klosters St. Mauritius in Niederaltaich ist kaum zu hören. Klöster sind durch ihre Atmosphäre der Ruhe und Spiritualität für viele Menschen sehr attraktiv

Kochel sehen wie Franz Marc

Farbenfrohe Motive des Malers, der vor 100 Jahren bei Verdun starb

■ VON BERND F. MEIER

Der Kunstspaziergang auf der Spur eines der bedeutendsten deutschen Maler beginnt gleich gegenüber dem wenig markanten Kocheler Bahnhof. Zehn Stationen hat der Weg, der Franz Marc nachspürt, dem großen Expressionisten. Die Route soll Leben und Werk des Künstlers erlebbar machen, verspricht Silke Lühr. Sie ist Malerin und begleitet die Besuchergruppe an diesem Tag durch die beschauliche Gemeinde im Tölzer Land in Oberbayern.

Es war im Sommer 1906, als Franz Marc das bedeutende Motiv „Zwei Frauen am Berg“ schuf. In sommerlicher Heiterkeit zeigt es Marie Schürer, die erste Ehefrau des Künstlers, und im Gras liegend Maria Franck, seine zweite Frau. Das Gemälde entstand am Aussichtspunkt Kollheite, zu dem die Spaziergänger mit Silke Lühr hinaufstapfen. Steil ist der Anstieg entlang der Weiden, doch die Aussicht entschädigt für alle Mühen. Weit schweift der Blick über Kochel, den See und die stille Riedlandschaft. Ein besonderer Ort. „Die Kollheite war für Franz Marc und die anderen Maler aus München einer der Kraftorte im Voralpenland“,

berichtet Lühr. Von München aus reiten die Künstler des Blauen Reiters auf Motivsuche immer wieder hierhin. Sie waren fasziniert von den Seen, den Bergen und vom Spiel der klaren Farben. Das Licht zeichnet die Linien der Berge hier besonders deutlich, ob im Sommer oder in der eisigen Winterluft.

Auf dem Kunstgrundgang in Kochel steuert Lühr auch das Fischervertel an, wo Marc das Motiv für das Bild „Plattende Wäsche“ sah. Lühr zeigt eine Mappe mit dem Kunstdruck des Motivs. Im Sommerhalbjahr zwischen Mai und September ist Silke Lühr mit bis zu 15 Personen in der Gruppe unterwegs.



Winterlicher Kochelsee: Die Voralpenlandschaft inspirierte schon viele Künstler

„Franz Marc ist mir im Laufe der Zeit ans Herz gewachsen“, sagt die gebürtige Köhlerin, die in Murnau ihr Atelier hat und als Kunstpädagogin arbeitet.

Wer die Motive Marc lieber allein entdecken will, kann dies mithilfe des Faltblatts „Franz Marc entdecken“ der Tourisinformation Kochel. Schautafeln an den Stationen erklären die Motive und ordnen sie zeitlich ein. „Schöne Aussichten – Auf den Spuren des Blauen Reiters“ heißt eine Broschüre, die zu 14 Schauplätzen rund um Kochel führt.

Die Rundgänge sind die beste Voraussetzung für den Besuch des kleinen Franz-Marc-Museums am Ortsrand von Kochel. „Wer die Landschaft erlebt, in der Marc seine Hauptwerke geschaffen hat, bekommt einen viel besseren Zugang zu den Bildern des Künstlers in unserem Museum“, sagt die Leiterin Cathrin Klingsühr-Leroy. Seit 2008 glänzt das Ausstellungshaus auf einer Bergkuppe oberhalb des Kochelsees durch einen architektonisch gelungenen Neubau. Rund 2000 Werke umfasst die Sammlung des Hauses. 100 Jahre nach Marcs Tod kommen noch einmal drei Hauptwerke hinzu.

➤ Weitere Infos auf der ITB in Halle 6.2.

Metropolen Europas

Schiffsreisen mit dem neuen Flaggschiff AIDAprima
4 Termine zwischen August und Oktober 2016



Das neueste Schiff der AIDA Flotte – zu sensationellen Preisen!
Super Verandakabine-Special: p.P. schon ab 899,- €



Willkommen an Bord des neuen Flaggschiffs der AIDA Flotte: AIDAprima! An Bord haben Sie so viele Möglichkeiten wie nie zuvor, Ihren Lieblingserlebnis zu gestalten. Von neuen Restaurantkonzept mit noch größerer Auswahl über das luxuriöse Organic Spa bis hin zum weltbesten Entertainment – AIDAprima setzt neue Maßstäbe. Das gilt auch für die traumhaften Kabinenvarianten mit großzügiger Veranda. Hier werden Ihre Wünsche wahr! Ganz nebenbei erkunden Sie die schönsten Metropolen Nordeuropas... komfortabler kann eine Städtereise kaum sein. Willkommen an Bord!



Das ist alles inklusive:

- Kreuzfahrt mit AIDAprima in einer Verandakabine
- Gepäckbeförderung an und von Bord
- Volle Verpflegung an Bord in den Buffet-Restaurants an Bord
- Tischwein, Bier und Softdrinks zu den Hauptmahlzeiten in den Buffet-Restaurants an Bord
- Trinkgelder an Bord
- Nutzung der meisten Bordeinrichtungen
- Entertainment der Spitzenklasse, z.B. spektakuläre Showprogramme an Bord
- Deutsch sprechende Bordreisleitung

Reisepreise p.P. in Euro:

2-Berterkabinen	27.08.-03.09.	24.09.-01.10.	08.10.-15.10.
Veranda*	999,-	899,-	949,-
Veranda	1.029,-	929,-	979,-
Veranda	1.049,-	949,-	999,-

Einzelkabinen ab € 1.579,- auf Anfrage buchbar. Es handelt sich um AIDA VARIO Preise bei 2er-Belastung. *Inklusive Kontingent.
Zusätzlich buchbare Bahnfahrt nach/aus von Hamburg:
Preise in Euro/p.P./Strecke: 2. Klasse 1. Klasse
bis 400 km 24,- 60,-
BahnCard-Preise auf Anfrage.



Ihre Experten in Berlin:
Natascha Vesika-Fraenkel
Timo Führt
Karola Gühne
SeeReiseBüro
Meer erleben. Mehr Urlaub.

Nürnbergers Straße 49 · 10789 Berlin
Telefon 030 21 91 56 15
berlin@hansereisen.de
www.seereisebuero.de
Montag bis Freitag 9-18 Uhr
Das sind wir: Hansel Reisen GmbH ·
Langenstraße 16 · 28195 Bremen