

REISELUST REISELUST

ÖSTERREICHS GRÖSSTES REISE-MAGAZIN. JEDE WOCHE NEU.



SCHÖNE THAI-INSEL

So paradiesisch ist Koh Samui



RIJEKA UND GALWAY

Europas Kulturhauptstädte 2020



SCHÖNES STUBAITAL

Tirols Wintertraum im großen Check



Die 10 besten Urlaubs-Ziele 2020

Reise-Musts von Bhutan bis Aruba



INES RIEGLER
Redakteurin von
REISELUST

JAHRESWECHSEL

Einen guten Rutsch!

Wie verbringen Sie heuer Silvester? Immerhin sind es nur noch wenige Stunden bis zum **Jahreswechsel**, zumindest laut unserer Zeitrechnung. Das chinesische Neujahrsfest beginnt schließlich erst Ende Jänner. Hierzulande wird Silvester ja bekanntlich am **31. Dezember** gefeiert, vorzugsweise mit Sekt und Feuerwerken. Auf Letztere könnte ich persönlich allerdings auch verzichten. Aus der Ferne sind die explodierenden Feuerwerkskörper ja hübsch anzusehen. Aus der Nähe allerdings brauche ich mehr als **ein gutes Glas Sekt**, damit ich mich nicht so fürchte. Ich verbringe die letzte Feier des Jahres daher meistens lieber zu Hause zusammen mit Freunden und Familie. Man lässt gemeinsam das Jahr Revue passieren, stellt Prognosen für das kommende und freut sich auf eine hoffentlich noch bessere Zukunft. Man stellt das Radio an, ruft gemeinsam den Countdown und wünscht sich **einen guten Rutsch**. Ganz traditionell darf natürlich auch der Donauwalzer nicht fehlen, zu dem man mehr schlecht als recht das Tanzbein schwingt. **Einen Knall** gibt es dann aber doch noch, bei dem ich immer wieder zusammensucke. Und zwar dann, wenn sich der Korken aus der Sektflasche löst...

@ **INES RIEGLER**
i.riegler@oe24.at

INHALT

REISELUST Nr. 52



34

FLUSSKREUZFAHRTEN.
Cruises in Frankreich.



40

RIJEKA & GALWAY.
Europäische Kulturhauptstädte im Check.



16

KOH SAMUI.
So schön ist die zweitgrößte Thai-Insel.

TRAUM Ziele

- 7 Das sind die Traumziele der Woche**
Angebote aus Thailand, Mexiko und den Malediven
- 8 Von Bhutan bis Uruguay**
Das sind die besten Länder 2020
- 16 Paradiesische Thai-Insel**
Koh Samui im großen Check
- 22 Die besten Tipps vom Reise-Insider**
Neue Abenteuer aus der ganzen Welt

SONNEN Ziele

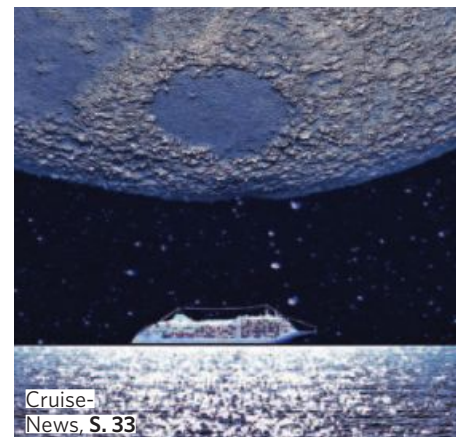
- 23 Im Überblick: Ihre Reise in die Sonne**
Neues aus Spanien und Griechenland
- 24 Schöne Ferienhäuser mit eigenem Pool**
Die besten Angebote von Kroatien bis Spanien
- 32 Der Urlaubsplaner für Ihre nächste Reise**
Alles Wissenswerte rund ums Wegfahren

CRUISE Ziele

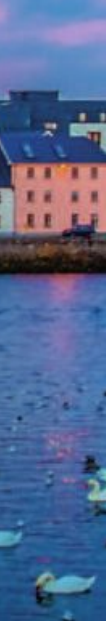
- 33 Die schönsten Cruise-Ziele der Woche**
Alle Neuigkeiten aus der Kreuzfahrtbranche
- 34 Cruisen wie Gott in Frankreich**
Die schönsten Flusskreuzfahrten der Grande Nation
- 38 Ihr Airline-Guide: Infos vom Flughafen**
Flugpläne, Destinationen & Neues vom Flughafen



Austro-Hotellerie-
News, S. 47



Cruise-
News, S. 33



8 BUCKET LIST.
Das sind die besten Länder für 2020.



JULIA STUBBÖCK
PR und Marketing Manager, LMG Management GmbH

MADEIRA

Zwei Erlebnisse in einer Tour

Zwei komplett verschiedene Landschaften auf einer Reise genießen? Auf Madeira leicht gemacht, denn die Blumeninsel im Atlantik überrascht mit seiner noch relativ unbekanntem **Nachbarinsel Porto Santo**. Diese unterscheidet sich in einem Punkt ganz deutlich von der großen Schwester – ihrem neun Kilometer langen, **goldenen Sandstrand**. Während Madeira also vor allem mit ausgedehnten Wanderungen durch das üppige Grün lockt, können die Besucher auf Porto Santo ganz entspannte Stunden am Meer genießen. So hat sich einst nicht nur Christoph Kolumbus in die Insel verliebt, sondern heutzutage auch immer mehr Besucher, die ihren **Urlaub auf Madeira** mit einem Abstecher auf die Schwesterninsel Porto Santo kombinieren.

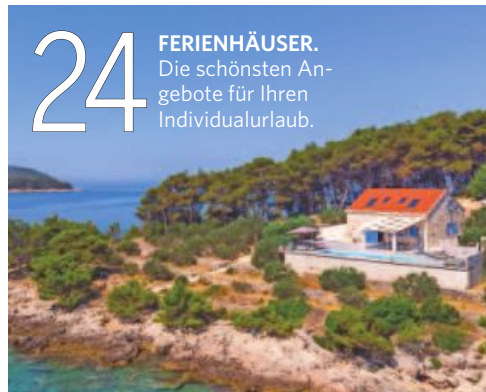
@ **MEHR INFOS:**
madeiraallyear.com



59 WELLNESS-NEWS. Neue Angebote für den Relax-Urlaub.



24 FERIEHÄUSER. Die schönsten Angebote für Ihren Individualurlaub.



STÄDTE Ziele

- 39 Im Kurzporträt: Die besten Städtetrips**
Neuigkeiten aus Stavanger, London und Rimini
- 40 Europäische Kulturhauptstädte 2020**
Die kulturellen Highlights in Rijeka und Galway
- 46 Hotel-Guide: Neues aus der Branche**
Aktuelle Angebote und Neueröffnungen

AUSTRIA Ziele

- 47 Reiseziel Österreich: Die besten Angebote**
Neuigkeiten aus den heimischen Hotels
- 48 Stubaital: Das Hochtal der Superlative**
Angebote auf und abseits der Piste
- 56 Österreich-Guide: News aus der Heimat**
Veranstaltungen & Events in allen Bundesländern

WELLNESS Ziele

- 59 Die Wellness-Ziele der Woche**
Wo Sie jetzt am besten entspannen können
- 60 Österreichs beste Wellnesshotels**
Die schönsten Relax-Oasen in der Heimat
- 66 Die Urlaubsgrüße der Woche**
Meinungen und Urlaubsfotos unserer LeserInnen



Winterzauber im Stubaital, S. 48



Best of Austria-Wellnesshotels, S. 60



LAEM SET BEACH.
76 Zimmer sind in
tropischer Vegeta-
tion über das ganze
Resort verteilt.

INSELTRAUM. In den 70ern noch Aussteiger-Paradies, heute bekannt für Massentourismus und Full-Moon-Partys: Koh Samui im Golf von Thailand. Im Kamalaya Resort hingegen weht ein ruhiger Wind. Wer hier herkommt, möchte zu sich finden und an sich arbeiten.



Koh Samui

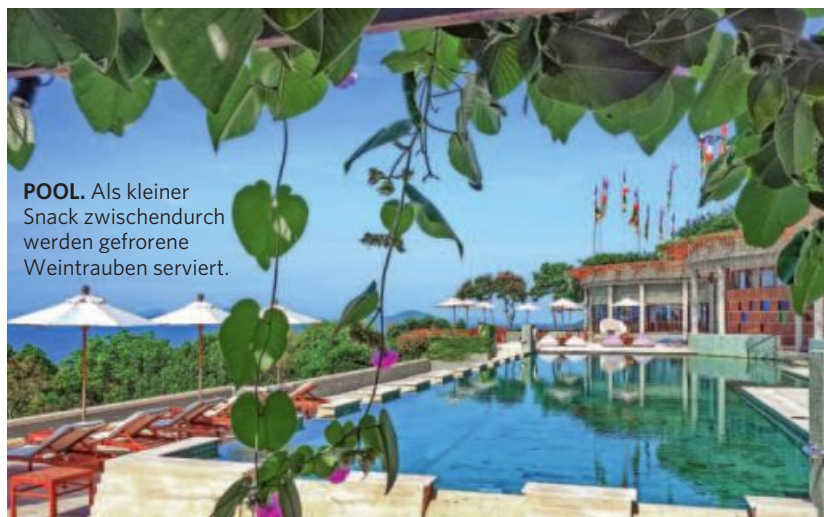
Reise ins Reich des Lotus

TRAUM-ZIELE

RUHE & AUSBLICK.
Ankommen, abschalten und sich wohlfühlen – im Kamalaya auf Koh Samui kein Problem.



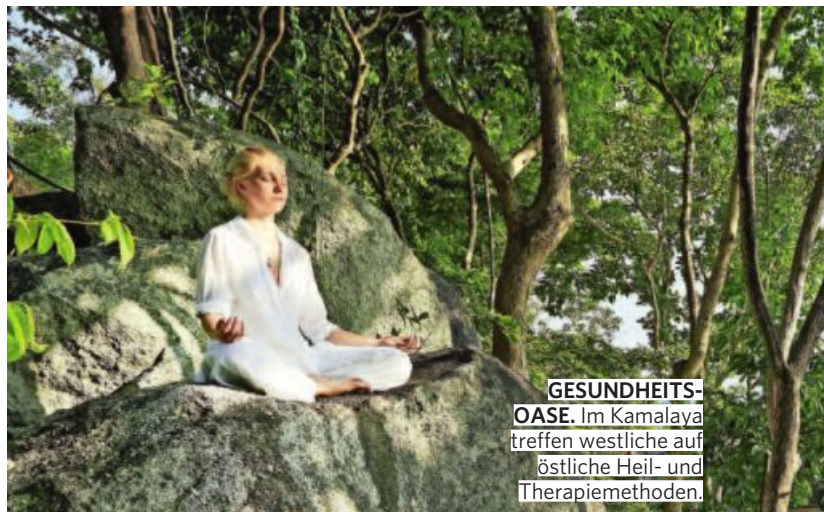
SUITE MIT MEERBLICK.
Die harmonische und stilvolle Einrichtung macht auch das Zimmer zum Refugium.



POOL. Als kleiner Snack zwischendurch werden gefrorene Weintrauben serviert.



MASSAGE. Die traditionelle chinesische Bauchmassage Chi Nei Tsang wirkt tiefenentspannend.



GESUNDHEITS-OASE. Im Kamalaya treffen westliche auf östliche Heil- und Therapiemethoden.

FEEL LIFE'S POTENTIAL. Das Motto im Wellnessparadies, welches bereits mehrfach ausgezeichnet worden ist.



Auf der Suche nach mehr Achtsamkeit

Das Kamalaya Resort ist eine Mischung aus luxuriösem Wellnesshotel und Ashram. Ein simpler Urlaub wird im Nu zum Gesamterneuerungsprogramm.

Aufwachen, aufwachen!“, flüstert eine zurückhaltende Stimme mit thailändischem Akzent. Anyas Hand streicht sanft über meinen Arm. „Aufwachen“, wiederholt die Thailänderin leise. Eingehüllt in ein Baumwolltuch finde ich mich auf einer Massageliege wieder. Die schläfrigen Augen noch geschlossen spüre ich meinen schweren müden Körper. Ich höre, wie der Regen auf das Dach des offenen Behandlungsraums trommelt. Die schützenden Regenplanen an den Fenstern wehen dazu im Wind. Allzu viel weiß ich von der 90-minütigen Vitalmassage nicht mehr. Entspannend war sie, denke ich. Und so beruhigend, dass ich am helllichten Tag eingeschlafen bin. Ich lausche den Regentropfen, spüre meine müden Glieder. Ein Gefühl, das ich schon lange nicht mehr hatte.

Von diesem bewussten Denken und Fühlen war ich weit entfernt, als ich im Kamalaya auf Koh Samui ankam. Weit entfernt von mir selbst, immer damit beschäftigt, mich von Aufgabe zu Aufgabe, von Termin zu Termin zu hangeln, ohne Achtsamkeit für mich oder das Leben. Dem wollte ich ein Ende setzen, meine Prioritätenlisten überdenken, Geist und Körper wieder bewusst wahrnehmen. Klingt esoterisch? Fühlt sich aber gut an.

Kontrastprogramm zur Außenwelt. In den 70er-Jahren galt Koh Samui noch als Geheimtipp für Hippies und Aussteiger, doch mit Eröffnung des Flughafens im Jahr 1989 haben sich Pauschal- und Massentourismus auch hier breitgemacht. Spätestens seitdem die Insel 2004 vom Tsunami verschont geblieben ist, wimmelt es nur so von Touristen, die auf der Suche nach Sonne, Strand und Party sind. Besonders an den touristischen Hotspots Chaweng Beach und Fisherman's Village reihen sich Garküchen an Restaurants mit europäischer Küche, Bars und Souvenirläden.



BUCHTIPP:
Marco Polo Reiseführer „Koh Samui & Koh Phangan“. MairDumont Verlag, 13 Euro.

Ein absolutes Kontrastprogramm bietet das an der Südküste gelegene Kamalaya, ein ganzheitliches Healingresort, das auf die Natur als kraftpendendes Element und ein empathisches Verständnis für das Individuum setzt. In der Tat handelt es sich um einen ganz besonderen Ort, an dem der Kanadier John Stewart und seine Frau Karina 2005 ihr Wellnessrefugium eröffneten. 76 Villen, Suiten und Zimmer sind inzwischen in die tropische Vegetation am steilen Hang verteilt, der mit Blick über den Golf von Thailand zum Leam Set Beach ausläuft. Herzstück des weitläufigen Geländes ist eine kleine Höhle, in deren Stille sich einst buddhistische Mönche zum Meditieren zurückzogen. Für die Stewarts war die Felsgrotte genau der Kraftort, den sie gesucht hatten, um ihre Vision einer holistischen Gesundheitsoase, die westliche und östliche Heilmethoden kombiniert, zu realisieren.

Eine Reise ins Ich. Getreu dem Motto „Feel Life's Potential“ checken im Kamalaya mehrheitlich Gäste ein, die ihr Leben als Sackgasse empfinden und etwas verändern wollen. Sie kommen, um begleitet von Heilpraktikern, Ärzten, Life Coaches, indischen Ayurveda-Gelehrten, thailändischen Masseurinnen und aufmerksamen Angestellten ihr Leben neu zu ordnen, zu entgiften, abzunehmen, Kraft zu tanken oder einfach innere Ruhe zu finden. Statt zum Badestrand schreiten sie in Sari-Tüchern oder Bademänteln von Anwendung zu Anwendung: Massagen, Reiki, Chi Nei Tsang, Akupunktur, dazu Meditation, Pilates und Yoga. Stets mit dem Ziel, eine tiefere Verbindung zu sich selbst aufzubauen: „Reconnecting“ ist ein viel gehörtes und gesehenes Wort – sei es in Gesprächen, als gelebtes Mantra bei Meditation und Pranayama oder als Titel auf zahlreichen Broschüren.





SONNENGRUSS. Mit Yoga, Meditation und Qigong gesund in den Tag starten und die innere Balance wiederfinden.

ENTSPANNUNG PUR. Massagen, Reiki, Akupunktur und Co. sind Teil der holistischen Wellnessprogramme.



Im Kamalaya ist Urlaub nicht nur Erholung, sondern auch Arbeit an sich selbst. Aber fest steht: Niemand geht ohne neue Ideen, Einsichten oder Pläne.

Sich zurückzubedenken und zu leben, anstatt nur zu funktionieren, war auch das Ziel von Leila Abachi, als sie ihren Job in England aufgab und als Heilpraktikerin im Kamalaya anfang. Die Britin wollte den stressigen Alltag hinter sich lassen, gesünder leben und zu sich selbst finden. Seitdem sie den Kamalaya-Gästen dabei hilft, sich mehr auf Geist und Körper zu besinnen, ist sie selbst glücklicher, verrät sie mir bei unserer ersten Sitzung. Der anfängliche Check-up mit bioelektrischer Impedanzanalyse und Gesundheitsberatung ist ein wichtiger Bestandteil der Kamalaya-Programme, die anhand der Ergebnisse individuell auf die persönlichen Bedürfnisse angepasst werden. Viel reden muss ich bei meinem Gesundheitscheck nicht. Leila weiß, welche Fragen sie stellen muss, um meine Laster und Probleme aufzudecken. Sie spürt meine Anspannung, sieht meine nervösen Blicke – und hat mich schon durchschaut. Leila merkt sofort, dass auch ich eine dieser Stressgeplagten bin, für die Entspannung ein Fremdwort ist, die ihre Bedürfnisse kleinredet, ignoriert und sich einbildet, es ginge nicht anders.

Digitale Entgiftung. Nach nur 15 Minuten verkündet mir Leila, eine völlig Fremde wohlgerichtet, woran ich in den kommenden Tagen arbeiten soll: Zur Ruhe kommen, mit einem gesunden Frühstück in den Tag starten (statt zwei Tassen Kaffee!), mein Stressproblem ergründen und Lösungen für den Alltag finden. Leichter gesagt als getan, wenn man es nicht gewohnt ist, mit seinen Gedanken allein zu sein – und gleichzeitig digitale Entgiftung an der Tagesordnung ist. Denn jeder Gast ist dazu angehalten, das Handy im Zimmer zu lassen. Nur dort darf telefo-

niert werden. Fernseher gibt es gar nicht. Wer nicht auf Internet verzichten kann, bekommt pro Woche eine Stunde WLAN geschenkt. Zusätzliches Datenvolumen kostet.

Erstaunlicherweise nehmen zahlreiche Gäste den digitalen Entzug ernst. Bei den Mahlzeiten führt das zu einem äußerst ungewöhnlichen Bild: Menschen, die einfach nur essen und dabei stillschweigend die Aussicht genießen, mit ihrem Gegenüber den Tag rekapitulieren, ein Buch lesen oder ihre Gedanken aufschreiben. Viele führen eine Art Tagebuch als Teil des „An-sich-Arbeitens“, machen sich Notizen zu Therapiesitzungen und Gesprächen mit Mentoren.

Erholung und Arbeit. Im Kamalaya lebt es sich nach dem Motto „Alles kann, aber nichts muss“. Jeder bestimmt selbst, wie sehr er sich auf die angebotene Hilfe einlässt. Wer keinen Seelen-Striptease vor Life Coach Smitha Jayakumar vollziehen möchte, muss das auch nicht. Doch manchmal braucht es gerade einen Fremden, der uns den ungeschönten Spiegel vorhält und genau das anspricht, was wir so erfolgreich verdrängt haben. Zumindest hilft es bei der Erkenntnis, dass sich etwas ändern muss. Da ein Urlaub im Kamalaya nicht nur Erholung, sondern auch Arbeit an sich selbst ist, begegnet man tagsüber kaum jemandem auf dem weitläufigen Gelände, selbst wenn das Hotel ausgebucht ist. Erst am allabendlichen Gemeinschaftstisch, an dem jeder Gast nach Lust und Laune Platz nehmen darf, wird es gesellig. Besonders angenehm ist das für Single-Reisende, die sich bei frisch gepressten Detox-Säften und kulinarischen Hochgenüssen wie Mungobohnen-Pasta oder Kürbis-Curry austauschen wollen. „Nur, wer sich gut ernährt, fördert Vitalität und Gesundheit“, erklärt Leila. Nicht umsonst betrachten alle holistischen Gesundheitslehren Essen als Medizin. So ist es auch keine Überraschung, dass ich die Heimreise dank der ausgewogenen Ernährung deutlich leichter antrete. *Die Recherche für diesen Beitrag wurde unterstützt vom Kamalaya Resort und Indigourlaub.*

ANNA KAROLINA STOCK 🐾

Die besten Adressen für Ihren Wellnessurlaub auf Koh Samui



Suite, Kamalaya

Schlafen

➔ **Koh Samui: Kamalaya*****.** Das ganzheitliche Wellness- und Healingresort befindet sich an der Südküste von Koh Samui. Das am Hang gelegene Luxusresort ist in die natürliche Tropenlandschaft der Insel eingebettet und läuft zum ruhigen Laem Set Beach aus. Auf Basis des holistischen Konzepts können Erholungssuchende hier zu neuer Energie gelangen. Dabei setzt das Kamalaya auf die Natur als kraftspendendes und heilendes Element: Der Ort selbst, ganzheitliche Heilmethoden aus Ost und West sowie naturbelassene, gesunde Ernährung sollen synergetisch Selbstheilungskräfte mobilisieren. Jeder Gast wählt aus einer Vielzahl an Gesundheits- und Wellnesspaketen ein individuell abgestimmtes Programm aus: u.a. Stress & Burn-out, Detox, Fitness, Gewichtsreduktion, Yoga, emotionales Gleichgewicht etc. Übernachtung in der Suite mit Meerblick ab etwa 414 Euro. www.kamalaya.com

➔ **Urlaubspakete mit Indigourlaub.** Mit über 320 Reiseangeboten in 22 Ländern ist der österreichische Reiseveranstalter Indigourlaub der größte Anbieter für Yoga-, Meditationsreisen und Ayurveda-Kuren in

Österreich. Renommierte Trainer und sorgfältig ausgewählte Retreats sind für die Programme ebenso charakteristisch wie gesunde, vegetarische oder teils vegane Verpflegung. Nach dem Motto „Alleine reisen, aber nicht alleine sein“ erfahren Teilnehmer Freude an der Begegnung mit anderen und sich selbst. **Angebote:** 5 Nächte „Optimale Fitness“ mit VP (exkl. Alkohol) ab 2.520 Euro/Person im DZ. 7 Nächte „Relax and Renew“ mit VP (exkl. Alkohol) ab 2.990 Euro/Person im DZ. www.indigourlaub.com

Essen & Trinken

➔ **Soma Restaurant/Kamalaya.** Im zentral gelegenen „Soma“ (Sanskrit: „Nahrung der Götter“) werden Frühstück und Abendessen serviert. Es bietet einen wunderschönen Blick über das Kamalaya, die Küste und die vorgelagerten Inseln. Wer alleine reist, aber nicht alleine essen möchte, kann am Gemeinschaftstisch Platz nehmen und sich dort mit Gleichgesinnten austauschen.

➔ **Amrita Café/Kamalaya.** Das Sanskrit-Wort „Amrita“ lässt sich mit „heiliger Göttertrank“ übersetzen. Umgeben von Schwimmbecken und Lotusteich lässt es sich hier ungezwungen



Soma Restaurant



Gesunder Snack

in kleinen überdachten Pavillons speisen: frische Fruchtsäfte, Salate und viele vegetarische Gerichte. Zu empfehlen sind die individuell gemixten Wraps. Für Gäste, die am Detox-Programm teilnehmen, gibt es eine spezielle Speisekarte.

Erleben

➔ **Ausflüge.** Vom Resort aus lassen sich Küstenstädte, Strände und Sehenswürdigkeiten schnell und günstig mit dem Taxi erreichen. Im Resort kann auch ein Fahrer gebucht werden.

Anreise

➔ **Zahlreiche Airlines** wie Thai Airways, Eva Air und Austrian Airlines fliegen über Bangkok nach Koh Samui. Von dort ein Taxi nehmen oder den Kamalaya-Shuttle nutzen, welcher bei Buchung eines Reisepaketes inkludiert ist. EU-Bürger benötigen bei Einreise am Luftweg kein Visum (bei Aufenthalt bis zu 30 Tagen).

➔ **Reisezeit.** Auf Koh Samui herrscht ganzjährig tropisches Klima bei 25 bis 33 °C und angenehme Meeresbrisen. Die beste Reisezeit ist zwischen Jänner und Oktober. Am trockensten ist es zwischen Jänner und April. Von Anfang November bis Mitte Dezember herrscht Regenzeit mit starkem Monsun-Regen.

Für uns ist

Integration kein Thema.

Gut so! Das Zusammenarbeiten unterschiedlicher Nationen war bei McDonald's noch nie ein Thema. Sondern ist seit jeher gelebte Realität. Deshalb sind bei uns rund 9.600 Mitarbeiter aus 91 Nationen tätig, die hier gleiche Berufschancen finden – unabhängig von Alter, Geschlecht und Erfahrung. Wir machen's. Und nennen das Machhaltigkeit. Mehr auf www.machhaltigkeit.at

