

Sonnengruß statt Ballermann: Auch die Baleareninsel folgt dem Urlaubstrend des 21. Jahrhunderts.

Text & Fotos Martin Duschek



temperiert.

Im Anschluss zerstreut sich die Gruppe – zwei Mädchen aus Deutschland ziehen sich zurück, eine Dame hat Massagen im Spa gebucht, ein Pärchen verschwindet in der Sauna und Marga taucht mit einem Buch im weitläufigen Garten unter.

Erholung okay, aber Reisejournalisten müssen raus. Für die Woche



VOLLER EINSATZ.  
Tirolerin-Reisereporter  
Martin Duschek

# Asanas

## AUF MALLORCA

Was wird denn das jetzt? Badeurlaub oder Retreat? Finca oder Ashram? Meine Partnerin lässt sich nicht festlegen, was uns nächste Woche erwartet. „Entspann dich, es ist irgendwo in der Pampa und wird dir guttun!“

Von wegen Pampa. Die Einsamkeit einer südamerikanischen Grassteppe sucht man auf Mallorca vergebens. Dafür liegt unsere Yoga-Finca auf einer zarten Anhöhe inmitten der Baleareninsel, ja fast exakt auf deren geographischem Schwerpunkt. Mit leisem Surren gleitet das schwere, schmiedeeiserne Gitter zur Seite und gibt den Weg durch den mediterranen Garten zum Herrenhaus frei. Rechts grüßt der Rundbau einer historischen Mühle. „Wow – das ist ja zum Niederknien schön!“, entfährt es mir und meine Partnerin grinst zufrieden.

„Willkommen, willkommen!“ Die Begrüßung erfolgt auf Deutsch, aber herzlich. Überhaupt spricht auf der Son-Manera-Retreat-Finca jeder unsere Muttersprache. Kein Wunder. Hinter dem liebevoll und authentisch renovierten historischen Landgut steht mit Sonja Miko auch eine waschechte Oberösterreicherin. Ihr Reiseunternehmen Indigourlaub hat sich seit Jahren auf den boomenden Markt Yogareisen spezialisiert. Mit Kauf und Renovierung der Son-Manera-Finca stieg die Familie jetzt vom Vermittler zum Anbieter auf. „Hier fanden wir die idealen Bedingungen, ein Yoga- und Spa-Retreat ganz nach unseren Erfahrungen und Vorstellungen zu entwickeln“, so die emsige Geschäftsfrau.

**Der Duft blühender Orangen.** Die Finca umgibt ein rund zwei Hektar großer Garten mit alten Oliven- und Zitronenbäumen. Strelizien wachsen zwischen Palmen, der Duft blühender Orangen durchströmt die ganze An-



ZUM NIEDERKNIE SCHÖN.  
Son-Manera-Finca

Gespeist wird im Nebenhaus. Hier im ersten Stock unter gemütlicher Dachschräge finden auch die Indoor-Yoga-Klassen statt.

Am nächsten Morgen um acht Uhr treffen wir uns genau dort – nein, besser gesagt, wir treffen uns alle im „herabschauenden Hund“. Nach einigen vorsichtigen Dehnungen grüßt die Gruppe gemeinsam die Sonne und durchfließt unter fachkundiger Anleitung von Lehrerin Marga einige Asanas, wie Yogahaltungen in Sanskrit genannt werden. War es anfänglich noch kühl, kommen wir nun fast ins Schwitzen. Eineinhalb Stunden später sind alle Teilnehmer durchbewegt, aufgedehnt und stellen übereinstimmend fest, wie gut Yoga am Morgen nach dem Aufstehen tut. Das gesunde Frühstück wird zum gemeinsam zelebrierten Fest auf der Terrasse, denn in der Zwischenzeit hat auch die gegrüßte Sonne Fahrt aufgenommen und die Luft angenehm

lage. Das Herrenhaus verfügt über 24 Zimmer, Suiten und Garçonnières, jede Einheit großzügig in einem anderen Grundriss, aber elegant mallorquinisch eingerichtet. Am Rezeptionspult schläft ein Buddha, geschmückt mit Mohnblumen. „Everyone smiles in the same language“, steht auf einem Täfelchen. „Hier sitzt praktisch nie jemand“, erklärt Sonja beim Rundgang. „Wenn Ihr Tee, Saft, Bier oder Wein wollt, bedient euch am Kühlschrank und tragt es in die Liste ein.“ Man vertraut sich.

“Everyone smiles in the same language.”

buchten wir ein Auto ab Airport Palma. Kaum irgendwo auf der Welt ist Rent-a-car billiger als auf „Malle“: Für das

500er-Fiat-Cabriolet mit Vollkasko ohne Selbstbehalt bezahlen wir schlanke 46 Euro – für alle sieben Tage inklusive Steuern.

Die zentrale Lage der Son-Manera-Retreat-Finca beweist sich nun als echter Vorteil: Praktisch jeder Punkt Mallorcas liegt in Reichweite einer Fahrt, selbst die romantische Stadt Soler auf der anderen Seite des mächtigen Tramuntana-Gebirgszuges. →



WINDKRAFT.  
Allein in Montuiri gab es acht Mühlen.

Ab in den Süden

SOMMER 2019  
Antalya, Kalamata, Kos, Preveza/Lefkas, uvm.  
...sowie nach Amsterdam, Berlin, Frankfurt, London, Wien

INNS' BRUCK AIRPORT





**IDYLLISCH.**  
Buchten, Dörfer und  
Kleinkunst

So wird jeder Tag für einen individuellen Ausflug genutzt: In die Anfang Mai noch leeren Buchten, „Calas“, an der Serra de Llevant, auf die steilen Klippen des Cap de Cala Figuera im Südosten, an den Traumstrand Platja Es Trenc, zu den Wanderwegen zwischen Deiá und Valdemossa oder in den Naturpark Mondragó mit seinen azurblauen Meeresarmen. Am Sonntag erklimmen wir den Klosterberg von Randa und sehen im Santuari de Nostra Senyora de Cura den Einheimischen beim traditionellen gemeinsamen Tanz, dem Sardana, zu.

**Wie die Hauptstadt eines Weltreichs.** Auch die umgebenden Städte wie Sineu mit ihrem berühmten Markt oder die Hauptstadt Palma wollen gesehen werden. Palma de Mallorca mit der fünftgrößten Kathedrale Spaniens, der breiten Rambla mit ihren schattenspendenden Laubbäumen, den vornehmen Geschäftsstraßen, der verschlungenen Altstadt und vielen großartigen historischen Gebäuden wirkt wie die Hauptstadt eines Weltreichs oder zumindest jene einer großen Seefahrernation.

Pünktlich um 17 Uhr kehren wir täglich in die Finca zurück, zur Open-Air-Abend-Yogaeinheit auf einer der beiden Plattformen im Park. Die klassischen Bewegungen verlaufen sanfter, zur Dehnung gesellen sich Atemübungen aus dem Prana-Yoga und die Gruppe beschließt den Tag mit drei langgezogenen „Ohmmm“.



**GIGANTISCH.**  
Die Kathedrale von  
Palma



in jedem Stadtteil gab. Am Hauptplatz liegen neben der Kirche die drei Wirtshäuser Montuüris, alle gut besucht. Für einen Digestivo finden wir leicht Platz. Die Köpfe der Einheimischen drehen sich ein wenig verstohlen nach uns, wir sind die einzigen hier, die Deutsch sprechen. Der Tourismus kommt in Montuüri erst an. Aber man ist vorbereitet: Auf Englisch erklärt uns die freundliche Wirtin, wir müssen unbedingt den historischen Pfad beschreiten. Montuüri, eine der ältesten Gemeinden Mallorcas, war einst für ihre acht Windmühlen berühmt. Wir erleben heiles Spanien mitten auf der meist besuchten Insel Europas – eine touristische Pampa, im besten Sinne.

Nach sieben Tagen Natur mit Bergen, Wäldern, Meer und drei Stunden Yoga am Tag fahren wir zurück zum größten Inselflughafen Europas. Ich fühle mich herrlich entspannt, wohlrig beweglich und trainiert. „Ja“, sage ich zu meiner Partnerin, „eine Woche Yogurlaub sollten wir in die Jahresplanung aufnehmen.“ ●

## Yoga und Mallorca passen einfach zusammen.

*Sonja Miko*

Zufrieden schreiten wir gemeinsam zum vegetarischen Abendessen. Auf Ballermann hat keiner Lust. Aber das entzückende, gerade mal zwei Kilometer entfernte Städtchen Montuüri, das zu allen Tageszeiten in einem anderen Farbton erstrahlt, lockt zu einem Verdauungsspaziergang. Seine steilen Gassen zeugen vom Mittelalter, die frisch gepflasterte Hauptstraße ist auf ein paar Hundert Meter für Autos gesperrt. Der Supermarkt des Ortes erinnert an die kleinen Lebensmittelgeschäfte, die es früher in Innsbruck noch