



Madeira

Bezaubernde Ferienbekanntschaft

Ich sage es gerade
heraus: ich habe
mich verliebt!
Seit ich im Frühling
an der Algarve und
im Herbst auf
Madeira war, liebe
ich Portugal.
Ein Eindruck von
meinem jüngsten
Ferienflirt, Madeira.

 Text: Marion Liebhard

Schon der Anflug auf die «Frühlingsinsel», die eine spektakuläre Landebahn besitzt und auf Grund der Passatwinde nur von geübten Piloten angefliegen werden kann, bietet einen Anblick von einzigartiger Schönheit: ein kleines Eiland von 50 x 20 Kilometern ragt aus dem tiefen Blau des Atlantiks, mit wild zerklüfteten Hügeln und Bergen, übersät mit Terrassen für Landwirtschaft, Strässchen, die sich hoch und runter schlängeln, üppiges Grün.

Während ich auf meinen Koffer warte schweift mein Blick über die Schuhe der Ankömmlinge und gibt mir unmissverständlich zu verste-

hen: hier wird Wandern grossgeschrieben. Vom sogenannten Levada-Wandern habe ich schon gehört und freue mich auf meine erste Erfahrung damit.

Bei Sonne, blauem Himmel und wohligen 23 Grad fahre ich mit meinem Mietwagen im **Galo Resort in Canico** vor. Das von der deutschen Familie Bachmaier geführte Resort besteht aus drei Hotels: dem Sporthotel Galosol, dem Familienhotel Galomar und dem Ayurvedahotel Alpino Atlantico. Ich trete auf den Balkon meines grosszügigen Zimmers und schaue direkt auf den weiten Atlantik. Mächtig und kraftvoll liegt er da. Durchatmen. Ankommen.



Erstes authentisches Ayurvedakurzentrum

Birgit Moukom, die Leiterin des Ayurvedazentrums Refugio dos Sonhos im Hotel Alpino Atlantico und Hotel Galosol, hat vor neun Jahren auf Einladung des Galo Resorts ihre deutsche Heimat gegen Madeira getauscht und es nicht bereut. Als Gründerin des ersten authentischen Ayurvedakurzentrums auf Madeira legt sie grossen Wert auf die Qualität der Leistungen, die sie und ihr 20-köpfiges Team anbieten.

Das Wohl der Ayurveda- und Yoga-Gäste steht an oberster Stelle. Regelmässige Weiterbildungen, Zusammenarbeit mit namhaften Ärzten, Therapeuten sowie Fachleuten aus dem Bereich Ayurveda sind Standard. Dr. Gopal, der Ayurvedaarzt, kommt aus Kerala, der Heimat des Ayurveda.

Zusätzlich werden auch nicht-ayurvedische Therapieformen angeboten, beispielsweise Akupunktur,

Osteopathie, Kinesiologie oder Energiearbeit.

Während meiner Abhyanga Massage tauche ich ab in tiefste Entspannung, lasse den stressigen Alltag hinter mir und fühle mich einfach nur selig. Die Therapeuten sind erstklassig. Ihre angenehme Art und Präsenz während der Behandlungen machen Wohlfühlen einfach. Die Yogalektionen im Raum mit atemberaubendem Ausblick auf den Atlantik unterstützt dieses Wohlfühlgefühl. Und beim köstlichen Ayurvedabuffet – die Köche sind von Ayurvedakoch und – autor Volker Mehl geschult worden – greife ich nicht nur einmal zu. Hier kann man schlemmen ohne Reue.

Den Rest des Tages genießt man entweder in der Chill-out Lounge beim Rausschauen auf das Meer – manchmal sieht man Delfine –, im Garten oder unten in der kleinen Bucht. Wer Lust hat, kann auch die Einrichtungen (Pools, Hallenbad, Fitnesscenter, Sauna, Terrasse direkt

am Meer) des Galosol/Lido Galomar nutzen; ein 10-minütiger Spaziergang führt dorthin.

Kraftvolle Energie

Die Energie der Vulkaninsel ist kraftvoll und weich. Das liegt wohl auch an dem angenehmen Klima das ganze Jahr über, das schon Kaiserin Sissi 1860 als eine der ersten prominenten Besucherinnen für ihre Genesung zu nutzen wusste. Der österreichischen Monarchie hat Madeira letztendlich doch nicht gutgetan: der letzte Kaiser Karl I. verstarb hier (und mit ihm die Monarchie) 1922 im Exil an einer Lungenentzündung.

Am besten lässt sich die Insel mit einem Mietwagen erkunden. Die Entfernungen sind nicht weit, die Strassen modern und gut ausgeschildert. Man sollte jedoch bergauf wegfahren können...

Funchal, die Inselhauptstadt, hat Charme und wird auch von grossen



Madeira

Flüge nach Funchal gibt es sowohl von Zürich als auch von Basel aus, beide mit einem Zwischenstopp in Lissabon.

Wer mehr über Madeira wissen möchte, findet unterhaltsame Information im Dumont-Reiseführer «Madeira» von Susanne Lipps-Breda.

Indigo-Urlaub bietet sowohl Ayurveda-Behandlungen als auch Yogaretreats auf Madeira an:

www.indigourlaub.com

Kreuzfahrtschiffen gerne angelaufen. Unterhaltsam ist das Treiben in der Markthalle, wo Madeirenseninnen in ihren bunten Trachten Blumen-, Obst- und Gemüsestände betreiben. Auch Handarbeiten (Stickerie, Korbwaren) und natürlich Fisch und Fleisch werden verkauft.

In der Altstadt lässt es sich nett bummeln und zum Beispiel im The Ritz einen bica (Espresso) und Kuchen einnehmen (sofern es die Ayurveda-Diät erlaubt...).

Levada-Wandern

Die Insel bietet für Sport- und Bewegungsbegeisterte eine Fülle an Möglichkeiten, und zwar das ganze Jahr über. Vom Wassersport (Tauchen, Schnorcheln, SUP, Surfen, Segeln) über Landaktivitäten (Canyoning, Mountainbiken, Paragliding, Golf) bis hin zum Wandern, das besonders beliebt ist. Eines meiner Urlaubshighlights war das Levada-Wandern. Levadas sind die Be-

wässerungskanäle, welche die ganze Insel überziehen und schon von den ersten Siedlern zur Bewässerung von Plantagen und Felder angelegt wurden. Sie sind heute noch in Betrieb. Da ich nicht viel Zeit hatte, wählte ich den Weg von Queimadas nach Pico das Pedras. Auf einer Seehöhe von über 800 Meter spaziert man je eine halbe Stunde pro Richtung entlang der Levada, durch einen mystischen Wald mit einem uralten, verschnörkelten und bemoohten Baumbestand. Es ist eine unglaublich magische Landschaft und begleitet wird man vom Plätschern des Wassers.

Begeistert hat mich auch die farbenprächtige Flora der Insel. Blumen blühen auch im November an allen Ecken. Kaum vorstellbar, welcher Farbenrausch im Frühling das Auge erfreut. Für mich steht fest: Ich will wiederkommen. Madeira hat sich einen Platz in meinem Herzen erobert.