

Wohlfühlferien am Saimaa-See

oder

Finnland ist auch nicht mehr das, was es einmal war ...

Eine (heitere) Betrachtung von Walter Schünke

... nämlich ein weitgehend unbekanntes Land hoch im Norden, in dem ein paar Hände voll Menschen verstreut in unendlichen Wäldern zwischen tausend Seen mit ihren Familien lebten, meistens fand man sie mit einem Handtuch und Birkenbüscheln bekleidet in einfachen Holzhäusern mit Holzbänken an der Wand und einem mit Steinen bedeckten Ofen darin, den sie mit Holz beheizten (sie haben ja so viel davon in ihren Wäldern) und auf den sie dann fleißig Wasser schütteten (sie haben ja so viel davon in ihren Seen) das dann zischend verdampfte und sich in noch mehr Hitze verwandelte, in der sich die Bewohner zunehmend wohler fühlten.

Wenn ihre Körper aber dann so richtig aufgeheizt waren, liefen sie schnell hinaus und sprangen in den nahen See (im Winter mussten sie natürlich erst ein großes Loch in das Eis des Sees hacken), um sich gehörig abzukühlen. Danach liefen sie schnell wieder in die Hitze ihres Blockhauses, warfen Wasser auf die Ofensteine, und das Ritual begann von neuem.

Zwischendurch oder auch nach dem Beenden ihres Aufheiz- und Abkühl- und wieder Aufheiz- und noch mal Abkühl- und einem weiteren Aufheizabkühlrituals tranken sie genüsslich meistens ihr einheimisches Bier und aßen dazu ihre legendäre Saunawurst.

Ach ja, und nach dieser berühmten Wurst nannten sie irgendwann ihr Blockhaus mit dem Aufheizofen und überhaupt das ganze Kultur-Ritual dann auch einfach nur SAUNA.

Die Finnen sind also die Erfinder der Sauna (und nicht die Schweizer!). Dafür haben die Schweizer das Kräuterbonbon erfunden (und nicht die Finnen!).

Die Finnen gehen regelmäßig in die Sauna – las ich irgendwo – um ihren Körper zu entschlacken, sich zu erholen oder einer Erkältung vorzubeugen (und natürlich auch, um wichtige Verträge abzuschließen).



Aber über die Sauna wollte ich ja gar nicht schreiben! (und jetzt werden manche bestimmt sagen: „Das kann der auch gar nicht!“ – Ich weiß, das können andere viel besser.)

Jedenfalls ist das heutige, moderne Finnland mit Sicherheit allen bekannt, zumindest weiß inzwischen jeder, dass in Helsinki keine Eisbären in den Straßen herumlaufen, und dass man auf dem Weg zur Uni auch keine Gletscher überqueren muss.

Aber nun mal im Ernst:

Weil der Oberbegriff Sauna eine **Wellnessform** beschreibt, die aus Finnland stammt und sich weltweit einer

steigenden Beliebtheit erfreut, möchte ich jetzt ein wenig über einen ganz bestimmten Wellness-Ort am Saimaa-See berichten: – von **Anttolanhovi**.

Die Idee hierzu kam bei einem „REMTER“-Treffen von unseren langjährigen Mitgliedern Anneli und Reinhard Lau, (besonders auch bekannt durch ihre Aquarellmalereien), denn sie besuchen

seit vielen Jahren diesen interessanten Ort, an dem sie regelmäßig Aquarellmal-kurse abhalten, die sich dort großer Beliebtheit erfreuen.

Auch wir selbst haben uns schon einige Male im „Anttolan Hovin kartano“ wohl gefühlt.

Darum folge ich gerne der Anregung und berichte nun über:

“*Magic of Saimaa – The New Art of WellBeing*”



Wohlfühlferien am Ufer des Saimaa-See

Anttolanhovi ist ein vorzüglicher Urlaubsort für jung und alt. Erstklassiger Hotel- und Restaurantservice verbunden mit vielseitigen Aktivitäten, Verwöhnkuren und der prächtigen finnischen Natur garantieren Ihnen gelungene Ferien! Am Ufer des Saimaa-See genießen Sie mitten im schönen Kiefernwald die Natur in vielfältiger Weise. Die vielen interessanten Sehenswürdigkeiten von Mikkeli sind mit dem Auto nur 20 Minuten entfernt.



Anttolanhovi

Kultur und Gutshofatmosphäre
Der Gutshof Anttolan Hovin kartano stellt ein prächtiges Ambiente für die verschiedensten Veranstaltungen und Feiern dar. Die restaurierten Säle des Gutshofs und der alte Garten strahlen die Atmosphäre vergangener Zeiten aus.



Bild: Vor dem Anttolan Hovin kartano ist Reinhard Lau (DFG Nord) zu sehen, der hier seit vielen Jahren im Sommer seinen Aquarellmalkursus veranstaltet.

(Anttolanhovi Kurssit
Anttolan Hovin kartanolla järjestetään vuosittain Akva-rellimaalauskurssi, jonka opettajana toimii Reinhard Lau, avustajanaan ja tulkkiinaan Anneli Lau.)



Bild: Aquarell von und mit Reinhardt Lau

(Mäntyharjun museota esittävässä maalauksessa Reinhardt Lau on käyttänyt taitelijan vapautta, ja vesonut pois kasvillisuutta vanhojen kuusten ja väentuvan välistä.)

Das Gutshofhotel Anttolan Hovin kartano ist ein kleines idyllisches Hotel.

Der stilgerechte restaurierte Gebäudekomplex, die Einrichtung und das Hauptgebäude, von einem alten Garten umrahmt, laden zum Entspannen und Ausruhen ein. Die Benutzung von Sauna, Schwimmbad und Fitnessstudio in Anttolanhovi sind für Hotelgäste kostenlos.

Kunstaussstellung HoviArt

Im Sommer findet im alten Hofgebäude die Sommerkulturveranstaltung HoviArt statt, die moderne Kunst finnischer und ausländischer Künstler zeigt.



Entspannen Sie sich inmitten der Natur am Ufer des Saimaa-See.

In Anttolanhovi können Sie vielseitig Sport treiben. Zu Ihrer Verfügung stehen: Fitnessstudio, Ballsporthalle, Tennisplät-

ze, Beach-Volleyballplatz, Fahrräder, Ruder- und Paddelboote, ein laavu ein überdachter Rastplatz mit Feuerstelle, abwechslungsreiche Joggingstrecken und Naturlehrpfade sowie die Wanderstrecken Sydänmaan und Hiidenmaan retkireitit. Die Sonne lockt im Sommer an den Sandstrand und zum Schwimmen im Saimaa-See. Schwimmen gehen kann man aber auch in dem angenehm ausgestatteten Schwimmbad des Hotels.



Art of Saimaa

In den Art&Design-Ferienvillen von Anttolanhovi sind Design, Kunst und Architektur aus Finnland vereint. Ihre Kraft schöpfen Sie aus der üppig grünen Seenlandschaft von Saimaa und den vier Jahreszeiten von Finnland. Die Ferienvillen sind Öko-Holzhäuser, die sich durch die Verwendung von natürlichen Baustoffen auszeichnen und eine möglichst geringe Belastung an die Umwelt aufweisen. Alle Villen haben ihren eigenen Künstler, dessen Werke in der Einrichtung verwendet werden. Die „Kunst und Design“-Produkte geben jeder Villa eine individuelle Note.



Die Ferienvillen bieten perfekten Wohnkomfort und Service auf Hotelniveau- doch Ihre Privatsphäre bleibt jederzeit gewahrt. Sie können z.B. alle Mahlzeiten, einen Koch, eine Kosmetikerin oder einen Masseur in Ihre Ferienvilla bestellen.



Wellness of Saimaa

Das Wohlergehen der Kunden ist oberstes Gebot. Von daher bietet Anttolanhovi eine Vielzahl an verschiedenen Wellnessangeboten. Die Torf- und Rauchsauna gehören zur finnischen Tradition. Geboten werden auch vielfältige Wellnessbehandlungen (u.a. Massagen, Bäder, Honig- und

Torfbehandlungen) sowie Kosmetik- und Friseurdienstleistungen. Zur Ausstattung der Ferienvillen gehört eine Wellness MiniBar, mit deren Produkten Sie sich z.B. nach der Sauna verwöhnen können.



Anttolanhovi liegt am Ufer des Saimaa-See, 25 km entfernt vom Zentrum Mikkeli in Richtung Puumala-Imatra. Die Fahrzeit von Helsinki beträgt ca. 2,5 Stunden, von Jyväskylä und Lappeenranta ca. 1,5 Stunden und von Imatra nur ca. 1 Stunde.



Das war's also!

Hier endet mein Bericht über Wellness. In Gedanken fahren wir nun zurück in unser Mökki und machen erst mal richtig Sauna.

Und nach dem Beenden unseres Aufheiz- und Abkühl- und wieder Aufheiz- und noch mal Abkühl- und einem weiteren Aufheizabkühlrituals trinken wir genüsslich unser einheimisches Bier und essen dazu unsere legendäre Saunawurst.

Quellen: www.anttolanhovi.fi / www.artdesignvillas.fi
Sauna-Ansichtskarte Virpi Pekkala, Pekkala oy