

Tyske Hotel A Rosa i Travemünde har satset et trecifret millionbeløb på at lægge sig i førerfeltet af wellness-bølgen. Det er lykkedes.

AF JAKOB RUBIN

UNDERSPILLET LUKSUS I VERDENSKLASSE

Fodderne sækkes i et messingfad med varmt himmelblåt vand. Miksturen af salte og mineraler berusler min krop fra neden og op. Terapeuten Marion Silz serverer beroligende grøn te i en smuk fajancekop og oplyser med lav stemme, at hun går i 15 minutter.

Hun dæmper lyset. Alene i rummet. Den bløde meditative musik er som virtuelle kærtagn.

På gulvet er friske roseblade spredt med nænsom hånd. Et vidunder af en langstilket orkidé strækker rodknoppen hals fra sin hyde vase.

Øjenlægningerne holder sig åbne. Men bag dem går værket i hvile-måde. Nogen sanser jeg skønhed og velvære brede sig. Nipper til den grønne te og tanker på ... ingen ting.

Ovenstående var trin 1 i en afprøvning af tysk wellness, når den er bedst.

Hotel A Rosa i Travemünde ved Lübeck et par timers rejse fra den danske grænse er femstjernet luksus og blandt Tysklands nyeste og mest eksklusive wellness- og spa-centre.

Samtidig tilbyder stedet den eftertragtede algebehandling, Thalasso, under autoriserede former.

Mens danskerne først i disse år er hægtet på wellness-bølgen for alvor, har den i det meste af det øvrige Europa længe været fast bestanddel på fritidsprogrammet.

4.500 kvm spa

Denne weekend i januar er Hotel A Rosa på det nærmeste fyldt. Audi-, Mercedes- og BMW-biler fylder parkeringspladsen. Velkledte solvære med mager i pompes

tysk mode og ditto sminke travrer gennem receptionen og blander sig med sportsstjerner og mediekändisser. Men også yngre par og børnefamilier er tydeligt til stede.

Femstjernet wellness er ikke kun for de meget velhavende. I det hele taget er et ophold på A Rosa lang fra så dyrt, som man kunne formode.

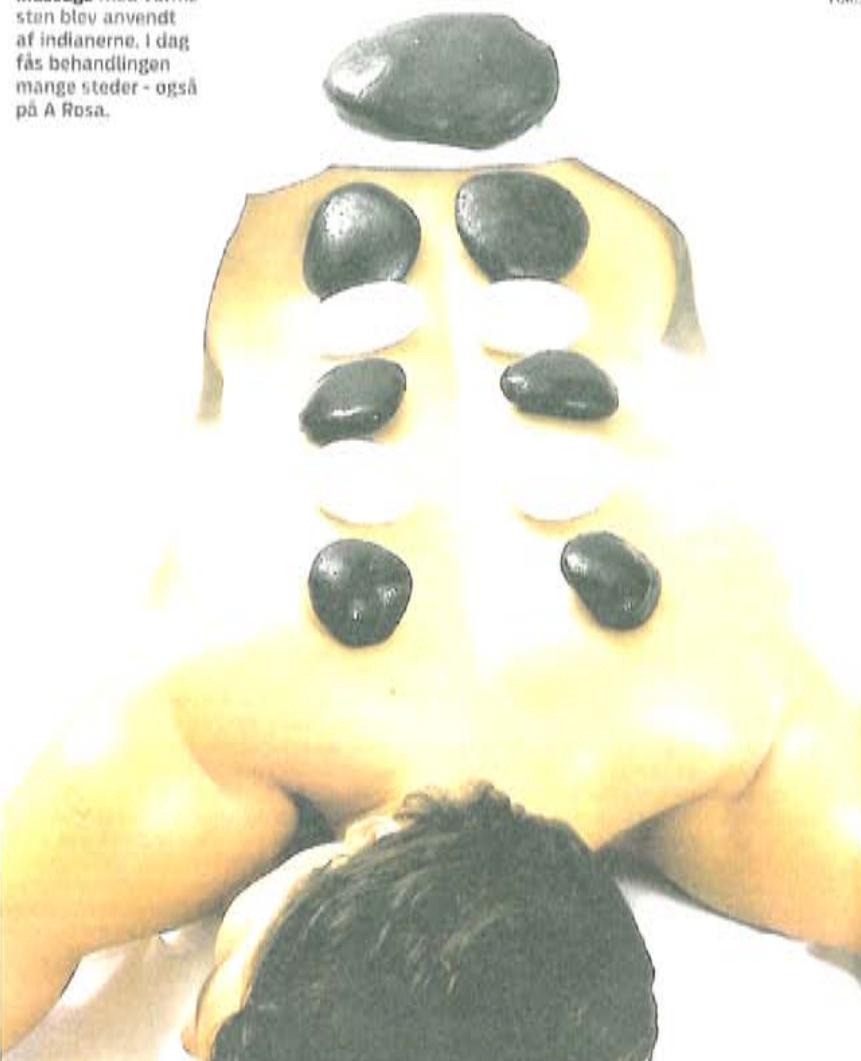
Hoteller ligger direkte ud til Travemünde Fjord, perlen på den nordtyske riviera. Det er netop udvidet og ombygget for et trecifret millionbeløb. Hovedelen består af det oprindelige kurhotel fra 1912. Resten er en arkitekturenget, harmonisk tilbygning.

Resultatet stod færdigt i slutningen af 2005 med 163 værelser, 39 suiter og 4.500 kvadratmeter spa-område.



A Rosas facade er klassisk og statlig ligesom konceptet i øvrigt.

Massage med varme sten blev anvendt af indianerne. I dag fås behandlingen mange steder - også på A Rosa.





Jakob Rubin - før og efter wellness

Allerede året efter blev den ene af hotellets to restauranter tildelt en stjerne i den franske Guide Michelin. Sidste år blev A Rosa udråbt til årets hotel i Tyskland. Det er gæt stærkt.

«Vi har været meget bevidste om hotellets standard. Der er entydigt satset på luksus, men ikke en luksus i gengen forstand. Her er overdådigheden diskret og nedtonet. At træde ind i A Rosa skal være som at træde ind i en anden tilstand. Gæsterne følelse af velvære begynder ved de fysiske rammer,» sagde Natalie Fischer, A Rosas russisk-fodte, amerikansk uddannede spa-direktør, da jeg mødte hende tidligere på dagen.

Spa-centrets nederste etage indeholder tre store svømmebassiner med filtreret havvand fra Østersøen, der pumpes ind via en nedgravet pipeline.

Havets saltindhold har terapeutisk effekt, har jeg fået at vide.

Det mindste bassin på ti gange fem meter er 37 grader varmt. Her driver man rundt med et 'opdriftsrør' om maven til *'flydende musik'* - et såkaldt 'liquid sound system' - og i et lys, som gradvist skifter mellem dybblåt og purpur.

En rejse tilbage i tid

En vægtløs tilstand i perfekt kropstemperatur er oplevet før. Følelsen kunne være en trænagtig rejse tilbage til den sorgelose tid i livmoderen.

Ander bassin er en tre gange større svømmepol med 30 grader varmt vand og indbyggede massagedyser i mosaik-senge langs kanterne.

Ad en kanal kan man fra den svømme ud i det fri. Midtvejs skubbes en plexiglasplade til side, hvorefter et skilt oplyser, at vandtemperaturen haves til 32-33 grader.

Jeg svømmede ud i den ydre pool så tidligt, at det endnu var nat. På himlen hang stjerner. Morgen var ved at gry. Jeg motionsvømmede i varmt havvand med udsigt over Østersøen og en luft på fem grader. Tog brysstug gennem bassinet dampet og dis. Flere morgenvømmere dukkede frem for at tage nogle 20-meterbaner, efterfulgt af en times tid i fitnessrummet før den store morgenbuffet.

Et ophold på A Rosa giver ubegrænset adgang til spa-afdelingens nederste etape med de tre svømmeanlæg, fem sauna-typer, diverse relax-rum, en is-grotte og et meditativt kabala-bassin.

På etagen over ligger terapirummene. Her udføres specialbehandlingerne, der koster fra 350-900 kr.

Tilbage til fodbadet. Marion Silz kommer tilbage, da de 15 minutter er gået. Hun



Nogle af Hotel A Rosas værelser er udstyret med et kaempé badekar.

Wellness-parlør

Thalasso: Behandling med alger fra Bretagne. Algerne bruges både til peeling af kroppen og til afgiftning i form af varme algebane eller den totale kropsindpakning med alger. Mange typer. 90 minutter.

Ayurveda, 1000-årig indisk lægevidenskab. A Rosa tilbyder blandt andet:

Shirodhara (Ayurveda): Betyder 'ansigt' og 'flydende' og dækker over ansigtsmassage efterfulgt af en 'strætebehandling' med varm aromatisk olie, der hældes mod et bestemt punkt på panden. 60 minutter.

Abhyanga (Ayurveda): Oliemassage af hele kroppen. 75 minutter.

Padabhyanga (Ayurveda): Fodmassage, beregnet til at hjælpe kroppens energistrømme med at flyde uhindret. 60 minutter.

Prishthabhyanga (Ayurveda): Ryggmassage mod spændinger og smerten. 60 minutter.

Mukabhyanga (Ayurveda): Ansigtmassage. 60 minutter.

Senritsu: Forbedring af kroppens statur og elasticitet. 90 minutter.

Kumikyoku. Antistress og Forløsning. Fugtighedsbehandling gennem huden. 90 minutter.

Lomi-Lomi Nui: Hawaiansk totalmassage. Krævende, men helt speciel oplevelse. 90 minutter.

Hamam: Tyrkisk badeceremoni med dampbad, peeling, sæbeskum og massage. 60 minutter.

Rasul: Arabisk badeceremoni med dampbad, peeling, mudder og afvaskning. 45 minutter.

Pantai Luar: Sydostasiatisk massage af hele kroppen med stempler af forskellige varme olier.

Onpu: Ansigtmaske, tilpasses den enkeltes hudtype. 90 minutter.

Carabisk symfon: Bledgerende kropspeeling udført med olie og papaya, kropsplanking med afslappende massage af hele kroppen og bad imod kroppens ældning. Foretages over flere dage.

Botox behandling: Kosmetisk indgreb mod rynker. Foretages af leger. Bestilles i forvejen.

Varme sten: Massage af hele kroppen udført ved pålægning af opvarmede basaltsten og olie. 80-110 minutter.

er uddannet fysioterapeut, massør og thalassoterapeut og frøterer nænsomt mine fedder.

Hun indleder trin 2 i den store Thalasso-behandling, jeg er ved at få, som sammenlagt varer 90 minutter.

Jeg bliver først masseret i nakken, hvorefter hun beder mig lukke øjnene. Jeg åbner det ene på klem og ser, at hun fører duftende olier tæt forbi mit ansigt.

Deres lugt skal stimulere mig til at slappe af. Jeg får nu en Thalasso-peeling, et skrub af hele kroppen med en blanding af salt og alger, som fjerner gammel hud og døde celler.

Marion Stilz begynder med min lilletå og arbejder sig roligt og koncentreret igennem hver eneste del af resten af kroppen. Da jeg er skrubbet, blander hun varmt vand med specialimporteret algepulver fra Bretagne.

Skidtet svedes ud

Trin 3 begynder. Den klisterede masse fordeles over min krop i et tykt lag. Herefter pakkes jeg ind i et lagen og derover kraftige termotæpper med varmelegemer, som indstilles på 37 grader.

I pakken skal jeg svede i 20 minutter, mens mineralerne fra algerne afgifter min krop. Marion Stilz dæmper lyset og går. Musikken får mig til at slumre.

Spa-direktør Natalie Fischer har fortalt mig, at Thalasso-behandlingerne bør fortsættes dagligt i mindst en uge, hvis man vil have det fulde udbytte.

«Thalasso er græsk og betyder sundhed fra havet. Varmen og algernes høje indhold af mineraler bevirket, at kroppens stofskifte øges og dermed nedbrydningen og genopbygningen af organismens bestanddele. Man afgifter kroppen gennem huden,» siger hun.

I det lille terapirum på 2. sal skal jeg til trin 4 i Thalasso-behandlingen. Marion Silz pakker mig ud af algetermopakken. Jeg lugter af hav, tang og fisk. Massen er stærk-

Fortsættes >



> net på min krop. Langsomt falder skorperne af min hud under et langt varmt brusebad, uden sæbe for ikke at bremse algernes effekt.

Afslutningen er en gang totalmassage med velduftende olie. Marion Silz arbejder for sagen. Alle muskler røres, gnides og gnubbes. Særligt ryg og nakke er stive af myoser, som hun ondulerer. Det gør ondt, men føles godt.

Til sidst er hun lige så udmattet som jeg. Min krop er hed og blød som hos en nyfødt og drænet for væske.

Jeg føres til et relax-rum, hvor Marion Silz serverer en potte specialte. Andre gæster ligger salige i de komfortable drømmesenge, udmattede og tavse og hviler eller læser i fuldstændig ro.

Jeg daser i vågen tilstand. Det er skønt. Hvilkens perfekt blanding af luksus og kropspleje. I hjørnet aner jeg, at en loftsplade sidder nogle millimeter skævt og tænker: Hal! Ikke alt er perfekt på A Rosa.

Det er bare meget tæt på.

Natalie Fischer har forklaret mig, at hotellet er et udtryk for, at wellness-bejgen har nået sin anden alder. Folk vil ikke kun have luksus og pleje af deres udseende. Vi vil også have det godt.

»Vores gæster ved alt. De er intelligente, har rejst i hele verden og ved, hvad de vil have. Deres krav er til en kvalitet, som tager hensyn til helheden. Det drejer sig om sundhed i et holistisk perspektiv. De er indstillet på at tage fundamentalt fat om deres helbredstilstand, lade sig undersøge af vores terapeuter og læger og gøre noget ved det. Vi tilbyder også kosmetiske operationer og botox-behandlinger. Men de vil ikke kun se smukke ud. De vil også være smukke,« sagde hun.

Det er store ord. For mig er det blevet på tide at tænke på mad.

Jeg går i restauranten. A Rosas en-stjernede Michelin-restaurant har ferielukket, men Restaurant Wintergarten holder en standard, der kan tilfredsstille alle.

Maden er inkluderet i prisen. De fire buffetter med levende kokke i fuld sving bag hver af dem er det sidste pyntebær, der manglede på en perfekt dag.

Maden er ikke bare sund og smuk. Den er lekkes. Nærmere beskrivelse tillader pladsen ikke.

Blot skal siges:

Luft en frustration eller et vredsdudbrud på dette sted, og du er gået helt galt i byen. At kunne koncentrere sig om at have det godt får det bedste frem i alle.

jakob.rubin@jp.dk

Der er kølet for det arkitektoniske udtryk ved det indendørs bassin.

3 gode og dårlige ting ved rejsen

Plus

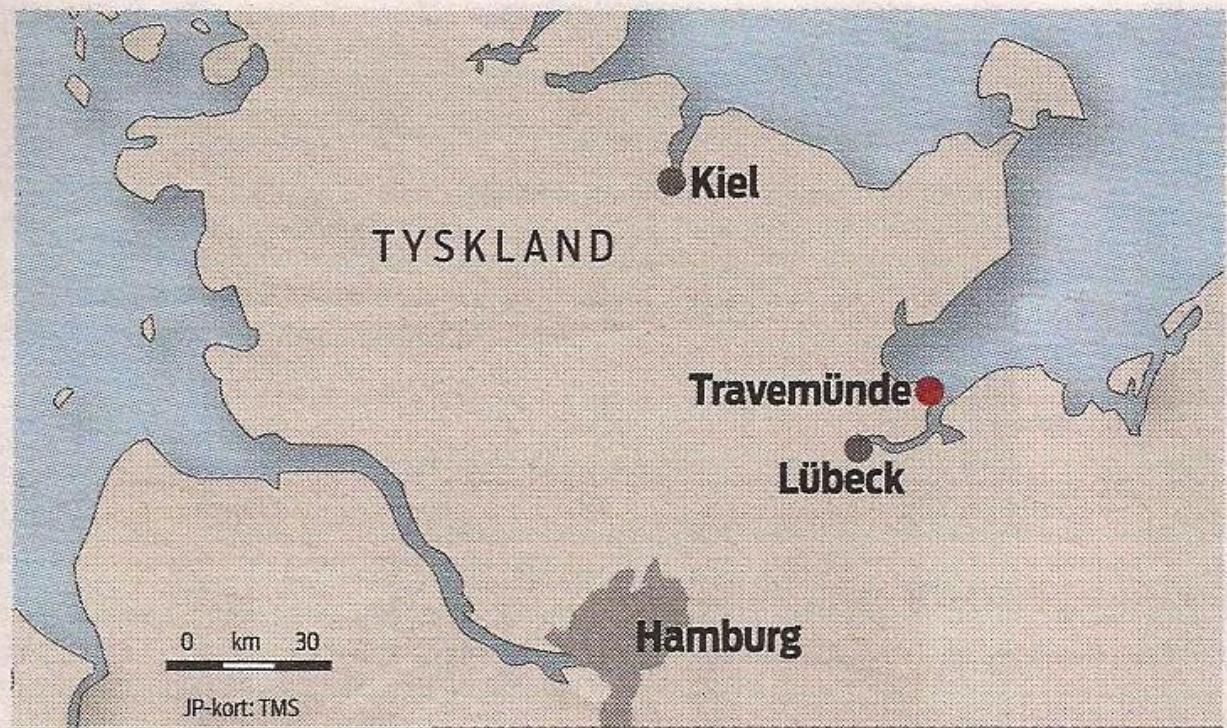
- > Hotellets gennemførte kvalitet
- > Maden
- > Prisniveauet

Minus

- > Gourmetrestauranter lukket i januar
- > Vejet i Nordtyskland
- > Personalets engelskundskaber

Blomsterblade,
levende lys og dufte
hører til i wellness-verdenen.





Hotel A Rosa

Priser og aktiviteter

Et ophold på A Rosa inkluderer altid halvpension, hvilket vil sige morgen- og aftenbuffet af meget høj klasse, samt adgang til pools, wellness- og fitnessområder.

I vinterhalvåret er priserne en anelse lavere.

Massage, terapi, behandlinger koster ekstra.

Hver behandling koster 350-1200 kr. og varer 30-120 minutter.

En uges intensiv, 1½ times daglig Thalasso-behandling koster ca. 4.500 kroner.

Der er penge at spare ved at bestille gennem A Rosas danske agent, Spa Tours i Århus (www.spa-tours.dk).

Prisen for et weekendophold koster hos Spa-Tours fra 2.050 kr. til omkring 3.500 kr. for en suite med havudsigt og privat terrasse - stadig inkluderet forplejning. Per person.

Efterfølgende dage koster fra 1.025 kr.

Under 15 minutters kørsel fra hotellet ligger tre golfbaner. Der er i omegnen gode afmærkede vandreruter og i umiddelbar nærhed af hotellet tennis, ridning, sejlads, windsurfing med mere.