

Alpesi luxus

SZERINTEM AZ AZ IGAZI WELLNESSHOTEL, AHOL NEMCSAK A SZÁLLODÁBAN VÁR LUXUSSZINTŰ KÉNYEZTETÉS, HANEM A KÖRNYÉK IS TELJES NYUGALMAT KÍNÁL. AKI EZT KERESI, A LEGJOBB HELYEN JÁR AZ AUSZTRIA TITKOS KINCSENEK SZÁMÍTÓ KELET-TIROLBAN, ÉS OTT IS A TARTOMÁNY ELSŐ ÖTCSILLAGOS SZÁLLODÁJÁBAN, A GRAND HOTEL LIENZBEN.





BÉKEBELI ELEGANCIA ÉS KORSZERŰ KÉNYEZTETÉS

Kelet-Tirol fővárosa Lienz – ez a kellemes alpesi kisváros a Dolomitok 3000 méteres csúcsainak gyűrűjében fekszik, így télen síparadicsom, nyáron pedig csodálatos hegyi kirándulásokra és biciklitúrákra csábít. A 750 éves múltjára büszke településen várja vendégeit a tartomány első ötcsillagos, új hotelgyöngyszeme, a Grand Hotel Lienz.

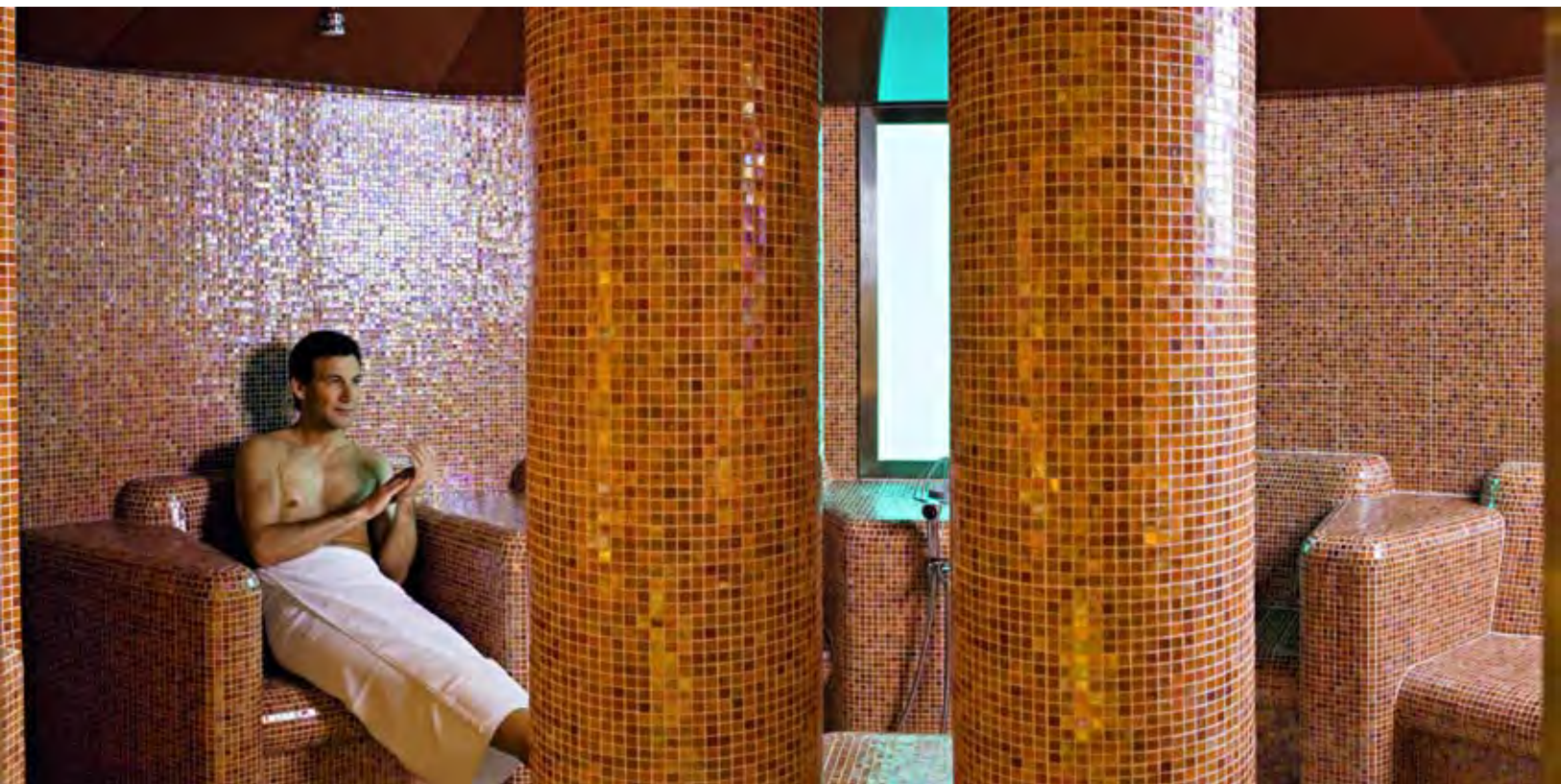
A szálloda századfordulós hangulatot idéző eleganciája a mai igényeknek megfelelő szolgáltatásokkal párosul: a szecessziós stílusú berendezés és a kitűnő konyha ugyanúgy része a kényeztető luxusnak, mint a legmodernebb orvosi berendezésekkel is felszerelt medical spa- és wellnessrészleg. Ez utóbbi több mint ezernégyszáz négyzetméteres részleg, melyben beltéri és kültéri medencék, hét kezelőhelyiség, bioszauna, finn szauna, többféle gőzfürdő és pihenőhely, valamint a folyóparton fekvő romantikus kert kap helyet.

PRIVÁT SPA ÉS HOLDRITUÁLÉ

Igazi különlegessége a párok részére kialakított, gőzfürdővel, pezsgőfürdővel és pihenőrészlettel ellátott, úgynevezett privát spa, ahol a külvilágtól elvonulva a párukkal kettesben próbálhatjuk ki a legkülönbébb keleti masszázsokat és nyugati kezeléseket. A gazdag kínálat a szeráj- és a pakolásos fürdőtől kezdve az ájurvédikus kezeléseken, az aromaolaj-, a forró lávaköves és a kelet-tiroli hegyi mézmasszázs nyújtotta lazító kezeléseken át az orvosi masszázsokig terjed.

Mindenképpen érdemes benevezni a wellnessrészleg specialitására, a Dolomitok aranya – holdrituálék hölgyeknek és uraknak elnevezésű testkezelésre. Már Hippokratész is felismerte





az egészség és a hold közötti összefüggést, erre épül ez a komplex kényeztetés is. A rituálé során az osztrák Alpokban kézzel szedett és a hagyományok alapján feldolgozott gyógynövényeket használnak, alkalmazásukat a hold erejéről szerzett tudással ötvözve. Ennek megfelelően újhold idején stimuláló, növekvő hold idején ápoló, telihold idején kényeztető, fogyó hold idején pedig tisztító kezelést kapunk.

A HAVASI GYÓGYNÖVÉNYEK PARKJA

Ha már gyógynövényekről van szó, Lienztől jó 10 km-re nyugatra, Asslingban mi magunk is közelebbről megismerkedhetünk az alpesi virágokkal és gyógyfüvekkel.

A Vitalpinum élményparkban mezítláb sétálhatunk végig a kakukkfűvel, borókabogyóval, rózsabimbókkal vagy vadgesztenyével töltött medencékben, és egy kis hegyi patak jóvoltából edzhetjük a lábunkat a Kneipp-ösvényen. Átmehetünk fűszeres gőzpermet alatt, kipróbálhatjuk az illóolaj-horoszkópot, és persze 150 különféle gyógynövényt csodálhatunk meg, köztük árnikát, körömvirágot, kakukkfűvet, levendulát. A Vitalpinum üzletében rengeteg illatos termék kapható, a szappantól az aromatis olajokon át az illatpárnákig, én például a levendulás testápolónak nem tudtam ellenállni. Az alpesi hangulatot Kelet-Tirol első, egész évben működő rúdli pályája, az Osttirodler teszi teljessé. Bár össze kellett szednem a bátorságomat, hogy bele merjek ülni, de megérte, mert 2,3 km hosszú szakaszon, mesés hegyi környezetben száguldhattam lefelé. ■





Lienz, a dolomitok városa

Az ötcsillagos Grand Hotel

Ausztria a világ egyik legcsodálatosabb országa, s a jelző természetesen Lienz környékére is igaz. A 750 éves, mégis modern, pezsgő életű, mediterrán hangulatú kisváros, Kelet-Tirol fővárosa, amely az osztrák tartomány egyik része. A 678 m magasan elhelyezkedő város az Isel és a Dráva folyó összefolyásánál fekszik, mesés kulisszák közepette: északon a Hohe Tauern (Magas Tauern) Nemzeti Park, (Ausztria legnagyobb Nemzeti Parkja), dél felől pedig a lenyűgöző Dolomitok, öleli körül. Lienzet a napfény városának is nevezik, mivel évente több mint 2000 napsütéses órával büszkélkedhet.

Ebben a bájos kis városban, és a csodálatos hegyek világában ragyog Kelet-Tirol első 5 csillagos, új hotelegysége, a Grandhotel Lienz. Az Isel folyó partján (az Isel Ausztria egyetlen gleccserfolyója), Lienz történelmi városközpontjától mindössze néhány percre található a rangos Grand Hotel. Tulajdonosai – a Simonitsch és a Westreicher családok – filozófiájuknak megfelelően a szálloda nem csak luxus környezetével kívánja kényeztetni vendégeit, hanem a vendég személyre szabott igényeinek kiszolgálásával is.

A vendéget ebben a varázslatos hangulatban számos élvezet várja: az elegáns és stílusos berendezés, a nagyméretű, legmagasabb igényeket is kiszolgáló szobák és lakosztályok, a kitűnő kulináris élvezetek, a Medical Spa & Wellness részleg a jó közérzet kialakítására alapozott és a legmodernebb orvosi berendezésekkel felszerelt milliője, mind-mind része a kényeztető luxusnak. A lienzi Dolomitokra és a Schober hegységre néző (részben külön gyermekszobával ellátott), 72 luxus vendégszoba, valamint a négy exkluzív Royal Suite lakosztály berendezésében,

szintenként a bordó, a kék, a zöld dominál az arany szín és sötét színű fával kombinálva. Az exkluzivitás és a különleges részletek hangulatát őrzi az összesen 640 m²-en elhelyezkedő 5 étterem. Ezen kívül szállodabár, impozáns szalon nyitott kandallóval, és a közvetlenül az Isel folyó partjára néző elegáns szállodaterasz, persze csodálatos kilátással, szolgálja a vendégek kellemes időtöltését (akár céges vagy privát jellegű rendez-

vények, összejövetelek alkalmából is). A szálloda egyben exkluzív kiindulópontja a golf, a sielés, a természet és a kultúra kedvelőinek.

A Grandhotel Lienz több, mint 1.400 négyzetméteres spa & wellness részleggel rendelkezik, ahol belső és külső medence, 7 kezelőhelyiség, párok részére kialakított, gőzfürdővel, pezsgőfürdővel és pihenőrész-szel ellátott útn. „privát spa” található. Továbbá bioszanuna, finn szauna, többféle gőzfür-



Séta a „Vitalpinum” élményparkban



dő, pihenőhelyek, valamint az Isel folyó partján fekvő romantikus kert áll a vendégek rendelkezésére. A kezelések gazdag kínálata, a szeráj- és a pakolások fürdőktől kezdve az ajurvédikus kezeléseken, az aromaolaj-, a forró láváköves és a kelet-tirol hegyi méz-masszázs nyújtotta lazító kezeléseken át egészen az orvosi masszázsig (pl. nyirok-drenázs, sportmasszázs) terjed. A szállodai

Ötletes módon, az étterem felé vezető rövid folyosón, egy, a padlóba épített üveglapon keresztül is bepillantást nyerhet a vendég a csalogató borpincébe.

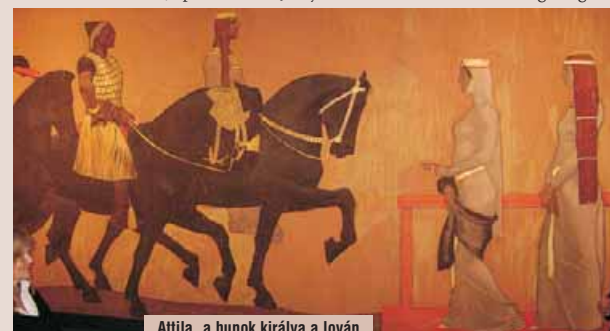
Lienz és környéke, ez a téli-nyári üdülõparadicsom, élményekben gazdag program lehetőségeket kínál a pihenni vágyóknak, családoknak, és a sportot kedvelőknek egyaránt. Lienz városa gazdag történelmi és kulturális

örökséggel is rendelkezik. A látnivalókhoz tartozik a Schloss Bruck, Lienz ősi vára, mely egyben a város jelképe is. A

A „jó közérzet kertjében” az aktív, frissítő vagy épp relaxáló állomásokon különböző vidám „gyakorlatokat” végezhet el az ember: ilyen pl. a meztelbas-járás, a Kneipp-ösvény, a fűszeres gőztusolás vagy az olajhoroszkóp. Eközben a látogatók lábbelijét egy kismértű cipőlift szállítja a célállomás felé.

A „gyógynövények mezején” 150féle gyógynövényt csodálhat meg az ember: árnik, körömvirág, kakukkfű, levendula, melyek mind arról tanúskodnak, hogy az tirol hegyekben található gyógynövények milyen pozitív hatással vannak az emberi szervezetre.

Szalay Attila



Attila, a hunok királya a lován

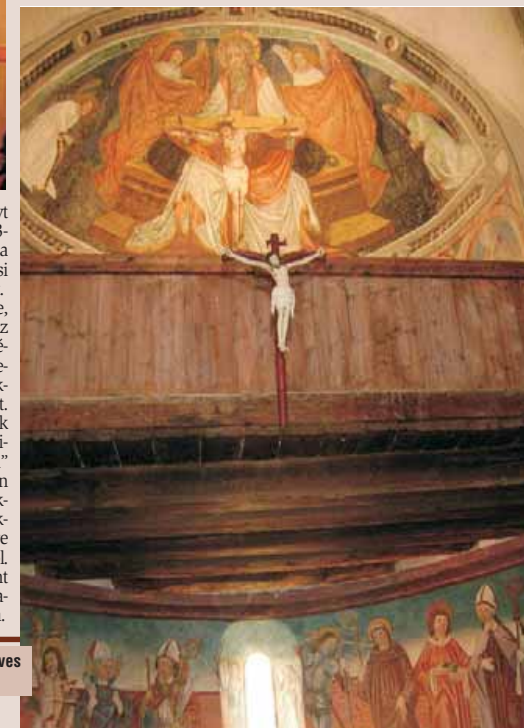
szobaárban benne foglaltatik a vitátréner által kínált napi attraktív programajánlat mint pl. gyalogtúrák, fitness a szállodában vagy a természetben, nordic walking, vízitorna, gimnasztika. Nem hiányozhat az ötcsillagos ház kínálatából a fitness-centrum és a wellness-shop sem.

Az ínycsikaknak a főszakács a régi, hagyományos receptekből új és könnyű ételeket varázsol az asztalra. Kulináris koncepciója az idényjellegű és a regionális termékek ötvözetéből álló hagyományos konyha, kiegészítve a korszerű táplálkozásról szerzett tudással.

Az úgynevezett „dolomitkönnnyű” konyha célja a régió termékeinek teljes mértékű érvényre juttatása. Ám a vendég speciális táplálkozási igényeinek is minden téren eleget tesz a főszakács és csapata. A szálloda borspincéjében minden kulináris ínycsikakhoz fellelhető a megfelelő bor, összesen 150 különböző borfajtából kóstolhat a vendég.

hatalmas várleltesítményt 1252-ben építették. 1943-ban a város tulajdonába került és azóta a városi múzeumnak ad otthont.

Lienztől kb. 10 km-re, nyugatra haladva, az Assling nevű kis településen különlegesen érdekes attrakció vár kicsikre, és nagyokra egyaránt. Az Unterweger fivérek által megálmodott és kivitelezett „Vitalpinum” élményparkban minden a természet adta értékeiről, illetve az állóólajoknak az érzékszervünkre gyakorolt hatásairól szól. A Vitalpinum szó szerint elvárásolja az ide látogatót az állóólajok világába.



A vár közel ötszáz éves freskója



„Dolce Vita”

Mediterrán hangulatban

Lienz, a 750 éves, mégis modern, pezsgő életű, mediterrán hangulatú
kisváros, Kelet-Tirol fővárosa.
Kelet-Tirol az osztrák Tirol tartomány
egy része. (A mai Tirol tartomány
Ausztria területén ugyanis két
részből áll: Észak-, és Kelet-Tirolból.
Az első világháború után Dél-Tirolt
Olaszországhoz csatolták).

Grandhotel Lienz Medical-Wellness-Spa & Gourmethotel

Ebben a bájos kis városban, és a csodálatos hegyek világában ragyog Kelet-Tirol első 5 csillagos, új hotel-gyöngyszeme, a Grandhotel Lienz, mely 2009. április 30-án nyitotta meg kapuit. Az Isel folyó partján (az Isel Ausztria egyetlen gleccser-folyója), Lienz történelmi városközpontjától mindössze néhány percre található hotel gazdag kínálattal várja az igényes vendégeket.

A szálloda

A Grandhotel Lienz tulajdonosai, a Simonitsch és a Westreicher családok filozófiájuknak megfelelően, a szálloda nem csak luxus környezetével kívánja kényeztetni vendégeit, hanem a vendég személyre szabott igényeinek kiszolgálásával is.

A vendéget ebben a varázslatos hangulatban számos élvezet várja: az elegáns és stílusos berendezés, a nagyméretű, legmagasabb igényeket is kiszolgáló szobák és lakosztályok, a kitűnő kulináris élvezetek, a Medical Spa & Wellness részleg a jó



közérzet kialakítására alapozott és a legmodernebb orvosi berendezésekkel felszerelt miliője, mind - mind része a kényeztető luxusnak.

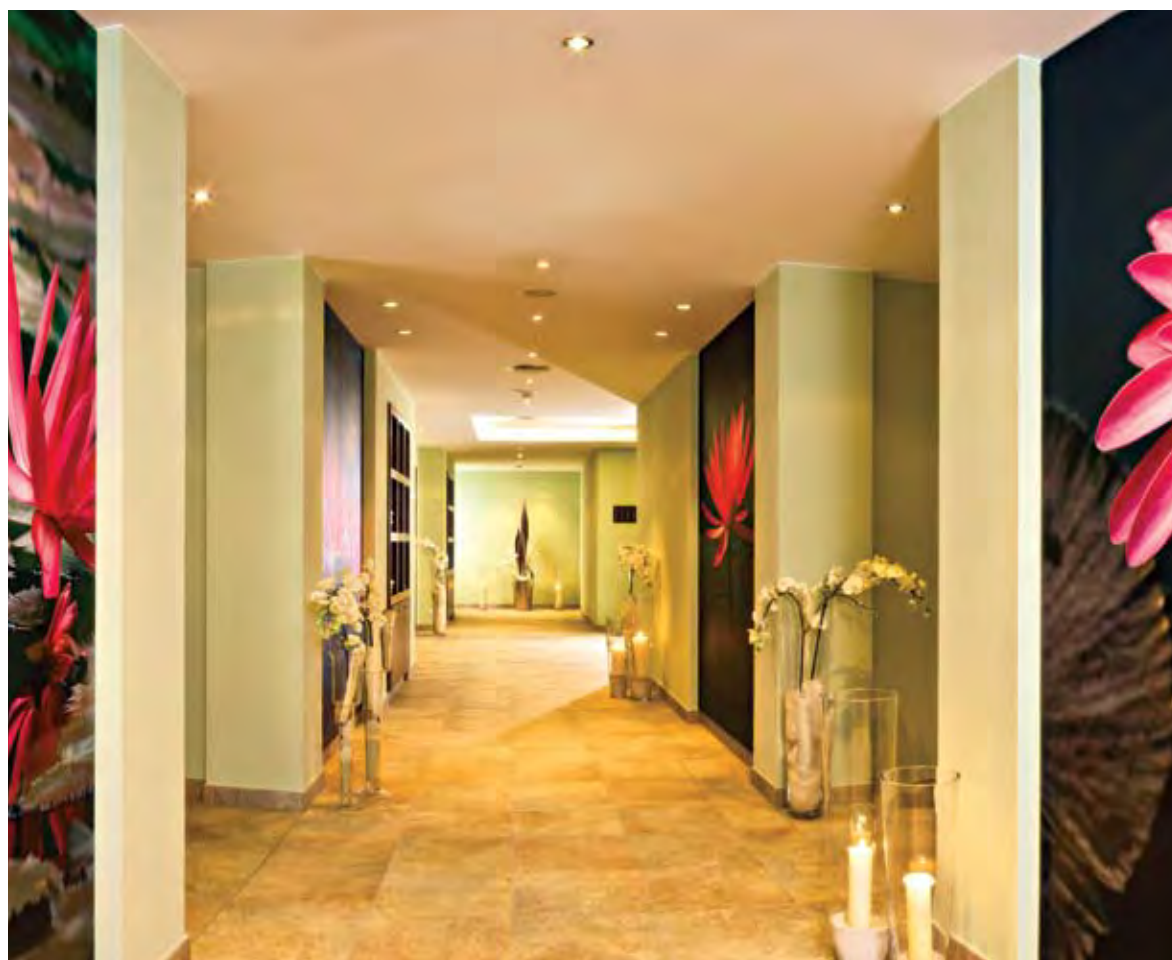
A lienzi Dolomitokra és a Schober hegységre néző (részben külön gyermekszobával ellátott), 72 luxus vendégszoba, valamint a négy exkluzív Royal Suite lakosztály berendezésében, szintenként a bordó, a kék, a zöld dominál az arany szín és sötét színű fával kombinálva.

Az exkluzivitás és a különleges részletek hangulatát őrzi az összesen 640 m²-en elhelyezkedő 5 étterem. Ezen kívül szállodabár, impozáns szalon nyitott kandallóval, és a közvetlenül az Isel folyó partjára néző elegáns szállodaterasz, persze csodálatos kilátással, szolgálja a vendégek kellemes időtöltését (akár céges vagy privát jellegű rendezvények, összejövetelek alkalmából is).

A szálloda egyben exkluzív kiindulópontja a golf, a síelés, a természet és a kultúra kedvelőinek.

Medical Wellness Spa

A Grandhotel Lienz több, mint 1.400 négyzetméteres spa & wellness részleggel rendelkezik, ahol belső- és külső medence, 7 kezelőhelyiség, párok részére kialakított, gőzfürdővel, pezsgőfürdővel és pihenőrésszel ellátott ún. „privát spa” található. Továbbá bioszanuna, finn szauna, többféle gőzfürdő, pihenőhelyek, valamint az Isel folyó partján fekvő romantikus kert áll a vendégek rendelkezésére.



Kulináris élmények

Az ínycsekknek a főszakács a régi, hagyományos receptekből új és könnyű ételeket varázsol az asztalra. Kulináris koncepciója az idényjellegű és a regionális termékek ötvözetéből álló hagyományos konyha, kiegészítve a korszerű táplálkozásról szerzett tudással.

Az ún. „dolomitkönnyű” konyha célja a régió termékeinek teljes mértékű érvényre juttatása. De a vendég speciális táplálkozási igényeinek is minden téren eleget tesz a főszakács és csapata: pl. kívánság szerint gluténmentes ételek elkészítése is megrendelhető.

A szálloda borospincéjében minden kulináris ínycséghez fellelhető a megfelelő bor, összesen 150 különböző borfajtából kóstolhat a vendég. Ötletes módon, az étterem felé vezető rövid folyosón, egy, a padlóba épített üveglapon keresztül is bepillantást nyerhet a vendég a csaoagató borpincébe.

Az ún. 5 Sterne Gourmetpension - az 5 csillagos ínycs-ellátás, reggelként bio-, vltál- és teasarokkal felszerelt svédasztalos ínycsreggelit, esténként ötfogásos ínycs menüt, hetente egyszer gálavasorát és különleges büfékínálatot foglal magába.





A Grandhotel Lienz speciális ajánlata magyar vendégek számára:

1. ajánlat

„A jövő vendégei a gyermekek”

6 nap/5 éjszaka (egy gyermek elhelyezése 12 éves korig ingyenes a szülők szobájában, 2 fő fizetése esetén)

Érvényes: 2011. június 1–november 1, illetve 2012. január 10–április 10 között

Elhelyezés/ellátás: superior lakosztályban (38 m²)/kiadós büfé-reggelivel

Ár: € 999,- (2 felnőtt+1 gyermek)

A csomagár tartalma:

wellness-ajándékutalvány 30 € értékben/szoba, 1 üveg Prosecco és gyümölcs a szobában érkezéskor, ásványvíz a szobában, 1400m² wellness & spa részleg, gyümölcsökkel, üdítőkkel, csemegékkel, 25% árengedmény: Greenfee a Dolomiten golfpályán, kedvezmények a Grandcard kártyával a szállodában és a városban: pl. 10% kedvezmény a wellness kezelésekre, búcsúajándék

2. ajánlat

„Élvezetes napok a Grandhotel Lienz-ben”

5 nap/4 éjszaka

Érvényes: 2011. június 1–november 1, illetve 2012. január 10–április 10 között

Elhelyezés/ellátás: superior lakosztályban (38 m²)/kiadós büfé-reggelivel

Ár: € 799,- (2 személy részére)

A csomagár tartalma:

wellness-ajándékutalvány 30 € értékben/szoba, 1 üveg Prosecco a szobában érkezéskor, ásványvíz a szobában, 1400m² wellness & spa részleg, gyümölcsökkel, üdítőkkel, csemegékkel, 25% árengedmény: Greenfee a Dolomiten golfpályán, kedvezmények a Grandcard kártyával a szállodában és a városban: pl. 10% kedvezmény a wellness-kezelésekre, búcsúajándék

További információk:

Grandhotel Lienz

Fanny-Wibmer-Peditstrasse 2, 9900 Lienz, Ausztria

tel.: +43/4852/64 070 | fax: +43/4852/61 874

email: info@grandhotel-lienz.com | internet: www.grandhotel-lienz.com



A GRANDHOTEL LIENZ – KELET-TIROL GYÖNGYSZEME
A lienzi Dolomitokra és a Schober hegységre néző szobák igazi kényelmet és luxust sugároznak. Fantasztikus hangulat egy igazán különleges ötcsillagos hotelben!



Ötcsillagos kényelem

Ez a fantasztikus ötcsillagos hotel Lienzből, a 750 éves, ám mégis modern, pezsgő életű, mediterrán hangulatú kisvárosban található. Lienzt a napfény városának is nevezik, mivel évente több mint 2000 napsütéses órával büszkélkedhet. A lüktető várost hangulatos kávézók, éttermek, bárók, és elegáns üzletek teszik színessé, Olaszország közelsége pedig egyértelműen meghatározza a lienzi életvitelt: itt a „Dolce Vita” szellemében élnek meg az emberek minden egyes napjukat. A vendégeket és a turistákat, akik akadnak is bőven, számos élvezet várja: az elegáns és stílusos berendezés, a nagyméretű, legmagasabb igényeket is kiszolgáló szobák és lakosztályok, a kitűnő kulináris élvezetek, a Medical Spa & Wellness részleg a jó közérzet kialakítására alapozott és a legmodernebb orvosi berendezésekkel felszerelt milliójé, mind-mind része a kényeztető luxusnak. A szálloda egyben exkluzív kiindulópontja a golf, a síelés, a természet és a kultúra kedvelőinek is. Ebben a csodálatos hegyi világban ragyog Kelet-Tirol első ötcsillagos hotel-gyöngyszeme, a Grandhotel Lienz, mely 2009. április 30-án nyitotta meg kapuit a vendégek, a luxus és a kényeztetésre vágyók előtt.



LIENZI PIAC – a belvárosban gyógy-növényes szappanokat, házi lekvárokat és szörpöket is beszerezhetünk



5 CSILLAGOS INYENC-ELLÁTÁS

reggelként bio-, vital- és teasarokkal felszerelt svédasztalos inyencreggel, esténként ötfogásos inyenc menüt, hetente egyszer gálavacsorát és különleges büfékínálatot foglal magába. Tavasztól-őszig jöjöd esetén a teraszon a folyó mellett!



PRIVÁT SPA PÁROKNAK

– a hangtérápiával összekötött páros masszázst érdemes kipróbálni!

Önfeledt pihenés, kellemes környezet és hihetetlen nyugalom vár az ide érkezőkre. Az exkluzivitás és a különleges részletek hangulatát őrzi az összesen 640 m²-en elhelyezkedő 5 étterem. Ezen kívül szállodabár, improzálás szalon nyitott kandallóval, és a közvetlenül az Isel folyó partjára néző elegáns szállodaterasz, persze csodálatos kilátással. Az inyenceknek a főszakács tartogat meglepetéseket, aki a régi, hagyományos receptekből nagy kreativitással varázsol új és könnyű ételeket az asztalra. Kulináris koncepciója az igényjellegű és a regionális termékek ötvözetéből álló hagyományos konyha, kiegészítve a korszerű táplálkozásról szerzett tudással. A szálloda borospincéjében minden kulináris inyencséghez fellelhető a megfelelő bor, összesen 150 különböző borfajtából kóstolhatunk.

pakolások fürdőktől kezdve az ajurvédikus kezeléseken, az aromaolaj-, a forró láváköves és a kelet-tirol hegyi méz-masszázs nyújtotta lazító kezeléseken át egészen az orvosi masszázsig terjed. Mi a hotelben a gyógy-növényes masszázst próbáltuk ki. Fantasztikusan kikapcsolódtunk a fél óras

gyakorolt hatásával. Már Hippokratész is felismerte az egészség és a Hold hatása közötti összefüggést.

MEDICAL CARE: A spa és wellness területén egy úgynevezett „SymbioMed Medical Care” részleget (245 m²) alakítottak ki, ahol Dr. Peter Lechleitner egyetemi professzor értékes tanácsokkal látja el a hozzá fordulókat. Kezelő-, ultrahang és ergométer vizsgálatokhoz berendezett helyiségek, saját laboratórium, a modern kezeléseket és az alternatív gyógymódok rendkívüli kombinációja várja a vendégeket. A vizsgálatok kínálata az alap- és intenzív egészségi állapot-felmérés, a fitness- és érrendszeri állapot-felméréstől, az öregedési folyamat lassítása, a hagyományos kínai orvoslás, a homeopátia, és a súlycsökkentés területéig terjed.

www.grandhotel-lienz.com

Privát spa pároknak

A hotel több, mint 1.400 négyzetméteres spa & wellness részleggel rendelkezik, ahol belső- és külső medence, 7 kezelőhelyiség, párok részére kialakított, gőzfürdővel, pezsgőfürdővel és pihenőrésszel ellátott úgynevezett „privát spa” található, ahol akár egy egész napot kettesben tölthetünk masszázsszal, vízágygal és relaxálással. Azonban érdemes belekóstolnunk a többi wellness szolgáltatásba is. Van bioszauna, finn szauna, többféle gőzfürdő, pihenőhelyek, valamint az Isel folyó partján bármikor elköthetünk egy finom teát, vagy egy pohár bort. A kezeléseket gazdag kínálata, a szeráj- és a

kezelés alatt. Ami még teljesen egyedülálló ebben a hotelben az a „Dolomitok aranya – Holdrituálék hölgyeknek és uraknak” elnevezésű kezelés, melynek során az osztrák Alpokban és völgyekben előforduló, kézzel szedett és az ősrégi hagyományok alapján feldolgozott természetes nyersanyagok ötvöződnak a Holdnak az emberi szervezetre





Utazás

Autóval kb. 25 000 forint
+ sztrádadíj

Szállás

A Grandhotel Lienzben
2 felnőtt és 1 gyermek
999 euórért szállhat meg
5 éjszakára

Vacsora

A szálloda éttermében
40 euró egy átlagos menü

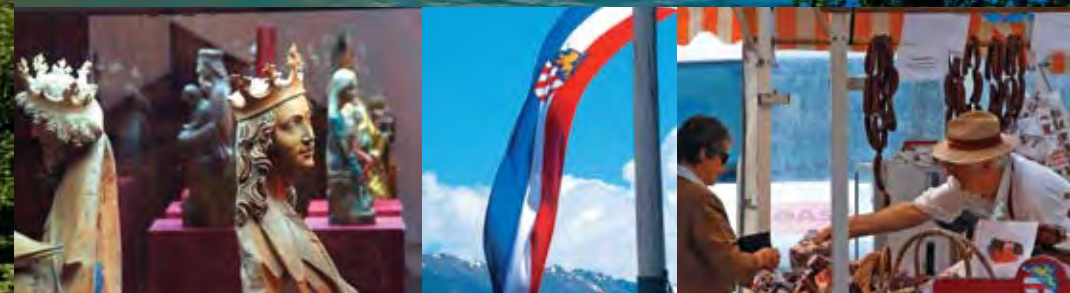
Vitalpinum

Belépőjegy felnőtteknek 3,50,
gyerekeknek 2 euró
(6 éves korig ingyenes)

Osttirodler

Felnőtteknek 6,
gyerekeknek 5 euró

*Lienz-et
a napfény
városának
is nevezik, mivel
évente több mint
2000 órán át
süt a nap*



Fenséges hegyek között, mediterrán hangulatban

Hőségben is jó szánkózni

750 éves, mégis modern, mediterrán hangulatú kisváros Lienz. Kelet-Tirol fővárosa az Isel és a Dráva összefolyásánál fekszik, mesés kulisszák között: északon a Hohe Tauern Nemzeti Park, délen a lenyűgöző Dolomitok ölelésében.

A lüktető várost hangulatos kávézók, éttermek, bárók, elegáns üzletek teszik színessé. Olaszország közelsége is egyértelműen meghatározza a lienzi életvitelt: az emberek a dolce vita szellemében élik hétköznapijait. Ebben a bájos kisvárosban nyitotta meg kapuit 2009. április 30-án Kelet-Tirol első 5 csillagos szállodája, a Grandhotel Lienz. A hotel az Isel folyó partján, Lienz történelmi városközpontjától mindössze néhány percre található.

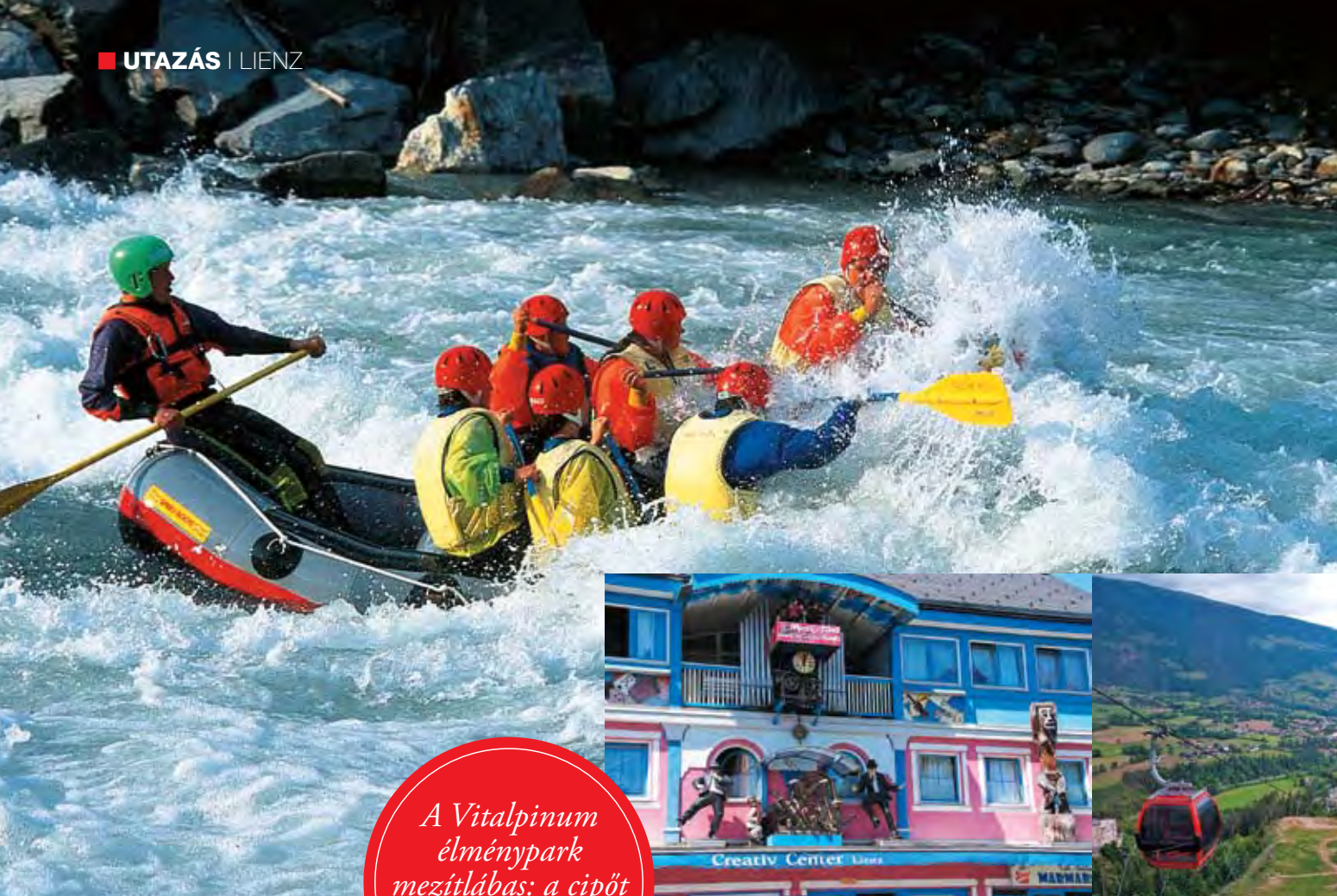
Szálloda, ahol gyógyulhat is

A Grandhotel Lienz tulajdonosai, a Simonitsch és a Westreicher családok filozófiájuknak megfelelően a szálloda nem csak luxus környezetével kívánja kényeztetni vendégeit. Az utazókat számos élvezet várja: az elegáns és stílusos berendezés, a nagyméretű, legmagasabb igé-

nyeket is kiszolgáló szobák és lakosztályok, a kulináris élvezetek, a Medical Spa & Wellness részleg a jó közérzet kialakítására alapozott és a legmodernebb orvosi berendezésekkel felszerelt miliője mind-mind része a kényeztető luxusnak. A kezelések gazdag kínálata, a szerájés a pakolások fürdőktől kezdve az ajurvédikus kezeléseken, az aromaolaj-, a forró lávákőves és a kelet-tiroli hegyi mézmasszázs nyújtotta lazító kezeléseken át egészen az orvosi masszázsig (pl. nyirokdrenázs, sportmasszázs) terjed.

A wellness-részleg specialitása a Dolomitok aranya – Holdrituálék hölgyeknek és uraknak elnevezésű kezelés. Ennek során az osztrák Alpokban és völgyekben előforduló, kézzel szedett és az ősrégi hagyományok alapján feldolgozott természetes nyersanyagok ötvöződnak a Holdnak az emberi szervezetre gyakorolt hatásával.





*A Vitalpinum
élménypark
mezítlábas: a cipőt
lift szállítja a
célállomásra*



található Vitalpinshopban minden illatos do-
log megvásárolható, legyen az szappan, illóolaj
vagy egyéb kedves, illatos ajándéktárgy.

Ródlipálya, ami nyáron is vár

A Lienzhez közel eső sítépet, Zetttersfeldet az Alpok egyik legszebb, óriás méretű, napos teraszaként emlegetik, ahol szezonon kívül is fantasztikus élvezet a pihenés. A sítérület elsősorban családbarát lesiklópályáival várja a téli sportok kedvelőit. A hat kötélpályával a hóbiztos 2278 m-es csúcs is elérhető.

A tavalyi síszezon kezdetétől más izgalmas kaland is várja a családokat. Ekkor nyitották meg Kelet-Tirol első, egész évben(!) működő ródlipályáját, az Osttirolert. A 2,3 km hosszú szakaszon mesés hegyi környezetben és fantasztikus kilátással Lienz városára száguldnak a bátor kalandvágyók.

Palásti Márta

Ősi vár, ami múzeum

A város gazdag történelmi és kulturális örökséggel is rendelkezik. A Schloss Bruck, Lienz 1252-ben épült ősi vára a település jelképe. Az építmény 1943-ban került a város tulajdonába, lényegében azóta múzeumként működik. Öregtornyából szép kilátás nyílik a lienzi völgyre.

Kicsit távolabb, Lienztől kb. 10 km-re nyugatra, az Assling nevű kis településen különösen érdekes attrakció vár kicsikre és nagyokra. Az Unterweger fivérek által megálmodott és kivitelezett Vitalpinum élményparkban minden a természet adta értékekről, illetve az

illóolajoknak az érzékszervünkre gyakorolt hatásairól szól. A „jó közérzet kertjében” az aktív, frissítő vagy épp relaxáló állomásokon különböző vidám gyakorlatokat végezhet el az ember: ilyen pl. a mezítlábas járás, a Kneipp-ösvény, a fűszeres gőztusolás vagy az olajhórszokóp. A „gyógynövények mezején” 150 féle gyógynövényt csodálhatunk meg: például árnikát, körömvirágot, kakukkfűvet, levendulát. Mindeközben a látogatók lábbelijét egy kicsiny cipőlift szállítja a célállomás felé.

A Látványsziesződzében azt mutatják be, hogyan készítenek illóolajat az Alpok növényeiből, a tirolai törpefenyőből. A túra végén

EKSZERDOBOZ.. A GLECCSEREK ÖLÉN



BORZONGATÓAN SZÉP, ÉRINTETLEN TERMÉSZET, ÉVEZREDES TÖRTÉNELMI ATMOSZFÉRA, BÁJOS MEDITERRÁN HANGULAT, A DOLOMITOK ÉGBE NYÚLÓ HAVAS ORMAITÓL KÖRBEÖLELT LIENZBEN, KELET-TIROL GYÖNGYSZEMÉBEN.

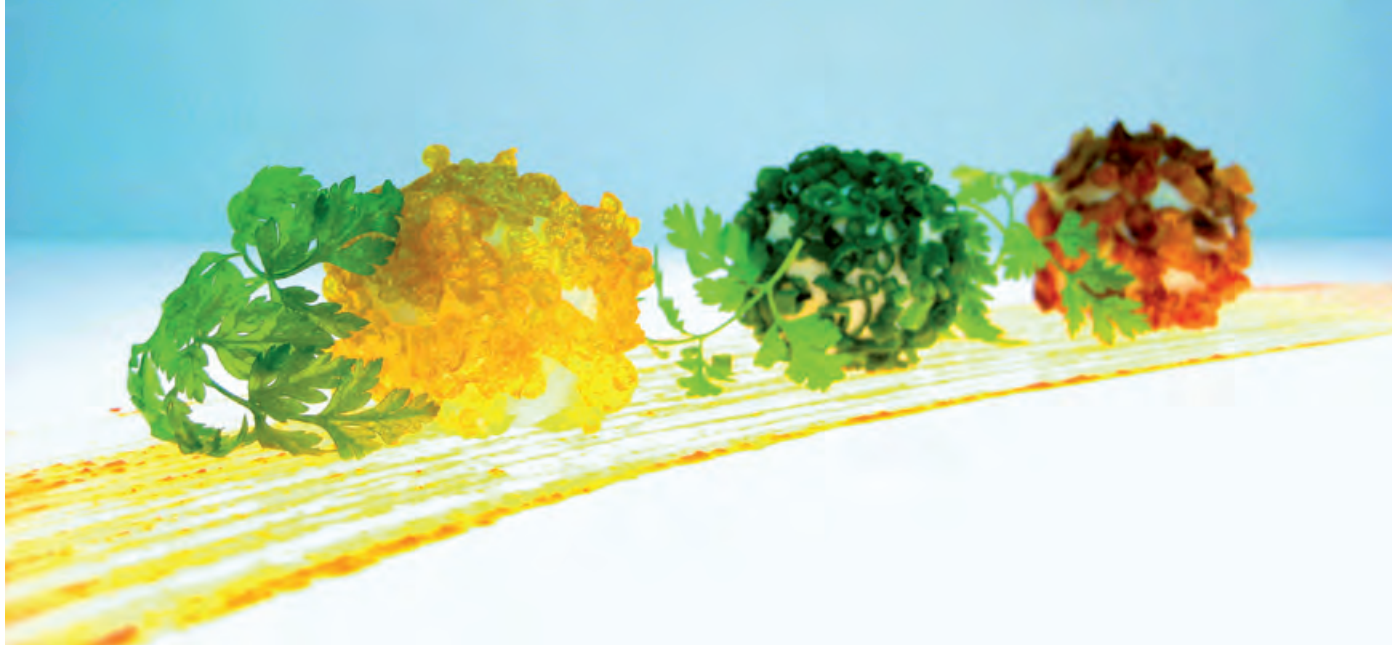
ÍRTA: DR. ELTER TAMÁS, KÉPEK: ARCHÍV

Ausztria ezer arca még mindig képes új felfedeznivalókkal meglepni – gondoltam magamban, amikor Kalgenfurtot elhagyva nyugat felé vettem az irányt. A környék árasztotta békés, sejtelmes alpesi hangulatban gyorsan elfogytak a kilométerek. Éppen akkor érkeztem meg Lienzbe, amikor a nap utolsó bágvadt sugarai kihunytak a Dolomitok hómezőin. Kelet-Tirol fővárosa több mint 750 éves múltira tekint vissza. A városka főterén álló főúri várkastély, a Liebburg, ma az önkormányzat székhelye. Átellenben magasodik az időtlenség derűjével a gótikus plébániatemplom. A leanderekkel ékesített kávézók teraszainak vidám lármája, hamisítatlan „dolce vita”-hangulattal bírnak. Az alpesi mediterrán hangulat nem véletlen, hiszen Lienz az ország egyik napsütésben leggazdagabb területe. A város az olasz határ közelében, az Isel és a Dráva összefolyásánál fekszik, 2000 méternél magasabb, hófödte hegykorszortól körbeölelve. Lienzet északon a Hohe Tauern hegyvidéke, dél felől pedig a világ

leggyönyörűbb hegyei között számon tartott Dolomitok határolja. Az országban járva mindig megfog a vidéki Ausztriát olyannyira jellemző „Gemütlichkeit”, a jó kedély, de az a közvetlen barátságosság, amelyet lépten-nyomon itt tapasztaltam, talán még az osztrák „átlagot” is meghaladja. Lienz és környéke egész évben első osztályú lehetőséget kínál a természet felfedezése iránt rajongóknak, az extrém hegyi vagy vadvízi kalandok kedvelőinek, a sielőknek és a békés pihenésre vágyóknak egyaránt. Aki tartalmas kikapcsolódásra vágyik, annak fejedelmi ellátást és igényes programokat kínál a város büszkesége, a 2009-ben átadott Grand Hotel Lienz, Kelet-Tirol jelenleg egyetlen, minden, még a legkényesebb igényt is kielégítő ötcsillagos szállodája. A szállodatulajdonos Simonitsch és Westreicher családok filozófiája, a látogató személyes igényeinek maximális kiszolgálása olyan rendkívül baráti, kedélyes atmoszférával párosul, amelyet talán csak visszajáró törzsvendégként tapasztalhatunk meg egy-egy alpesi panzióban!

Ez a barátságosság lengi be az elegáns szobákat, a kitűnő éttermeket és a szálloda büszkeségét, a világszínvonalú Medical Spa & Wellness részleget egyaránt. Valamennyi, terasszal ellátott vendégszoba a festői lienzi Dolomitokra és a Schober hegyvidékére néz. A szobaárak magukban foglalják a vitáltrener szolgáltatásait is, aki gyalogtúrákat, nordic walking programokat vagy házon belüli, egyénre szabott kikapcsolódást szervez meg számunkra. A várostól alig 4 kilométerre magasodik a völgy fölé a sasbércen álló Lienz ősi vára, az 1252-ben épített Schloss Bruck. A középkori lakótoronyba felkapaszkodva pazar panoráma tárul a szemünk elé. A vár alatti völgyben állt egykor Aguntum, a Kr. u. 1. században, Claudius császár uralkodása alatt fénykorát élő település. Kelet-Tirol fürdőzésre és vízi sportokra alkalmas tava, a Tristacher See mindössze 4 kilométeres távolságra búvik meg Lienztől, a Dolomitok lábánál. A környék ékessége, a Lienzi Dolomitok számos, 2000 méter feletti csúccsal rendelkezik. Legmagasabb pontja, a Grosse Sandspitze, 2770 méter magasra emelkedik ki a környező hegykorszorúból. A téli időszakban síparadicsommá válik a kelet-tirol havasok világa, kitűnő lehetőségeket kínálva a téli sportok szerelmeseinek. Kelet-Tirol ékszerdoboz, Lienz, bármelyik évszakban osztrák vendégszeretettel várja az ide látogatókat. Nem szabad kihagyni! ■

WWW.GRANDHOTEL-LIENZ.COM



Dolomitok kincse

Grandhotel Lienz

Kelet-Tirol, valamint a Dolomitok ölelésében elhelyezkedő fővárosa, Lienz turisztikai szempontból nem tartozott a legfrekvenciáltabb úti célok közé – eddig. A 750 éves, mesés kulisszák között elterülő, mediterrán hangulatú kisvárosban azonban nemrég megnyílt a térség első 5 csillagos szállodája. A Grandhotel Lienz elegáns enteriőrje valódi kincseket rejt: a legmodernebb orvosi berendezésekkel felszerelt és a speciális kezelésekkal szolgáló Medical Centerrel, valamint korszerű Spa & Wellness részleggel várja a kényeztető luxusra „szomjazó” vendégeket. A szálloda igazi különlegessége mégis a 640 m²-en elhelyezkedő, öt különböző stílusra hangolt étterme. Kulináris koncepciója az idényjellegű és a regionális termékek ötvözetéből álló hagyományos konyha. Így tányérunkra a tiroli halak és vadak húsából, és a területre évszázadok óta jellemző zöldségekből és gyógynövényekből kerülnek az alapanyagok. A csodás hegycsúcsokkal körülvett teraszon elfogyasztott vacsorához pedig a hotel borospincéjében megbúvó, 150 különböző borfajta közül választhatnak a gourmet-k. A Grandhotel Lienz a magyar vendégek számára speciális ajánlatokkal is szolgál.

www.grandhotel-lienz.com, info@grandhotel-lienz.com



Fényérzékenység

Moholy-Nagy László: The Art of Light

Moholy-Nagy László életműve egy nagy ívű, sok eszközzel írt óda a fényhez. A mágus tükrözte, törte, mintázta, színezte a fényt lencséken, vásznakon és filmszalagon – máig alkalmazott művészi kifejezőeszközöket és iskolát teremtve. A Ludwig Múzeumban most több mint 200 alkotáson – fotókon, fotogramokon, festményeken, filmekken és díszleteken – követhetjük nyomon a produktív génusz útját. E mellett Moholy-Nagy személyes sorsát, művészet-elméleti-pedagógiai látásmódját is behatóan megismerjük. Akinek pedig ez sem elég, az nézze végig a folyamatosan játszott némafilmeket, melyek legalább annyit érnek dokumentumként, mint művészi alkotásként.

Ludwig Múzeum, 2011. június 9 – szeptember 25.



Mediterrán wellness a hegyek ölelésében

Nem mondom, beletelik vagy hét órába, amíg Budapestről odajutunk, de megéri! Kelet-Tirol Ausztria titkos kincse, és a tartomány ötcsillagos luxusszállodája, a Grandhotel Lienz pedig a wellness minden kényeztetéssel felszerelt központja.

Grandhotel

Lienz, a 750 éves, mégis modern, pezsgő életű, mediterrán hangulatú kisváros Kelet-Tirol fővárosa. A 678 méter magasan elhelyezkedő település az Isel és a Dráva összefolyásánál fekszik. Északról a Hohe Tauern Nemzeti Park, délről a Dolomitok fogja körül. Olaszország közelsége pedig egyértelműen meghatározza a lienzi életvitelt. Itt várja a vendégeket a tartomány első ötcsillagos, új hotelgyöngyszeme, a Grandhotel Lienz.

A Dolomitok aranya

A szálloda (tulajdonosai, a Simonitsch és a Westreicher családok filozófiájának megfelelően) nem csupán elegáns környezetével kívánja kényeztetni vendégeit. Az elegáns és stílusos berendezés, a nagy alapterületű szo-



bák és lakosztályok, a kítűnő konyha, valamint a legmodernebb orvosi berendezésekkel is felszerelt medical spa- és wellnessrészleg mind része a kényeztető luxusnak.

A több mint 1400 négyzetméteres spa- és wellnessrészlegben belső és külső medence, 7 kezelőhelyiség, valamint párok részére kialakított, gőzfürdővel, pezsgőfürdővel és pihenőrésszel ellátott úgynevezett „privát spa” található. Itt elvonulhatnak a külvilágtól, és a párunkkal kettesben próbálhatjuk ki a legkülönfélébb, keleti és nyugati kényeztető kezeléseket. A gazdag kínálat a szeráj- és a pakolásos fürdőktől kezdve az ájurvédikus kezeléseken, az aromaolaj-, a forró láváköves és a kelet-tiroli hegyi mézmasszázs nyújtotta lazító kezeléseken át egészen az orvosi masszázsokig terjed.

De ami a Természetgyógyász Magazinval a hónap alatt különösen tetszett, az a wellnessrészleg specialitása: a Dolomitok aranya – holdrituálék hölgyeknek és uraknak elnevezésű kezelés. Ebben kézzel szedett és az ősrégi hagyományok alapján feldolgozott természetes növényeket használnak,

figyelembe véve a holdnak az emberi szervezetre gyakorolt hatását. A holdfázis-rituálékot teljes mértékben személyre szabják és az adott holdfázisra hangolják, így az újhold idejére, azaz az újrakezdés időszakára stimuláló kezelési

rituálékot, a növekvő hold idejére, vagyis a regenerálódás időszakára ápoló testi rituálékot ajánlanak. A telihold ideje a fények időszaka, ekkor érdemes igénybe venni a kényeztető rituálékot, míg a fogyó hold ideje, azaz a lazítás időszaka a tisztító kezelési koncepciók ideális időpontja.

Golf, kerékpározás, hegyi túrák

Szabadidős program is akad bőven, ha nem akarjuk az egész napunkat a medence partján és a kezelőhelyiségekben tölteni. A szálloda



társüzemeltetésében lévő, Dolomitengolf Ost-tirol elnevezésű 27 lyukú golfpálya mindössze 10 percnyi autózással elérhető, de akinek arra támadna kedve, kerékpározhat is. Egyszerűbb túrákra kiválóan alkalmas a folyópart, bár ennél azért akadnak nehezebben leküzdhető útvonalak is. Aki elég erőt érez magában, a profik nyomába is eredhet, hiszen az idén ezen a környéken is tekert egy szakaszt a Giro D'Italia mezőnye.

Aki szívesebben választja a sétát, azt várja a város gazdag történelmi és kulturális öröksége.

Lienz



A látnivalókhoz tartozik a Schloss Bruck, Lienz ősi vára, amely egyben a város jelképe is. A hatalmas várat 1252-ben építették. Honi szál is vegyül történetébe, mivel az egy-

kor itt regnáló Görtzi grófok egyikének magyar felesége volt. Az ő kérésére készült kápolna freskói immár több száz éve teljes épségben láthatók. Kisebb csoda, hogy az időnkénti tisztításon kívül nem szorultak restaurálásra. (www.museum-schlossbruck.at)

Egyébként a rómaiak voltak az elsők, akik a lienzi völgyet letelepedési területnek választották és megalapították Aguntumot, Tirol egyetlen római kori városát, mely Claudius császár ural-

kodása idején élte fénykorát. A Lienztől keletre, körülbelül 4 km távolságra található Aguntumban ma ezekről az időkről tanúskodik a múzeum kiállítása, bepillantást adva a római kultúra világába (www.aguntum.info).



Élménypark gyógynövényekkel

Lienztől jó 10 km-re nyugatra, Asslingban különleges látnivaló vár a gyógynövények szelermeseire. A Vitalpinumban mezítláb sétálhatunk különféle talajokon, kakukkfűvel, borókabogyóval, rózsabimbókkal és fagorgáccsal töltött medencékben, és egy kis hegyi patak jóvoltából edzhetjük a lábunkat a Kneipp-ösvényen. Átme-
hetünk fűszeres gőzpermet alatt, kipróbálhatjuk az illóolaj-horoszkópot, míg a gyógynövények mezején 150-féle gyógynövényt csodálhatunk meg, köztük árnikát, körömvirágot, kakukkfűvet, levendulát. Nehéz megállni, hogy valamit



ne vigyünk magunkkal az élménypark üzletéből, ahol sokféle illatos termék kapható, legyen az szappan, illóolaj vagy illat-

párna. Én történetesen egy flakon levendulás testápolóval tértem haza (www.vitalpinum.at).

Télen a régió kitűnő síparadicsom, 8 hegyivásút, 350 km sílesiklópálya, 400 km sífutópálya, 120 alpesi menedékház, snowboard, jégkorcsolyapá-



lya, jégbot-csúsztatás várja a téli sportok szerelmeseit. Két közeli, kitűnő síterület, a Hochstein és a Zetttersfeld sípályáit a szállodától ötpercnyi autóúttal érhetjük el. (www.lienzer-bergbahnen.at) Ám nyáron is érdemes elautózni a gondolás felvonóhoz, hiszen 2010-es téli szezon kezdete óta különösen izgalmas kaland vár kicsikre és nagyokra egyaránt: Kelet-Tirol első, egész évben működő ródli pályája, az Osttiroler. A bátorságunkat összeszedve 2,3 km hosszú szakaszon, mesés hegyi környezetben száguldhatunk lefelé.

● -me-

Grandhotel Lienz – 9900 Lienz, Fanny-Wibmer-Pedstrasse 2. Ausztria

Tel.: 0043/4852/64070 Fax: 0043/4852/61874

E-mail: info@grandhotel-lienz.com

Internet: www.grandhotel-lienz.com





Grandhotel Lienz*****, Kelet-Tirol, Ausztria

Az élet napos oldala

Csaknem 80 nm-es, tágas, gyönyörű, egymástól színben, stílusban eltérő lakosztályok – nem is egy, hanem mindjárt négy. Hotelstars Union-minősítés az elsők között, vagyis nemzetközi minősítés alapján megállapított öt csillag, ami, meglepő módon, akár vendégek elvesztéséhez is vezethet... Ausztria egyelőre még felfedezésre váró déli részén, Kelet-Tirolban jártunk, a környék egyetlen ötcsillagos házának vendégeként.

Kelet-Tirol fővárosa, a 678 méter magasán lévő Lienz még annyira ismeretlen a világban, hogy a minap, amikor arról számolt be a nemzetközi sajtó, hogy Heather Mills (Paul Mc'Cartney exé) műlábbal a paraolimpiára készülve, siedzés közben a vállát törte – nos, amikor felröppent a hír, mindenütt közölték, hogy Linzben gyógykezelik. Az orvosi rész valóban igaz, csak nem Linzben történt az eset, hanem Lienzben, ahol az

ötcsillagos hotel medical részlegét vezető professzornak, dr. Peter Lechleitnernek köszönheti Mills asszony, hogy ma már ismét gőzerővel edzhet tovább a nagy megmérettetésre.

Dolce vita, Nagyharang

Azonban a város lakóinak laza és az életet olaszos könnyedséggel vevő stílusára jellemző, hogy senki sem tiltakozott a tévedés miatt, inkább nevettek rajta egy jót az emberek. Kelet-Tirolban már csak az olasz határ közelsége miatt is (a városkától alig 50 km-re van) inkább itáliai hangulat uralkodik, mintsem osztrák. A sétálóutcaként funkcionáló lienzi főutcában egymást érik a kisvendéglők, kávézók, fagylatozók, pizzériák. Mindenütt a teraszon napsütésben fürdő helyiek és turisták – olyan érzés, mintha mindenki szabadságon lenne, és az emberek élveznék az élet napos oldalát. Csak tetézi a jó hangulatot, hogy idén erre kerekednek a Giro d'Italia résztvevői, akik, miután feltekernek a közeli Grossglocknerre, azaz Nagyharangra (3797 m-rel ez

Ausztria legmagasabb hegye), a városkában pihenik ki fáradalmaikat.

A fészek melege

Egyébként a rangos kerékpáros-vidal épp az a verseny, amellyel annak idején – pont két éve – telt házzal megnyitott a hotel. A házat megnyitó és azóta is a pozícióját megtartó igazgató, Johannes Westreicher úr bizakodó mind az idei, híres nemzetközi kerékpárosverseny vendégcsalogató hatását, mind az év további részében a töltöttségi adatokat

illetően. Mint mondja, a 25-30 százalékos éves töltöttséget minden bizonnyal idén is hozzák, akárcsak tavaly, a tulajdonképpeni első teljes üzleti évben. És ezzel a családjá elégedett – hiszen a Grandhotel Lienz (ahogy az bevezető anyagunkból is kiderül – a szerk.) száz százalékban családi vállalkozás, tulajdonosai a Simonitsch és a Westreicher család. Nagynénik, nagybácsik, feleségek, sógorok, komák és mindenféle rokonság szerepel a tulajdonosi körben, ami egy szállodavezetésnél





mindig jót jelent – hiszen családon belül nagyobb a bizalom, mint kívülről érkező menedzsment esetén.

Csillagok vs. üzleti utazók

A „Who's who” a családban felsorolása után újabb érdekes témát taglal az igazgató: szállodája az első között jelentkezett és kapta meg az ötszallagos minősítést a Hotelstars Union osztrák szakbizottságától. Az elérhető maximális pontszámból, ami 100 százalékot jelent, 96 százalékot teljesítettek, a bizottság képviselői már ünnepélyes keretek közt át is adták a minősítést, most várják az ezt igazoló táblát, amelyet kifüggesztenek. Megbeszéljük, hogy mindez Magyarországon sem ismeretlen, hiszen nálunk is épp most zajlanak a minősítések. Arról is jól informált Herr Westreicher, hogy néhány magyar ötszallagos hotel nem kéri a minősítést, inkább

leveszi a csillagot. Azt mondja, náluk, Ausztriában ugyanez a helyzet. Hiszen nem egy nagyobb konferenciától, rendezvénytől esnek el a házak amiatt, mert a mai nehéz helyzetben ötszallagos házba nem vihetnek a cégek üzleti rendezvényeket. Fogászati konferencia, gyógyszeripari találkozó – a lienzi házban is törölték már a csillagok miatt az előzetes foglalást. Azonban, véli határozottan az igazgató, a csillagok fontosabbak annál, mint hogy ilyen jellegű probléma miatt corporate vendégeket veszítenek el.

Mi a Dolomitzonyha?

Pedig sajnálhatják az utazók, ha ezt a szállodát nem használják üzleti rendezvényre vagy pihenés céljából. A ház minden szobája, a 72 luxusvendégszoba és a 4 royal suite (emeletenként más-más színekkel: kék, zöld, arany sötét fa összeállít-



tással kombinálva) a szinte karnyújtásnyira lévő Dolomitokra, a Schober hegységre és a szálloda mellett futó Isel folyóra néz. 640 nm²-nyi helyen található az öt különböző stílusban berendezett étterem, a konyhában az indulás óta Christian Flaschberger és csapata serénykedik. A főszakács filozófiája: régi hagyományos osztrák recepteket ötvözni a korszerű táplálkozás elemeivel. „Dolomitzonyhát” vezet: a régió legjobb termékeinek felhasználásával különleges gasztronómiát képvisel. Érdekesség, hogy az éttermek felé menet a padlóba épített üveglapon keresztül a borospincébe lehet be a vendég, ahol 150 különböző (alapvetően osztrák és olasz) borfajtából lehet kóstolni.

Saját orvosi részleg, speciális gyógy módokkal

A szálloda különleges szolgáltatásaihoz tartozik még az 1400 nm²-nyi spa & wellnessrészleg mellett az a speciális medical wellness terület, amelyet szintén a család egyik tagja, a nagy nemzetközi hírnévnek örvendő dr. Peter Lechleitner vezet. Kezelő, ultrahang- és ergométervizsgálatokhoz teljesen felszerelt helyiségek, saját laboratórium tartozik a részleghez, ahol alternatív gyógy módokat is alkalmaznak. Teljes állapotfelméréssel, az öregedési folyamat lassításával, hagyományos kínai orvoslással, homeopátiával és súlycsökkentéssel foglalkoznak a szállodán belüli medical részlegben.

Aki pedig inkább a természet, a friss levegő gyógyító erejében hisz, annak is van bőven válogatnivalója a környék programjaiból. Lehet (sportosan) felgyalogolni a közeli Schloss Bruckra, Lienz ősi várába, ahol mindig érdekes, tematikus kiállításokat rendeznek a vár helyiségeiben, a panoráma pedig pazar. Szintén a közelben található a római időköt idéző Aguntum egykori római település, amely a mi Aquincumunkhoz hasonlóan érdekes kulturális emlék. És nemrégiben nyílt egy különleges élménypark a szomszédos faluban, Asslingban „Vitalpinum” néven, ahol természetes környezetben mutatnak be illóolajokat, gyógynövényeket. Itt mezítáblás járás, fűszeres gőz és cipőlift szerepel például a nem mindennapi programok közt.

E cikk felmutatásával érkező vendégeknek külön kedvezményt biztosít a ház öt napra (négy éjszaka) idén november 1-jéig, illetve jövő év első negyedévében. Elhelyezés superior lakosztályban, 2 fő számára, vitalbüfével, 799 euróért. A csomag tartalmaz wellness-ajándékutalványt, Prosecco bekészítést, árengedményt a Greenfee Dolomiten golfpályán, valamint a ház összes wellnesskezelése kedvezményesen vehető igénybe.

Vágó Ágnes

Vendég & Hotel



Nyaralóból hotel



Amikor először vetett a sors az ausztriai Lienzbe, már jó ideje távol éltem a hazámtól, hiszen Jamaicában egy hatalmas hotelprojektet vezettem. Egy 478 hektáron lévő szállodamonstrumot, ahol – hogy a méretekről valamennyire fogalmuk legyen – csak lakosztályból van 430, és 40 úszómedence tartozik a szállodához. Ide, Kelet-Tirol fővárosába tulajdonképpen csak hazazajártam évente néhány hónapra pihenni. Azért vásároltam egy házat Lienzben, hogy élvezzem a Dolomitok közelségét, a táj szépségét és ezt a hangulatos kisvárost. Azonban a helyi polgármester addig-addig kérdezgette, hogy mikor építem fel végre itt is a szállodámat, míg egyszer fogtam magam, elkészíttettem egy szinte kacsalábon forgó háznak, egy ötcsillagos luxusszállodának a tervét, beadtam a hivatalhoz azzal a tudattal, hogy ügysem fogja senki engedélyezni. Nem így történt. Úgyhogy innen már nem volt visszaút. Ezért 2007. szeptember 22-én megtörtént az ünnepélyes alapkövetétel – ráadásul nem is akárkit kértünk fel rá: Ausztria első emberét, dr. Heinz Fischer államfőt. Az építkezés október 15-én kezdődött, és

2009. április 30-án megnyílhatott Kelet-Tirol első ötcsillagos szállodája, a Grandhotel Lienz. Ahol tulajdonképpen csak befektető vagyok, a napi munkában nem veszek részt, ezt a családom többi tagjára bízom, hiszen ez egy igazi családi vállalkozás, akárcsak a néhány száz kilométerrel arrébb található, szintén Tirolban lévő másik ötcsillagos szállodánk. Itt, Lienzben a nejem, Elisabeth felelős a házban a belső designért, a sógorom a ház cégvezetője, a nejem idősebb testvére a pénzügyeket irányítja, a fiatalabbik sógorom az igazgató.

A ház nyitása feledhetetlen volt, hiszen akkor kerekedett át Lienzen a Giro d'Italia teljes mezőnye, úgyhogy az első napokat telt házsal kezdtük. Aztán a szálloda első éves átlagos kihasználtsága 25 százalékos lett, ez tavaly 30-ra nőtt. A vendégejszakaszám egy év alatt megduplázódott, főként más tartománybeli osztrákok, valamint az olasz, a szlovén határ közelsége miatt a két határ túloldalán lakók, valamint horvátok, németek és reményeink szerint egyre több errefelé utazó magyar vendégünk van és várható.

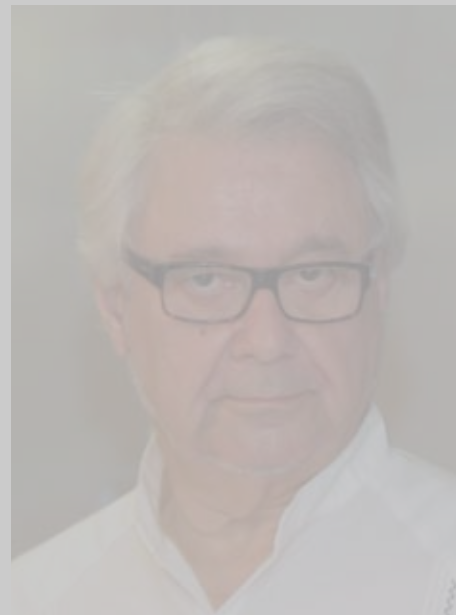
Ami különlegessége a háznak, hogy nemcsak luxusszálló, hanem olyan páratlan felszereltségű medicalrészzelleggel rendelkezik, ahol teljes általános orvosi kivizsgálás, valamint kúra valószínűsíthető meg. A részleget szintén az egyik sógorom, dr. Peter Lechleitner vezeti, Ausztria-szerte ismert professzor, az innsbrucki kórház irányítója, egyben a lienzi kórház főorvosa. Ő kezelte a napokban Paul McCartney exfeleségét, Heather Millst, aki a paraolimpiára készülve síbalesetet szenvedett, és eltörtött a válla.

Prof. Heinz E. W. Simonitsch

a Grandhotel Lienz tulajdonosa,
szállodai befektető

Ne irigyeld a francia szakácsot!

Franciaországban az élvonalbeli séfek többsége fontosnak tartja a fiatalok képzésében történő részvételét. Jőmagam is óraadó tanár vagyok a nagy hírnévnek örvendő párizsi École Supérieure de cuisine nevű oktatási intézményben. Nemcsak Franciaországban foglalkozom fiatalokkal, hanem az egyesült államokbeli Providence-ben található Jackson & Wales egyetemen is. Itt a Konyhaművészeti Akadémián is tartok előadásokat. Természetesen saját versailles-i éttermemben is fogadok tanulni vágyó fiatalokat vagy sztárszolókat, harminc év alatt hétszáz tanonc fordult meg a konyhámon. Előfordul, hogy a szülők keresnek meg egy levéllel, van, hogy az iskolából érkeznek tanulók, akiknek előírás a két éves gyakorlati tapasztalat megszerzése. Nálunk, Franciaországban a különböző oktatási formáknál eltérő az elméleti és a gyakorlati képzés ritmusa. Van, ahol egy héten három nap elméleti képzést követ két nap gyakorlat, van, ahol kéthetes periódusokra van bontva a tanmenet, vagyis két hét iskola után következik két hét konyhai munka. Az École Supérieure de cuisine különleges ebből a szempontból, mert itt hat hónapos elmélet után következik teljes hat hónap gyakorlat. Elméletileg semmi akadály annak, hogy Magyarországról is jöjjenek tehetséges fiatalok hozzám, a Les Trois Marché-ba, de azt tudni kell, hogy Franciaország az adminisztráció fellegvára. Azonban, mivel az Európai Unió tagjai vagyunk, úgy látom, egyáltalán nem lehetetlen feladat megszerezni az engedélyeket. Mondjuk egy kubai tanítványom esetében nem volt egyszerű. Egyébként fogadtam már fiatalokat Japánból, Tunéziából és az Egyesült Államokból is. Nagy örömmel várom a magyar fiatalokat éttermembe, és mondhatom ugyanazt a velem együtt Magyarországra látogató kollégám, David Rathgeber nevében is. (Ő a Párizs 14. kerületében lévő L'Assiette étterem tu-



lajdonos-konyhafőnöke – a szerk.)

A francia szakácsstanulók tisztában vannak azzal, mekkora felelősség, hogy gasztronómiánk a kulturális világörökség részévé vált. Természetesen ez a tény sok fiatalembert inspirál arra, hogy a mi szakmánkat válassza. Ugyanakkor komoly probléma, hogy a szakácsszakma felértékelődésével egyre kevesebben választják a felszolgálói pályát, ez pedig komoly feszültségeket okoz. Sok szakácsstanuló nem veszi figyelembe, hogy a kiemelt kategóriába tartozó, Michelin-csillagos vagy magas Gault-Millau pontszámmal rendelkező éttermekben állandó teljesítménykényszer van a séfeken, szakácsokon.

A magyar gasztronómiát különben nem nagyon ismerem, másodszor vagyok Magyarországon, de csak egyetlen este volt alkalmam ellátogatni egy budapesti étterembe. Meg kell mondanom, igazán kiemelkedő volt az a gasztronómiai élmény és szerviz, amelyet az Aranyszarvas étteremben kaptunk. Gratulálok, világszínvonal, amit ott csinálnak!

Gerard Vié

A Versailles-i két Michelin-csillagos Les Trois Marché étterem tulajdonos-konyhafőnöke

Az elfeledett Kelet-Tirol balzsamos illata

Ötcsillagos kényelem a Dolomitokban · Lienz, a napfény városa: mediterrán életérzés egy gleccserfolyó partján

Tirolról hallva a politikára érzékeny embernek elsősorban az első világháború után Olaszországhoz csatolt Dél-Tirol jut eszébe. A természet szerelmeseinek elsősorban az osztrák Észak-Tirol ugrik be, de kevesen tudják, hogy létezik Kelet-Tirol is, amelyet méltatlanul elfeledek. Most ide, egészen pontosan a régió fővárosának számító Lienzbe látogattunk el.

S Z O M S Z É D O L Ó

■ LUKÁCS CSABA

Lienz, a Budapesttől hétórányi autótútra levő, hétszázötven esztendőös kisváros modern ékszerdobozra hasonlít. Nem csoda, hiszen a második világháborúban két épület kivételével az összeset lebombázták a település fontos stratégiai szerepe miatt: forgalmas vasúti csomópont volt az Osztrák-Magyar Monarchia idején. Az 1252-ben épített Schloss Bruck vára viszont épen maradt, így az öregtoronyból az egész, képeskönyvbe illő völgy belátható. A látvány lélegzetelállító, de hát ez nem csoda, hiszen a Dolomitokban vagyunk, és a közelben van a Nagyharang, vagyis a 3797 méter magas Großglockner, Ausztria legmagasabb hegye is. Nincs egyedül, mert a környéken száz háromezer méternél magasabb hegycsúcs is található, a völgyekben többtucatnyi (magas) hegyi tóval.

Lienz és környéke valóságos üdülőparadicsom. Én a környék egyetlen ötcsillagos szállodájában, a Grandhotel Lienzben szálltam meg a tulajdonosok, vagyis a *Simonitsch* és a *Weistreicher* család meghívására, és a reggeli ébredéskor, szikrázó verőfényben az ablakon kinézve valószerűtlenül magasra kellett emelnem a tekintetemet, hogy végre meglássam az eget a városra magasodó hegy fölött. Ez néha még a felhőknek is teljesíthetetlen feladat: beúsznak

az alpesi völgyekbe, és beszorulnak, napokig nem tudnak onnan kikecmeregni.

A 678 méter magasan elhelyezkedő várost dél felől határoló Dolomitokat sokan a világ legszebb hegyeinek tartják. Rádásul itt folyik az ország egyetlen gleccserfolyója, az Isel is, és a közeli Olaszország miatt (alig ötven kilométerre vagyunk a határtól) a mediterrán életérzés sem idegen errefelé. Rádásul Lienz a napfény városa is, hiszen évente legalább kétezer órát lehet élvezni a simogató sugarakat. Elegáns üzletek, rengeteg kávézó, cukrászda, étterem és bár teszi teljessé a dolce vita illúzióját.

A hatalmas vár bejárása után (amely 1943 óta a város tulajdonában van, és jelenleg a helyi múzeumnak ad helyet) érdemes ellátogatni a tőle nem messze lévő rődlipályára is. A tavaly téli szezontól megnyitott Osttirodler a régió egyetlen, egész évben működő ilyen jellegű létesítménye. A 2,3 kilométer hosszúságú pálya tetejére felvonó közlekedik. Kihagyhatatlan élmény ellátogatni az alig tíz kilométernyire lévő Asslingban működő Vitalpinumba is. Az *Unterweger* fivérek által megálmodott alpesi élménypark főként a gyerekeknek fog tetszeni, de a felnőtteket is elvarázsolhatják az illóolajok és a hegyi természet értékei. A „jó közérzet kertjében” első lépésként levetjük a cipőnket, zokninkat – ezeket ötletes cipőlift szállítja el a végállomásra –, és felültt nadrággal elindulunk, hogy



Délutáni felüdülés a „jó közérzet kertjében”. Kelet-Tirol hívogató turistaparadicsom

virágszirmokon, havasi mohán, gesztenyén, hegyi patak gömbölyű kövein gyalogoljunk az utolsó, alpesi illóolajos lábfürdőig. Utána fűszeresgőz-tusolás jön, kezünket pedig mézes-tejes hidratalóval kezelhetjük, legvégül pedig az orrunkat is ellenőrizzük a különféle (gyógy) növények párlataiból készült vakteszten. A gyógyónövények mezején százötven különböző medicinát figyelhetünk meg a Jóisten patikájából, így a körömvirág, a kakukkfű és a levendula keres felismerése után, egy padon, patakszobogás mellett azon is elgondolkodhatunk, milyen keveset is ismerünk abból a világból, ami

a betonkorszak előtt körülvelt minket.

A város környékén természetesen komoly sípályák is vannak (Hochsteinben kétévente női világkupát is rendeznek, Zetttersfeld sítérületét pedig az Alpok napos teraszaként is emlegetik), de nyáron sem kell unatkozniuk, hiszen két és fél ezer kilométernyi gyalogösvény, hat hegyi vasút, bicikliútvonalak, siklóernyős repülésre alkalmas terek, vadvízi evezőtúrák és egy huszonhét lyukú golfpálya is várja a látogatókat.

Végezetül ejtsünk szót néhány a gleccserfolyó partján, a város szívéből pár percnyi gyaloglásra

lévő luxusszállodáról is, amelyet tavalyelőtt adtak át. Elegáns berendezés, hatalmas szobák, a földszinten és az alagsorban pedig medical spa- és wellnessrészleg várja a kikapcsolódásra vágó látogatót. Előbbi azt jelenti, hogy a legmodernebb orvosi berendezésekkel felszerelt részlegen akár teljes kivizsgálást (laboreredményekkel ellátva) kaphat a vendég, míg utóbbiban a külső és belső medence, a szauna mellett akár egy privát fürdőt is kibérelhetünk.

A vacsoránkat a házban lévő öt étterem valamelyikében érdemes elkölteni, hiszen esténként ötfogas ínycmenüt szolgálnak fel a

hagyományos tiroli receptek újrafogalmazott étkeiből, amelyekhez szigorúan idényjellegű, regionális biotermékeket használnak fel. A szálloda borospincéjében pedig százötven különböző borfajtát kóstolhat meg a vendég. A hotel tulajdonosai most a gyerekek érkező magyar vendégeknak külön kedvezményt is adnak: e cikk felmutatásával, hatnapos (öt éjszaka) foglalás esetén két felnőtt és egy gyerek számára, superior, vagyis 38 négyzetméteres lakosztályban, wellness-ajándékutalvánnyal, a szobába készített gyümölcstálal és prosecóval ezer euróba kerül az ötcsillagos kényelem.

A karlstejni vár középkori lépcsőin át az ég felé

A legszebb, amit a gótika Közép-Európában adhatott · Csehországi barangolás féldrágakövekkel és párolt káposztával

A halandók szintjéről, a császár, felesége és kíséretük lakosztályától vezet az út Karlstejnben, Csehország legjelentősebb, a cseh királyság egyik jelképének számító várában az ég felé. A középső a megtisztulás szintje a Szűz Mária-templommal és IV. Károly magánkápolnájával. Legmagasabbra a szögletes nagy torony nyúlik az égi Jeruzsálemet megjelenítő Szent Kereszt-kápolnával. Aki a legszebbet akarja látni, amit csak a gótika művészete Közép-Európában teremtett, annak ebbe a kápolnába kell megérkeznie. Ez pedig nem könnyű dolog.

VILLÁMLÁTOGATÁS

■ P. SZABÓ ERNŐ

A kápolna 1357-es felszentelése után évszázadokon át a legtöbb földi halandónak egyenesen lehetetlen volt. Mégpedig azért, mert a *IV. Károly* által eredetileg pihenőhelynek szánt – Prágától alig ötven kilométerre fekvő, lovon is egy nap alatt elérhető – vár rendelkezése a több mint hét évig tartó építkezés folyamán módosult: Karlstejnben, a nagy torony fölött szintjén lévő Szent Kereszt-kápolnában helyezték el német-római császári és a cseh koronázási ékszereket és az uralkodó tekintélyes ereklyegyűjteményét, szentek értékes maradványait. Így a vár elsősorban reprezentatív székhelyként funkcionált, egészen addig, amíg csak *II. Ferdinánd* át nem minősítette a környéket a cseh királyné hozománybirtokává, ami persze a vár funkcióját és fontosságát is megváltoztatta. A XVIII. században újabb rangvesztés következett, *Mária Terézia* ugyanis a nemesasz-

zonyok intézetének adományozta az itteni birtokokat, s a vár ennek az uradalomnak az adminisztratív és gazdasági központja lett. A falak pedig omlottak, a téglák lazultak, talán csak a Szent Kereszt-kápolna falaiba nem karcolták be a nevüket a „hálátlan utókor” színes gondolkodású, esetleg a jó cseh söröktől megittasodott képviselői – mert nem tudtak bejutni.

A néhány órás vartúra után most is jólesik egy korsó Budweiser vagy Pilsner Urquell a 320 méter magas sziklán álló falak árnyékában. De egyelőre, érkezés után még a várat sem látjuk, nemhogy a sült-párolt, illatos szafttal leöntött sertészselalet, knédli és párolt káposztát, utána pedig jóféle habzó italt kínáló sörözőt. „Hore” – lendíti magasba a karját a parkolóban egy férfi, s a kör, amelyet a kar leír, azt is sejteti, hogy nemcsak fönt, de jó messze is lehet a vár a hegyek között. Majd lefelé jövünk gyalog – mondjuk, s elfoglaljuk a helyünket a mikrobuszban, amely – igaz, hogy a fél hegyet megkerülve, ra-



A falak itt-ott díszletszerűek, de a Szent Kereszt-kápolna évszázadok alatt sem változott

A SZERZŐ FELVÉTELE

vaszul a Karlstejnnel szomszédos falu felől – valóban a vár kapuja előtt teszi le az utasokat. Egyenebb, rövidebb lenne az út lovas szekéren – csakhogy az ezer helyett ezerötyszáz koronáért viszi utasait, s éppen ott teszi le, ahol a meredek kapaszkodó elkezdődik.

Nem olyan meredek persze a szikla, ahogyan a XVIII. századi rajzok ábrázolták, de nem ártott az óvatosság: kapaszkodni való lépcsősorokat kell bejárni a várban, bármelyik (vezetéssel igénybe vehető) túrára vállalkozunk. A XIX. század végén, a nagyszabású rekonstrukció időszakában sok min-

dent átépítettek a várban – és persze le is bontottak –, hogy igazi, középkori ékszerré tegyék újra, nem is olyanná, amilyen volt, hanem amilyennek akkor *Josef Mocker* és munkatársai „elképzelték” a gótikát, de a lépcsőkkel nem volt mit kezdeniük. A kisebbik toronyban elhelyezkedő Szűz Mária-templomon és IV. Károly magánkápolnáján, az uralkodó ortalma-zójának szentelt Szent Katalin-kápolnán, azaz a megtisztulás szintjén át a mennyország, az üdvözülési szintje felé vezetnek lépcsősorok. És ahogyan egyre feljebb haladunk, egyre kevésbé zavarnak

azok a részletek, amelyek a XIX. század végi átépítés után, szinte színpadi elemekként kerültek a valóban középkori maradványok közé. A nagy torony felső szintje felé kapaszkodva már valóban kilépünk a jelen idő koordinátái közül, hiszen a megkopott, de értelmezhető freskók jelenetei már annak az útnak az állomásait ábrázolják, amelyek között IV. Károly vizionálta a haladást a mennyország felé.

A vezetőnk újabb súlyos kulcsot vesz elő és fordít meg a zárban. Lassan, mintha csak egy színpadi jelenet hatását kívánná fokozni,

mielőtt az ajtó kitarul a Szent Kereszt-kápolna bejáratánál. Ha neki is szerepe van benne, ám legyen, tény, hogy nehezen vesz lélegzetet, aki a kápolnába lép: amerre csak néz, az oldalfalakon féldrágakövek és aranylemezek rajzolják meg a kereszt jelét, fölöttük szentek, uralkodók és nemes férfiak arcképeinek galériája, fölöttük a mennyezeten velencei tükröveg félgömbök idézik meg a csillagos égboltot a Nappal, a Holddal és a XIV. században ismert öt bolygóval. A bejárat- tál szemben, az oltár fölött egy fülle látható: ott, aranyozott rács mögött őrizték egykor az ékszereket és az ereklyéket. A legszebb, amit csak a gótika Közép-Európában létrehozott, bólint rá a látogató, s könnyen megérti, miért is voltak olyan időszakok, amikor na-

ponta sok ezer ember volt kíváncsi erre a nem is olyan nagy méretű teremre. Úgy „lelakták” a látogatók a kápolnát, hogy 1980-tól húsz éven át zárva volt a nagyközönség előtt, ma is csak előzetes bejelentkezés-sel látogatható. Így hát szerencsére kevesen vagyunk, csöndben állunk a szent térben. Ameddig csak lehet. A szakrális után pedig hadd jöjjön az a profán! Lefelé, a faluba gyorsan visz a lábunk, és étterem is hamar kerül, csak a választás a nehéz. De odabent, illetve a kertet-helyiségben már nem habozunk: jöhet a „veprové, knedlik, zel”, azaz a sertésült knédlivel és párolt káposztával. No meg a sör.



Lienzben, a Dolomitok lábánál

AUSZTRIA Fenséges hegyek ölelésében, mediterrán hangulatban

750 éves, mégis modern, pezsgő életű, mediterrán hangulatú kisváros Lienz, Kelet-Tirol fővárosa. Tirol tartomány Ausztria területén ugyanis két részből áll: Észak- és Kelet-Tirolból. Dél-Tirolt az első világháború után Olaszországhoz csatolták.

Palásti Márta

A 678 méter magasan elhelyezkedő város az Isel és a Dráva folyó torkolatánál fekszik, mesés környezetben: északon a Hohe Tauern Nemzeti Park (Ausztria legnagyobb nemzeti parkja), dél felől pedig a lenyűgöző Dolomitok – melyet egyébként a világ legszebb hegyei között emlitenek – ölelik körül. Lienzet a napfény városának is nevezik, mivel évente több mint 2000 napsütéses órával büszkélkedhet.

OLASZOS TEMPERAMENTUM A liútkötő várost hangulatos kávézó, éttermek, bárók és elegáns üzletek teszik színessé, Olaszország közelsége pedig egyértelműen meghatározza a lienzi életvitelt: itt a „Dolce Vita” szellemében élnek az életet. Ebben a bájos kis városban és a csodálatos hegyek világában ragyog Kelet-Tirol első 5 csillagos új hotelje, a Grandhotel Lienz. Az Isel partján (ez Ausztria egyetlen gleccserfolyója), Lienz történelmi központjától néhány percre található hotel gazdag kínálatot várja az igényes vendégeket. **WELLNESS KÜLÖNLEGESSÉGEK** A vendéget számos élvezet várja:



Szinte érintetlennek tűnik a mesés táj: itt a kiránduló gyorsan harmonikus kapcsolatba kerül a természettel

Igazi különlegesség: télen-nyáron lehet rólizni

LIENZ VÁROSÁNAK gazdag a történelmi és kulturális öröksége. A látványokhoz tartozik a Schloss Bruck, Lienz ősi vára, mely egyben a város jelképe is. A hatalmas várat 1252-ben építették. 1943-ban a város tulajdonába került és azóta a városi múzeumnak ad otthont. A vár őregtornyából a lienzi völgy jól belátható, persze ez a középkor mozgalmas világában alapvető követelmény volt.

LIENZTŐL mintegy 10 kilométerre nyugatra, az Assling nevű kis településen különlegesen érdekes attrakció vár kicsikre, és

nagyokra egyaránt. A Vitalpinum élményparkban minden a természet adta értékekről, illetve az állólatoknak az érzékszervünkre gyakorolt hatásairól szól. A Vitalpinum szó szerint elvárászoja az ide látogatót az állólatok világába. A „jó közérzet kertjében” az aktív, frissítő vagy épp relaxáló állomásokon különböző vidám gyakorlatokat végezhet el az ember: ilyen például a mezítelbas járás, a Kneipp-ösvény, a fűszeres gőztusolás vagy az olajhóroszkóp. A „gyógynövények mezején” 150-féle gyógy-

növényt csodálhat meg az ember: árnyéka, körömvirág, kakukkfű, levendula... Mindegyik pozitív hatással van az emberi szervezetre. **A 2010-ES TÉLI SZEZON** kezdetétől különösen izgalmas kaland vár kicsikre és nagyokra egyaránt, ekkor nyitották meg Kelet-Tirol első – mellesleg egész évben működő! – rólipályáját, az Osttirolert. A 2,3 kilométer hosszú szakaszon, mesés hegyi környezetben és fantasztikus kilátással Lienz városára száguldnak a bátor kalandra vágyók.

Mi mibe kerül?

GRANDHOTEL LIENZ: 6 nap/5 éjszaka: 999 euró 2 felnőtt +1 gyermek

KÖZLEKEDÉSI KÖLTSÉG AUTÓVAL: 25 000 Ft+autópályadíj

VACSORA az étteremben: 40 euró

VITALPINUM BELÉPŐJEGY

FELNŐTTEKNEK: 3,50 euró,

GYERMEKEKNEK: 2,00 euró

(6 éves korig ingyenes)

OSTTIRODLER (RÓDLIPÁLYA):

FELNŐTTEKNEK: 6,00 euró,

GYERMEKEKNEK: 5,00 euró.

az elegáns és stílusos berendezés, a nagyméretű, legmagasabb igényeket is kiszolgáló szobák és lakosztályok, a kitűnő kulináris élvezetek, a Medical Spa & Wellness részleg a jó közérzet kialakítására alapozott és a legmodernebb orvosi berendezésekkel felszerelt millióje, mind-mind része a kényeztető luxusnak.

A kezelések gazdag kínálata, a szeráj- és a pakolások fürdőitől kezdve az ajurvédikus kezeléseken, az aromalaj-, a forró lávák és a kelet-tirol hegyi méz-masszázs nyújtotta lazító kezeléseken át egészen az orvosi masszázsig (nyirokdrenázs, sport-masszázs stb.) terjed.

A wellness részleg specialitása a Dolomitok aranya – Holdrituálék hőlyegeknek és uraknak elnevezésű kezelés, melynek során az osztrák Alpokban és völgyekben előforduló, kézzel szedett és az ősi hagyományok alapján feldolgozott természetes nyersanyagok ötvöződnak a Holdnak az emberi szervezetre gyakorolt hatásával.

HÍRSÁV

Életmód rovatunk heti oldalainak témái

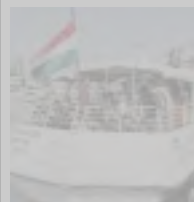
KEDD	AUTÓ & MOTOR
SZERDA	UTAZÁS
CSÜTÖRTÖK	EGÉSZSÉG
PÉNTEK	INYENCSEGEK
SZOMBAT	CSALÁD & NEVELÉS

Újranyitott az Arany utcácska a prágai várban

ÚJRA LÁTOGATHATÓ az Arany utcácska, a prágai vár egyik legfestőibb látványossága. A felújított kéttucatnyi kis ház történelmi bútort és berendezési tárgyait a barrandovi filmstúdiók legjobb szakemberei készítették. A 16-17. századból származó házcskákat fecskefészekként tapadnak az ősi Hradszin várfalához.

Több kedvezmény a Balaton Mixszel

A MÁV-START ZRT. és a Balatoni Hajózási (BH) Zrt. egy üttműködése alapján a Balaton szerelmesei idén is megválthatják kombinált vonat-hajó napijegyüket, a Balaton Mixet. Korlátlan számú díjmentes utazást tehetnek vele a tó körüli vonatokon és a BH menetrend szerinti járatain.



Korlátlanul hajózáhatunk

HÍRDETÉS

Megújul a Rudas és a Lukács

BUDAPESTI FÜRDŐK Milliókból szépül és továbbépül a Gellért

A tervek szerint az elkövetkező években százmilliókat költ a Budapest Gyógyfürdői és Hévízei (BGyH) Zrt. a történelmi és műemlék védettséggel rendelkező fürdők megújítására. Mint az a társaság 2011-14-es időszakra vonatkozó fejlesztési tervéből kiderül, a tervezett beruházások középpontjában az építészetileg rendkívül értékes ingatlanok, illetve a gépészeti eszközök rekonstrukciója, felújítása áll. Mi-

vel a BGyH tavaly két pályázaton is sikeresen részt vett, a közeljövőben megvalósulhat a Rudas, illetve a Lukács gyógyfürdő műemléki felújítása és turisztikai fejlesztése is. Előbbire közel 400 millió, utóbbira körülbelül egymilliárd forintot vissza nem fizetendő támogatást nyert a vállalat, a két pályázat megvalósításához szükséges önrész a társaság rendelkezésére áll.

A főváros tárgyal a Rudas fürdő területének bővítéséről is. A valaha hozzá tartozó palackozóüzemet is átépítve lehetőség lenne élmény-, vízitorna- és termálmencedé, szaunavilágot kialakítani. Az emeleten napozóterasszal, hozzá csatlakozó kávézóval és masszörökabinokkal bővítenék a jelenlegi területet. A tervek szerint már 2012-ben megvalósulhat ez a beruházás. ■

A Szecska

SZINTÉN a tervek között szerepel a Gellért és a Széchenyi fürdő (becenevén Szecska) komplex gépészeti rekonstrukciója is. Az utóbbi korábbi 3,2 milliárd forintos beruházásai a vendégforgalom által közvetlenül érintett területeket érintették. De a gépészeti berendezések felújításai késlekedtek, ezért is kap nagyobb hangsúlyt ez a terület. A felújítás után lehetőség nyílik a közeli intézmények termikus energiával való ellátására is.



A Széchenyit nagyon megszerették a külföldi turisták is

NYÁRI VAKÁCIÓS AJÁNLATOK
BÜKFÜRDŐN
Érkezéskor: 2011. 07. 16-08. 21.

Már csak meg a hajózikos nyári programjainkban is, élvezze a szálloda kényeztetését, a városi közélet, hogy gondatlan és élményekben gazdag időtöltést szerezzen!

HUNGUEST HOTEL RÉPCE***
45.000 Ft / fő / éjszaka
75.000 Ft / fő / éjszaka

HUNGUEST HOTEL RÉPCE GOLD****
55.000 Ft / fő / éjszaka
85.000 Ft / fő / éjszaka

Tartalom: 4/7 ajándék szállás, fogadás, wellness, szórakoztatás, 2/4 nap/3 éjszaka a Bükki Gyógy- és Wellnessfürdőben, valamint a parti programok, a Bükki Gyógy- és Wellnessfürdőben.

Szervező: a nyugdíjas köznevelési központ

Szervezők: a nyugdíjas köznevelési központ

További ajánlatok: a szállás, a wellness, a parti programok, a Bükki Gyógy- és Wellnessfürdőben.

Nyaralni a bolgár tengerparton az egyik legolcsóbb

A járulékos helyi költségeket is figyelembe véve az európai tengerparti célszágok közül Bulgáriában a legolcsóbb a nyaralás – derül ki a német autókлуб, az ADAC összehasonlító vizsgálatából. A tíz tengerpartot felölelő európai lista élén a költségeket tekintve Dánia áll, ahol mindent egybevetve közel 60 százalékkal drágább a nyaralás, mint Bulgáriában. Míg Bulgáriában egy négytagú család meghatározott, 34 árut és szolgáltatást tartalmazó nyári fogyasztói kosara 131 euróba kerül, addig Dániában ugyanez 206 euróba. Dánia után a hollandiai tengerparti nyaralás a legköltségesebb, majd Franciaország következik, Olaszországot megelőzve.

A legolcsóbb Bulgáriát Törökország, majd Spanyolország előzi meg. Görögország az ötödik, a hatodik a magyarok által legkedveltebb Horvátország. A bolgár és a horvát fogyasztói kosár között 39 euró, vagyis 30 százalékos a különbség. A vizsgálatban az egyes országokat legkedveltebb tengerparti üdülőhelyeik átlagára alapján sorolták be. ■

ÉLETSTÍLUS

„Az elegancia nem azt jelenti, hogy észrevesznek, hanem azt, hogy emlékeznek rád.” - Giorgio Armani

NYÁRI DOLCE VITA LIENZBEN



EZ A FANTASZTIKUS ÖTCSILLAGOS HOTEL Lienzben található, egy 750 éves, ám mégis modern, pezsgő életű, mediterrán hangulatú kisvárosban. Lienzt a napfény városának is nevezik, mivel évente több mint 2000 napsütéses órával büszkélkedhet. A lüktető várost hangulatos kávézók, éttermek, bárók, és elegáns üzletek teszik színessé. Olaszország közelsége pedig egyértelműen meghatározza a lienzi életvitelt: itt a „Dolce Vita” szellemében élnek meg

az emberek minden egyes napjukat. A Grandhotel Lienz több, mint 1.400 négyzetméteres spa & wellness részleggel rendelkezik, ahol belső- és külső medence, 7 kezelőhelyiség, párok részére kialakított, gőzfürdővel, pezsgőfürdővel és pihenőrésszel ellátott úgynevezett „privát spa” található. Továbbá bioszanuna, finn szauna, többféle gőzfürdő, pihenőhelyek, valamint az Isel folyó partján fekvő romantikus kert áll a vendégek rendelkezésére.

A kezelések gazdag kínálata, a szeráj- és a pakolósos fürdőkől kezdve az ajurvédikus kezeléseken, az aromaolaj-, a forró lávaköves és a kelet-tiroli hegyi méz-masszázs nyújtotta lazító kezeléseken át egészen az orvosi masszázsig terjed. A luxus élvezetéhez a jó bor is hozzátartozik, nos itt gondoltak az ingyenc fogyasztókra is. A hatalmas és különleges borospince remek kiegészítője a wellnesshotelnek.

» www.grandhotel-lienz.com



Fotó: PR, Electrolux, Ford, Venus

ISTENNŐKÉNT TÉR VISSZA

A gyönyörű popdiva ismét visszatér a pop, illetve szépségpiacra. J-Lo Love? című új albuma májusban jelenik meg. Kecsés lábait pedig a Venus márka nagyköveteként csodálhatjuk meg.

„A bennem rejlő istennő akkor is megmutatkozik, amikor alkotok. Zeneírás közben, amikor érzem a pillanat varázsát. Éneklés, színjátás vagy tánc közben is, mivel élvezem és szeretem az alkotás folyamatát, és amit mindez kihoz belőlem – erőssé és boldoggá tesz!” – Jennifer Lopez

2011 BRÜSSZELBEN DEBUTÁL AZ ELECTROLUX MOBIL ÉTTERME

BRÜSSZELBEN, a Parc du Cinquanteenaire (az 50 éves évforduló parkja) egyik épületének tetején nyitotta meg kapuit április elsején a Cube, az Electrolux mobil étterme. A Cube 3 hónapig lesz elérhető Brüsszelben. Az étterem építészeti és szolgáltatás tekintetében is egyedülálló. A 18 fő befogadására tervezett Cube étterem épületek tetején, sziklaperemen vagy akár különböző tópartokon jelenik majd meg, s az átlátszó falakon keresztül, egyedülálló kilátást nyújt a vendégeknek.





Ahol a vendég választ

A városközponttól öt percre található az ötszillagos Grandhotel. A szálloda megvalósította mindazt, amit egy vendég a „luxusszállásról” elképzel: a fogadtatás kedves, miközben a recepciónál álltunk, már apró falatokkal, kávéval kínáltak, a süppedős szőnyegek, a lobby pazar bőrkanapái, a kandallóban lobogó tűz, a barátságos faburkolat mind azt az érzetet keltette, hogy itt tényleg kényeztetve lesz a kedves vendég. A tágas szobánkból a folyóra láttunk, nehéz volt eldönteni, hogy akkor most jöjjön egy séta a nap-sütésben, vagy nézzük meg, mit kapunk ebédre... Győzött az éhség. Az étteremben a tulajdonossal is találkoztunk. Nem tudom, ki hogy van ezzel, én kimondottan szeretem, ha a tulaj néha körbejár a vendégek közt, nem zavar, ha odalép az asztalunkhoz, és érdeklődik, jól érezzük-e magunkat. Nekem ez azt sugallja, hogy tényleg figyelnek rám. A főpincér elmondta, hogy ez egy „dolomitkönyű” konyha, a régió termékeiből készítenek mindent, van itt helyi búzából készült kenyér, zöldség, gyümölcs, amely mind itt termett, a hús is helyi áru és persze a borok is főleg osztrák tőkéről származnak. A borospincéjük egyébként igazi látványosság, az étterem előtt többméternyi üvegpadról haladtunk át, amelyen keresztül megnézhattunk a lábunk alatt lévő a flaskákat.

A szobák elegánsak, ahogy ők hirdették, a „nyugalom oázisai exkluzív légkörrel és szép, hegyre néző kilátással”. Viszont én olyan szállóvendég vagyok, aki keveset tartózkodik a szobában, most is muszáj volt felkerekednem, hogy megnézzem a környéket.

Látnivalók a környéken

Itt nem lehet unatkozni: a városnak gazdag a történelmi és kulturális öröksége, jelképük a Schloss Bruck, Lienz ősi vára. Az 1252-ben épített vár öregtornyából csodálatos a kilátás, nyilván ez sokat segített annak idején a város védelmében. Jelenleg itt egy múzeum mutatja be a környék és a város történetét.

LIENZ, *a mediterrán osztrák város*

SOKAN CSAK AKKOR KELNEK ÚTRA, AMIKOR VÉGE A FORRÓSÁGNAK, ÉS BEKÖSZÖNT AZ ŐSZ. AKIK A WELLNESS-SZÁLLODÁKAT TEKINTIK IGAZI KIKAPACSOLODÁSNAK, ÁLTALÁBAN AUSZTRIA FELÉ VESZIK AZ IRÁNYT, AMI NEM CSODA, HISZEN EURÓPÁBAN ITT TALÁLJUK MEG AZT A SZÍNVONALAT ÉS SZÁLLÁSKÍNÁLATOT, AMELLYEL MINDEN VENDÉG ELÉGEDETT.

Két éve nyílt meg Kelet-Tirol szívében a Grandhotel Lienz – egy luxushotel a festői Lienzben. Amikor meghívást kaptunk a hoteltől, utánanéztem a neten: nagyon vonzónak tűnt Lienz, ez a 750 éves, mégis modern, mediterrán hangulatú kisváros, Kelet-Tirol fővárosa.

A város az Isel és a Dráva torkolatánál fekszik, igazán mesés kulisszák között: északon a Magas Tauern Nemzeti Park, délen a lenyűgöző Dolomitok ölelik. Az előrejelzés is jó idő ígért, de ez nem csoda, hiszen Lientet a napfény városának is nevezik, évi 2000 napsütéses órájával kitűnik az osztrák városok közül.

Odaérkezésünkkor rögtön feltűnt a hely élénk ritmusa, a lüktető városban péntek délután kávézóokban, teraszokon ünnepelték a hét végét, elegáns üzletek, bárók a sétálóutcákban, vagyis nagyon mediterrán hangulata volt. Valószínűleg Olaszország közelsége is közrejátszik abban, hogy az osztrákok itt a dolce vita szellemében élnek az életüket...





Schloss Bruck, öregtor-nyából csodálatos a kilátás

Alig néhány perces autóúttal érjük el a kabinos felvonót, amellyel felfelezhetünk a Hochstein tetjére, onnan pedig a nemrég épített Osttorodler ródlival csúszhatunk le.

Lienztől néhány kilométerre nyugatra érdekes attrakció vár ránk, a Vitalpinum élménypark. Hozzászoktunk a kalandparkokhoz és vízi parkokhoz, de ehhez hasonlót most láttam először. Az



A Medical Wellness Centre wellnessterületein mindent megtalálunk, amelyre a testnek és léleknek szüksége van a pihenéshez

Unterweger testvérek által kitalált és megvalósított parkban minden a természet adta értékekről és az illóolajok érzékszerveinkre gyakorolt hatásáról szól. A hely elvarázsolja az idelátogatót, kicsiknek, nagyoknak kellemes élmény. A „jó közérzet kertjében” az aktív, frissítő- vagy relaxáló-

állomásokon keresztülhaladva különböző vidám gyakorlatokat végezhetünk. Ami nekünk tetszett: a mezítláb járás, a Kneipp-ösvény, a fűszeres gőz és az olajhoroszkóp. Vicces, hogy eközben a cipőnket egy apró cipő-ift szállítja mellettünk... Érdeemes a gyereket is elvinni magunkkal, hiszen ők egy külön nekik épített hegyi játszótéren vezethetik le a fölös energiájukat.

A sportos vendégeknek a lienzi Dolomitok hegyi gyalog- és hegymászótúrákat kínálnak. Hegyikerékpározás és vadvízi evezés is várja a bátrabbakat, érdemes a szállás recepcióján érdeklődni.

Kényeztessenek!

A séta után irány a wellnessrészleg. Ez az, ami Ausztriában utánozhatatlan, a rengeteg szauna és számomra ismeretlen kezelés mind arra vár, hogy felfedezzem őket. Van választék, hiszen a hotel 1400 m²-es fürdőterületén minden a wellnessről, fürdésről és a szépségről szól. A Medical Wellness Centre wellnessterületein mindent megtalálunk, amelyre a testnek és léleknek szüksége van a pihenéshez.

Nem tudom, ki hogy van ezzel, én teljesen felpörgök az első órákban, ha egy új wellnessbe érkezem, azonnal mindent ki akarok próbálni. Ezért először csak keringtem a külső, a belső medence és a pezsgőfürdő között, ahol kiderült, hogy még egy privát spa is van párok számára



Kelet–Tirol télen

Télen a régió kitűnő síparadicsom, nyolc hegyi vasút, 350 kilométer lesiklópálya, 400 km sífutópálya, 120 alpesi menedékház, jégkorcsolyapálya várja a téli sportok szerelmeseit. A terület télen a síelők paradicsoma, a Hochstein és a Zetttersfeld sípálya öt perc autótútra található, de a szállodának ingyenes buszjárata is van a felvonóig. Zetttersfeld síterületét az Alpok egyik legszebb, óriási, napos teraszaként emlegetik, ahol az ember síelhet, napozhat, jókat ehet és gyönyörködhet a természetben, relaxálhat.

gőzfürdővel, aztán kicsit megnyugodtam, amikor beültem a bioszaunába, majd a melegebb finn változatába. A kezelések közül végül egy aromaolajos masszázst próbáltam ki, bár a tirol hegyi mézmasszázs és a forró lávaköves kezelés is jól hangzott.

Estére természetesen alig tudtam eljutni a fáradságtól az étteremig, de vigasztalt a tudat, hogy előttem az egész hétvége, és Lienz még biztos mutat nekem valami újdonságot.

<http://sielok.hu/rovat/utazas/cikk/grand-hotel-lienz/>