

Ausprobiert!

Piroschkas Wellness-Paradies

Nirgendwo in Europa kann gesunder Urlaub so günstig erlebt werden wie in der „Toskana Ungarns“. Das Heilbad Hévíz ist der beste Ort für Kuren, Wanderungen und Kultur, so verspricht es die Werbung. Clever reisen!-Autor Wolfgang Polte hat es getestet.

Genau zwischen Wien und Budapest soll der wohl preiswerteste Jungbrunnen Europas liegen. Bad Hévíz wird die „Toskana Ungarns“ genannt und hat den größten Thermalsee der Welt, in dem bei bis zu 38 Grad warmes Wasser gebadet werden kann. Nur ein Thermalsee in Neuseeland ist größer, hat aber fast 60 Grad warmes Wasser und ist darum zu heiß für Bäder.

Hört sich gut an, aber was wird außerdem geboten? Falten weg? Kein Problem: Eine Lichtbehandlung (Mesotherapie) glättet wie ein Bügeleisen knittige Leinenhemden. Zur Not hilft Botox nach. Strafferer Bauch? Wird mit Spezialgel weggestreichelt. Cellulite adé? Schwarzer Spielschlamm hilft.

Runderneuert von Kopf bis Fuß. So geht es weiter: Wieder weiße Zähne. Der neueste Bleaching-Laser aus Amerika schafft es in einer Stunde. Rückenschmerzen wie weggepusht. Die Knie wieder fit. Gleich ein halbes Dutzend Möglichkeiten gibt es von Schlamm- und Schwefelpackungen, Streckbädern, Kältesauna, Massagen bis Mineral-Thermal-Bädern. Alles oft unter einem Dach. Ein Dutzend Hotels sind bestens ausgerüstet. Die Bauchbehandlung kostet 42 Euro. Die Orangenhaut verschwindet für 62 Euro. Fürs Bleaching, das mein Hamburger Zahnarzt mit rund 450 Euro berechnen wollte, zahlte ich 160 Euro.

Mit Rollator hin, flott zurück

Dr. Veronika Moll, deren Vater Dr. Károly Moll viele Kurprogramme wie das Streckband entwickelte, ist heute begleitende Ärztin für alle, die wieder besser laufen,



springen und glatte Haut haben wollen. Sie erzählt stolz von Kurgästen, die im Rollator ankamen und nach zwei Wochen wieder beschwerdefrei laufen konnten. Viele sprechen vom „Wunder von Hévíz“. Ich habe es 14 Tage getestet, dafür mit Flug, 4-Sterne-Hotel, Halbpension und 28 Behandlungen knapp 1.500 Euro bezahlt. Wer nur eine Schnupperkur zum Ausprobieren machen will, kommt mit 474 Euro (5 Nächte, HP drei Behandlungen) davon. Und die Kasse zahlt sogar 150 Euro bei größeren Kurprogrammen dazu, weil Ungarn zur EU gehört. In einem Vergleichstest von „Check 24“ kam heraus, dass selbst die günstigen Wellness-Oasen in Tschechien oder Polen mindestens bis 25 Prozent teurer sind. Von Deutschland ganz zu schweigen. Dort kostet vergleichbarer Heathness- oder Wellnessurlaub etwa das Doppelte.

Kostenlos mit dem Bus unterwegs

Wer nicht in Thermalwasser schweben oder schwimmen will, aber bei ähnlichen Temperaturen wie im Mittelmeer sucht, segeln oder surfen möchte, fährt von Hévíz zehn Minuten mit dem Bus (für Rentner kostenlos) oder zwanzig Minuten mit dem



Gesunde Idylle: Europas größter Thermalsee in Bad Héviz.



Glückliche Momente: Aqua-Gymnastik, Fango und Klopfmassagen sorgen für Entspannung. Bei allen Héviz Kurpaketen gehören sie dazu

Fahrrad durch Laubwälder und an Wiesen und Feldern vorbei an den Plattensee, 1955 in Deutschland berühmt geworden durch den Film „Ich denke oft an Piroschka“.

Auch ohne Kur ist die Region sehenswert. Kultur- und Geschichtsinteressierte, finden in der Umgebung Römerausgrabungen, Burgen und Schlösser, ja sogar ein Buddha-Heiligtum in der Nähe des Ortes Zalaszántó, das 1993 vom Dalai Lama eingeweiht wurde. Im Gebäude werden in einer Schatulle angebliche Knochensplitter von Buddha aufbewahrt, die aus Tibet über Indien nach Ungarn in Sicherheit gebracht werden konnten.

Wenn nicht die Werbeplakate und Leuchtreklamen für Botox und Bleaching wären, könnte man glauben, noch in den fünfziger Jahren zu sein. Wenige Autos sind unter-

wegs. Die Kopfsteinpflasterstraßen und Bürgersteige von Héviz wirken wie frisch gewaschen. Im Schaukasten des kleinen Theaters wird für den nächsten Operettenabend geworden. Die „Julischka von Budapest“ und „Gräfin Mariza“ werden angekündigt.

Wandern zum Wein

Ähnlich sieht es im benachbarten Urlaubsort Keszthely aus. Dort gibt es zwischen Juni und September den wöchentlichen Operettenabend im Spiegelsaal des Schlosses. Es steht in einem 7,2 ha großen Park und gehörte bis 1948 der ungarischen Adelsfamilie Festetics. Dort hat auch Österreichs legendäre Kaiserin Sisi ein paar Erinnerungen hinterlassen. Ihre liebste Hofdame stammt aus der Familie. Gräfin Marie (1839 – 1923) erholte sich im Familienschloss von den anstrengenden Diensten für die Kaiserin, zu denen stundenlange Märsche gehörten. „Ich bin totgegangen“, schrieb sie nach einem dieser Wanderungen in ihr Tagebuch.

Kilometerweit wandern; aber ohne große Anstrengung kann man immer noch. In Keszthely und Héviz führen gepflegte kilometerlange Promenaden und Spazierwege rund um den Plattensee oder zum Heilsee. Je nach Lust und Kondition gibt es für Wanderer oder Radfahrer gut beschilderte Streck-





Ein bisschen Wien: Die sanften Weinberge am Stadtrand von Hévíz. Hier gibt es Heurigen-Lokale wie in Grinzing, serviert werden süßige Weine aus der Region zu günstigen Preisen

ken, die flach durch Wälder und Wiesen, an Golfplätzen oder Gärten vorbei über mehr als 200 Kilometer verlaufen.

Der für mich schönste Weg führt über knapp sechs Kilometer von der Ortsmitte Hévíz in Richtung des Dorfes Egregy. Dort wurden vor rund zwanzig Jahren die Reste einer Römersiedlung gefunden. Die Ausgrabungen sind inzwischen abgeschlossen. Fundstücke wie Schmuck und Gefäße liegen in einem kleinen Museum, das seit letzten Sommer geöffnet ist. Von dort sind es nur knapp zwanzig Gehminuten bis zum „Hévizier Grinzing“, dem Weinbaugebiet. Die rund zehn Lokale ähneln dem Wiener Vorbild. Serviert werden einheimische Weiß- und Rotweine wie „Olasrizling“ oder „Villány vörös“, ein Blauburgunder, die Liter-Flasche für jeweils 2300 Forint (7,35 Euro, das Glas für rund zwei Euro). Dazu gibt es würzig-scharfe Salami- und Schinkenplatten oder Kesselgulasch (ab 5,50 Euro). Gut, dass es zurück nur bergab geht. Bis in die Hotelzone läuft man eine gute halbe Stunde. Im Taxi dauert es knapp fünf Minuten und kostet sechs Euro.

Du kannst nicht immer 17 sein

Mein Programm bestand aus Massagen, Streckübungen und viel Bewegung. An meine Füße wurden fünf Mal je drei Kilo schwere Gewichte geschnallt, die meine Wirbelsäule streckten. Dabei schwebte ich in dreißig Grad warmen Wasser. Ich bekam Fango- und Schwefelpackungen für die Gelenke, und erhielt jeden zweiten Tag in einer Wanne zusätzliche Mineralschübe. Zwischendurch machte ich Pilates-, und Wasser-Gymnastik. Nachmittags war Zeit für eine Nordic-Walking-Wanderung oder einen Schoppen Wein. Nach zwei Wochen war ich wieder fit wie ein Turnschuh. „Du kannst nicht immer 17 sein“, war das meist gespielte Lied bei der Wassergymnastik. Das stimmt, aber man braucht sich auch nicht unbedingt wie 70 zu fühlen.

Text: Wolfgang Polte

„Wenn nicht die Werbeplakate und Leuchtreklamen für Botox und Bleaching wären, könnte man glauben, noch in den fünfziger Jahren zu sein. Wenige Autos sind unterwegs...“



Ein Stückchen Budapest: Das Schloss der ungarischen Adelsfamilie Festic in Keszthely

Bilder: Wolfgang Polte, pixabay, Hotel Europa

GUT ZU WISSEN

Flüge: Wöchentliche oder 14-tägige Direktcharter ab April bis September von Frankfurt, Düsseldorf, Hamburg, Berlin und Friedrichshafen zum Hévis-Balaton-Airport Sármelik ab 350 Euro. Das ganze Jahr: Bis Wien oder Budapest, von dort Autotransfer. Infos: Mutsch Ungarn Reisen, kostenlose Hotline: 0800-7235264.

Unterkunft: Hotel „Europa fit“ (4* plus). 1 Woche mit HP, kleines Kurprogramm ab 606 Euro (p.P./DZ), zwei Wochen ab 1151 Euro (p.P./DZ). Infos www.europafit.hu. 15 Nächte im Appartement/Frühstück mit Busanreise ab 480 Euro (p.P./DZ), Eigene Anreise 1 Woche 380 Euro. Infos: www.mutsch-reisen.de

Mietwagen: 1 Woche Kleinwagen (z. B. Suzuki Swift) ab 125 Euro (www.check24.de).

Währung: 1 Euro = 313 Forint (12/16). Am günstigsten vor Ort umtauschen

Einreise: Personalausweis oder Pass

Reisezeit: Beste Monate April bis Oktober. Im Hochsommer wird es sehr warm – bis 35 Grad. Am angenehmsten September und Mai/Juni 25 bis 28 Grad



Reiseführer: Marco Polo „Plattensee“ (11,99 Euro).

Besonderheiten: Für Rentner (Personalausweis beim Fahrer vorzeigen) alle Fahrten mit staatlichem Bus kostenlos. Keine Gebühr für Leihräder in Bad Hévis.

Infos: Touristik-Büro. Kurpakete mit Übernachtung, HP, ärztlichen Untersuchungen ab 474 Euro. Krankenkassen geben Zuschuss, weil Ungarn zur EU gehört.

Allgemeine Infos: www.europafit.hu

Preischeck
Lotus, Wein-, Cocktail-Bar:
Glas Wein (0,4 l) = 750 Forint (2,40 Euro).
1 Glas Bier (0,4 l) = 550 Forint (1,75 Euro)
Mojito = 900 Forint = 2,90 Euro
Restaurant Römer Keller/Hévis: Schweinelendchen 2790 Forint = 9 Euro
Apfelkuchen mit Zimtglas und Palatschinken: 890 Forint = 2,80 Euro
Bier (½ Liter) 650 Forint = 2 Euro