



▶ Čachtická paní se pro udržení své krásy, svěžesti a mladosti koupala v krvi mladých panen, paní sládková z kultovních Postřižin v kádi na lahodné pivo, luxusní benátské kurtizány zvelebovaly svá těla v lázni z mléka a medu a dnešní horalky v Tyrolsku si hovějí v horké vodě s olejem, který lidé z Pertisau am Achensee získávají z kamene, přesněji řečeno z místní břidlice. Úžasné.

Neuvěřitelná koupel V KAMENI

Napsala Jana Michalcová, foto archiv hotel Wiesenhof

Pan Martin Albrecht objevil toto unikum na začátku předminulého století zcela náhodou, jak už to u bizarních objevů bývá. V horách ho zastihla bouře, a tak se uchýlil do malé boudy určené pro takovéto případy. Dřeva ale bylo málo a chlad se nepříjemně vrátil do promoklého těla. Zcela bez rozmyslu přiložil do ohně spolu s dřevem i kousky břídlíce, a co se nestalo? Po chvíli se na kameni objevila černá mazlavá tekutina - olej. Martin Albrecht brzy pochopil, že toho se dá využít.

DO KÁDĚ SE ULOŽTE VE DVOU

„Po dvaceti minutách, až vylezete z koupele, se ničím neoplachujte,“ instruuje nás milá a příjemná paní a otáčí při tom mosazným kohoutkem s horkou vodou ještě více doprava, „jen se vysušte ručníkem, aby se

olej mohl vstřebat pěkně do těla.“ Pořád se usmívá, ještě víc ztlumí relaxační hudbu, světlo stáhne na minimální jas a odchází. „A co tu vodu, nemáme ji vypnout?“ volám za ní. „Ale jistě,“ vrátí se ještě na chvíli. Pěna už z dřevěné kádě pomalu přetéká ven. Připadám si jako ponořená do nezbedného těsta na lívance z pohádky Byl jednou jeden král. To přirovnání je trefné. Opravdu je tu jako v pohádce. Hovíte si se svým manželem, přítelem či přítelkyní v obrovské kádi s horkou vodou, která voní trochu jako prehistorie sama. Cítíte vůni kamene i otisků pravěkých plavuní a ještěřů. Cítíte velehory, které se tyčí se vši majestátní krásou za okny příjemné místnosti osvětlené jen plamínky svíček. Cítíte vůni bahna, která je vám příjemná jako nejluxusnější parfém, protože prohřívá vaše tělo, prostupuje vaše kosti, vstřebává se do vaší kůže. Zavřete oči a je vám blaze. Jen tu saunu musíte malinko odložit, aby z vás léčivý olej zbytečně rychle nevyprchal. Ale zítra je taky den.

NEJDŘÍV SI DÁTE DO TĚLA A PAK ZASE DO TĚLA

Do Alp se vždycky jezdilo, jezdí a bude jezdit za odpočinkem aktivním i pasivním, v létě i v zimě. Dělal to tak Franz Josef, Sigmund Freud a mnozí další a děláme to tak i my.

Vypravili jsme se zmoženi vánočními a silvestrovskými oslavami do malebného údolí jezera Achensee v rakouském Tyrolsku, abychom si přes den dali do těla na sjezdovkách a na běžkách, v podvečer abychom si dali do těla ve voňavých saunách a večer abychom si dali do těla trochu toho kulinářsky dokonalého pokrmu. Všeho je nám třeba.

NENÍ WELLNESS JENOM MÓDA?

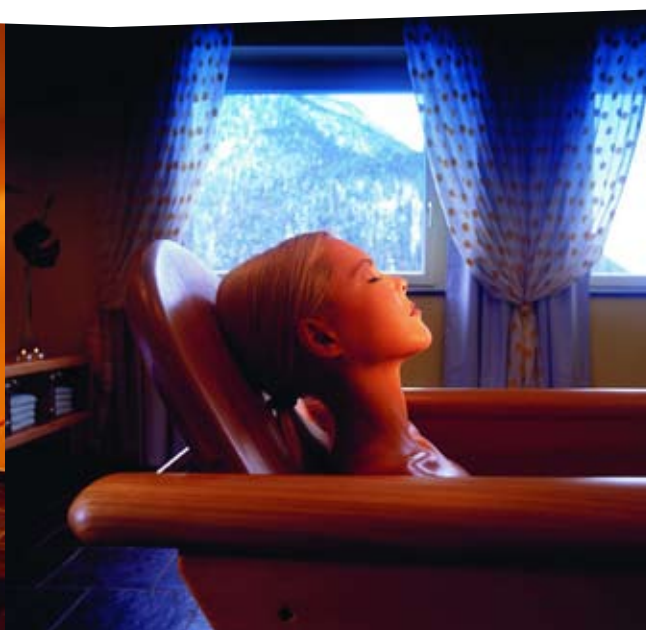
„Určitě ne,“ usmívá se majitel rodinného hotelu Wiesenhof pan Entner uvolněný po odpoledním výletě na běžkách, „možná to slovo, ale styl wellness je už dnes standardem. Náš host je inteligentní

a my víme, že mu nemůžeme podstrčit žádnou náhražku.“

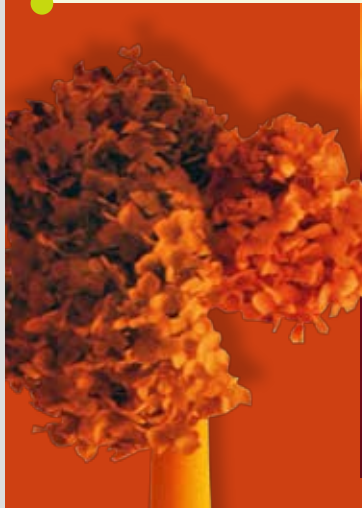
„Ano,“ přikyvuji v duchu se sklenkou dobrého sektu v pohodlném křesle. Naproti praská dřevo v krbu a člověk si připadá tak pohodlně, že se mi skoro ani nechce říct - jako doma. „Ano,“ přikyvuji si znovu. Jsem inteligentní a chci si zasloužit svou dávku závlasti. Zasloužím si kvalitní péči, zdravé jídlo a (což je neméně důležité) náležitý odpočinek. K wellness totiž nepatří jen masáže, sauny a odpočívárny, ale také zdravý přístup k životu, racionální a vyvážená strana, ale hlavně... POHODA.

A CO TAKHLE KOUZLO ALPSKÉ LOUKY?

Mnozí lidé na západě se nechávají již delší dobu unášet neznámou a zároveň vzrušující tajemností exotického východu. Všechno ten enormní zájem o čínskou medicínu, všechno to pozdvížení kolem ajurvědy, všechno to opojení jógou, vegetarián-



Když tu budete, určitě vyzkoušejte lázeň v břidlicovém oleji, který má nejen relaxační, ale i léčivé účinky. Můžete navštívit jedno z center místních hotelů nebo si alespoň zakoupit některý z mnoha produktů s tímto olejem - sprchovým gelem počínaje a masťmi na bolavé klouby konče. Dostanete je v hotelu Wiesenhof v lokálním muzeu - které mimochodem také stojí za návštěvu, neboť podrobně líčí historii výroby břidlicového oleje v Pertisau, ale dostanete je i v místním obchodě s potravinami či v lékárně.



stvím, čakrami a mocí kamenů, to všechno je úžasné. Ale nezapomínáme při tom na exotiku vůně heřmánku a tymiánu? Na vzrušení z vůně levandule či na kouzlo protěže, jitrocele a mateřídoušky? Je úžasné, když si párkrát zasvístíte na dlouhých alpských sjezdovkách, nad vámi nebe neuvěřitelně modré, slunce vám vyhnalo na nos trochu pih a pak ze sebe shodíte těžké přezkáče, lyžařskou kombinézu, helmu a brýle a vplujete do wellness

centra vašeho hotelu. Této metodě wellness se říká Alpienne.

Nejdřív sauna - vybíráme si tu s dřevěným džberem uprostřed. Posadím se do kameninového trůnu a zvolna vdechuji vůni horských bylinek. Po chvíli se bodová světýlka rozzáří a džber se pomalu naklání, aby horkou vodou zkypřil vyschlé rostlinky uprostřed. Vůně zesílí.

Když si odpočineme na lehátkách s výhledem na „kopc“, kde jsme dopoledne lyžovali, prubneme tu druhou. Je tady víc páry a vůně chutná po pomerančích, citronech a limetkách.

Možností je zde spousta - třeba i klasická finská sauna se 110 stupni a možností vyválet se ve sněhu. Nakonec si můžete dát bazén nebo masáž, to je fuk. Tak či onak vám bude úžasné jako mně.

Večeře z kuchyně s hvězdičkou od Michelin už je pak pověstnou třešničkou na dortu.

Exotická, nebo alpská wellness?

Aby hotel získal titul WELLNESS HOTEL, musí splňovat řadu kritérií. V Rakousku existují dva druhy wellness hotelů - tzv. exotické a Alpienne. V těch prvních se setkáte s tradicemi ajurvědy a tradiční čínské medicíny, masážemi Pantai Luar z Dálného východu či indiánskými procedurami La Stone.

V těch Alpienne, jako je například hotel Wiesenhof, narazíte na klasickou selskou tradici tyrolských údolí. V saunách a při procedurách si užijete vůni bylin z alpských strání - heřmánkem a mateřídouškou počínaje a tymiánem a levandulí konče. Tyrolští terapeuti prostě využívají kvalitní přírodní suroviny. Zkoumají také účinky arniky, propolisu a limbového dřeva. Mnozí wellness specialisté zdůrazňují, že návrat k léčivým bylinám a odedávna osvědčeným metodám je vítán.

Minerální olej z olejové břidlice

Jedním z takových léčivých prostředků, které jsou v Pertisau obzvláště silně zakořeněné, je minerální olej z olejové břidlice, která se v bezprostředním okolí těží a zpracovává. A že tento olej má pro region obzvláště velký význam, dokládá pověst, která se o vzniku tohoto léčivého prostředku traduje:

Obr Thyrsus ztratil v boji o své hory mnoho krve, která se vsákla do horniny pohoří Karwendel. O staletí později místní sedláci našli obrovu krev, která se mezitím přeměnila v léčivý minerální olej.

Achensee - nejznámější jezero Tyrolska

Rakouské jezero Achensee nedaleko Innsbrucku, přezdívané „perla Tyrolska“, je vklíněné mezi hory a vyplňuje celou šířku údolí. Snad proto je občas srovnáváno s norskými fjordy. O jeho kráse svědčí fakt, že sem rád jezdil na lov a na ryby habsburský císař Maximilian I., který si zde dokonce vybudoval letní rezidenci. Rád se tu zastavoval i císař Franz Josef anebo guru psychoanalytiků Sigmund Freud. Tím ale výčet



pozoruhodností nekončí. Snad nejzajímavější na tomto místě je, že se tady těží léčivý minerální olej - a to prosím pěkně z kamenné břidlice.

V údolí kolem malebného jezera je pět tyrolských středisek: Achenkirch, Maurech, Pertisau, Steinberg a Wiesing. Údolí se táhne mezi pohořím Rofan a Karwendel ve výšce 950 m n. m. Je známé především svou pestrou nabídkou zimních aktivit: Na sjezdaře čekají tři lyžařské areály s 30 moderními lanovkami a vleků a 50 kilometrů sjezdovek. Běžkařům je k dispozici 150 kilometrů klasických běžeckých tratí a 51 kilometrů tratí pro skating. Bez zajímavosti není, že i v době oblevy jsou v Pertisau běžecké tratě zasněžovány a upravovány. Pro snowboardisty byly vybudovány snowpark a funpark. Netradiční snowbiken mohou zkusit všichni, kdo rádi experimentují.