

Reise

Der Speckstein und die Römer

Im Biohotel Daberer in Kärnten knüpft man mit der Talcumi-Massage an eine alte Tradition an

VON BETTINA COSACK

Ayurveda und Lomi Lomi haben Konkurrenz bekommen. Nachdem Massagen aus aller Herren Länder Einzug in die Wellnessstempel gehalten haben, entdeckt man nun das Wohlfühlpotenzial von Früchten, Pflanzen und anderen Ressourcen aus der Region. Lesen Sie mehr in unserer Serie: Hautnah – Wellness mit Trauben & Co.

♦ ♦ ♦

Rein und weiß stand einst das Heilbad des Urgroßvaters am sanften Hang, der Blick aus den Zimmern der nach Erholung dürstenden Besucher ging nach Süden, Richtung Italien, Richtung Sonne. In wenigen Kilometern Entfernung waren die mächtigen Karnischen Alpen zu bewundern. Und am Waldrand, direkt hinter dem bescheidenen Haus im Gailtal, trat eine wertvolle Quelle zu tage, eine mit wohltuendem Kalzium-Magnesium-Hydrogen-Karbonat-Wasser. Badekuren gegen Rheuma, Gicht und Nervenleiden bot Thomas Daberer in kärntnerischen St. Daniel seinen Gästen. „Werde ein Freund des Wassers und gebrauche es richtig, oft und mit großem Vertrauen als Vorbeugungs- und als Heilmittel“, schrieb Daberer, der seine Pension und Badeanstalt 1929 gegründet hatte, in den Regeln für seine Patienten. Er empfahl weiterhin das Barfußlaufen im Tau, den Genuss von reichlich frischer Luft, Atemgymnastik, das ausgiebige Kauen aller Speisen sowie das Sammeln und Verwenden von Heilkräutern – Wellness von einst, schlicht und erdverbunden.

Das Biohotel Daberer, geführt von den Enkeln und Urenkeln des Pioniers Thomas Daberer, steht heute genau dort, wo die Badean-



WWW.BIOHOTEL-DABERER.AT; BLZ/BETTINA COSACK

Direkt am Wald gelegen ist das Hotel Daberer auch ein guter Ausgangspunkt für Wanderungen im Tal oder für Gipfeltouren.

stalt einmal gegründet wurde. Die Alpen grüßen majestätisch, die Quelle hinterm Haus sprudelt immer noch und ist im großen, kreisrunden Entspannungs-Pool ebenso zu genießen wie aus allen Wasserhähnen des Viersterne-Hauses. Immer noch wird die Erholung an der frischen Luft groß geschrieben. „Die Mehrzahl unserer Gäste ist überaus aktiv, geht selbst hinaus in die Natur oder nimmt unser Aktivitäts-Programm in Anspruch. Danach wird das Wellness-Angebot genossen“, sagt Marianne Daberer, die junge Hotel-Chefin.

Auch im großen Spa-Bereich setzt man auf Tradition und auf die schlichte Naturverbundenheit, die der alte Daberer einst anmahnte. Und auf Bio-Produkte natürlich, so wollen es die Haus-Gesetze. Man geht dabei teils unge-



SERVICE

Anreise: Flug mit TUIfly von Berlin-Tegel nach Klagenfurt; von dort kann ein Shuttle-Service nach St. Daniel gebucht werden oder das „Kärnten Mobil“ (149 Euro/Woche); mit der Bahn über München, Salzburg, Villach.

Biohotel Daberer: Übernachtung inklusive „Gute Laune 3/4-Pension“ und Nutzung des Spa-Bereichs 69 bis 125 Euro; Kärntner Talcumi-Massage 75 Euro; Alpenne Vitalmassage 75 Euro; Steinöl-Wickel 35,50 Euro.

Mehr Infos unter:
www.kaernten.at
www.biohotel-daberer.at

wöhnliche Wege. Neu im großen Angebot beispielsweise ist in diesem Frühjahr eine regionale Spezialität: die Kärntner Talcumi-Massage, eine Kombination aus einem Naturstoff aus der Region, dem Speckstein nämlich, mit einer Behandlung nach alten Überlieferungen.

„Nachher sind Sie wie neu“, erklärt die Masseurin Cornelia zu Beginn der Behandlung im luftigen, lichtdurchfluteten Raum. Draußen ist der rote Spitzurm der Dorfkirche von St. Daniel zu erkennen, auch von der Liege aus – Massage mit Aussicht. Auf das Versprechen einer Komplett-Renovierung folgt ein kleiner historischer Einführungskurs in das Thema Talkum und Speckstein. Der Speckstein kommt aus Kärnten, erklärt Cornelia. Und Talkum, gemahlener Speckstein also, wurde schon von den alten Römern, die auch Kärnten einst besiedelten, gegen Hautreizungen eingesetzt, gegen Schorf und Ekze-

me. Heute noch findet er sich in Salben und Kosmetika, lindert Juckreiz, Rötungen und Sonnenbrand, kräftigt das Gewebe.

Für das Talcumi-Peeling mischt Cornelia das Pulver mit Leinöl und Hanföl, welches gut sein soll gegen Depressionen und Rheumatismus. Die Masse, die entsteht, sieht ein wenig nach den Panschereien aus, die man in der Kindheit mit Mehl und Wasser veranstaltet hat. Aber sie riecht ganz wunderbar nach Heu, das muss der Hanf sein. Nach dem Einsalben des ganzen Körpers wird die weiße Masse abgeduscht, und weiter geht es im 80-minütigen Talcumi-Programm. Mit richtigem Speckstein jetzt, genauer zwei Stempeln aus diesem weichen Stein, einer ist rosafarben, einer hellgrün. Die angewärmten, glatten, von Cornelia immer wieder

HAUTNAH



SERIE TEIL 8

mit Hanf- und Leinöl benetzten Speckstein-Flächen gleiten unter ihren geübten Händen über Beine, Arme und den schmerzgeplagten Rücken – nie war Bügeln angenehmer. Dabei werden angeblich auch Energiepunkte berührt, solche für den Lymphfluss und für die Verdauung beispielsweise. „Das alles ist gut gegen Stress, gut für die Seele, gut für die Haut“, sagt Cornelia. Und als wäre die Behandlung noch nicht entspannend genug, folgt eine Packung, für die Talkum-Pulver in Wasser angerührt und auf den durchmassierten Körper aufgetragen. Gesalbt und faul darf man dann in der warmen Packungsliege dösen, bis Cornelia wieder zum Duschen ruft und als letztes noch eine Talcumi-Körpersahne aufträgt. Das Fazit: ein Gefühl wie neu, tatsächlich, friedliche Muskeln, glatte Haut und dazu eine wohlige Müdigkeit.

Am nächsten Tag heißt es dann antreten zur Entgegennahme der nächsten Portion Wohlbefinden: in Form einer Alpenne Vitalmassage beispielsweise, ausgeführt mit in Wasserdampf erhitzten Kräuterstempeln, in denen sich Hafer und Melisse befinden – auch dies ein sanftes, entspannendes Naturerlebnis. Männer können sich alternativ mit Hilfe von Murmeltieröl durchwalken lassen, das man in den Bergen das „Öl des Lebens“ nennt. Für Frauen mit Figursorgen gibt es im Bio-Spa Steinöl-Wickel, die in der Kombination mit Bürstenmassagen Bauch, Beine und Po straffen sollen. Und zur ganzheitlichen Cellulite-Behandlung werden bittere Cocktails aus gelbem Enzian und Sole angeboten, fünf Tage lang. Das allerdings ist eher etwas für leidensfähige Naturen.