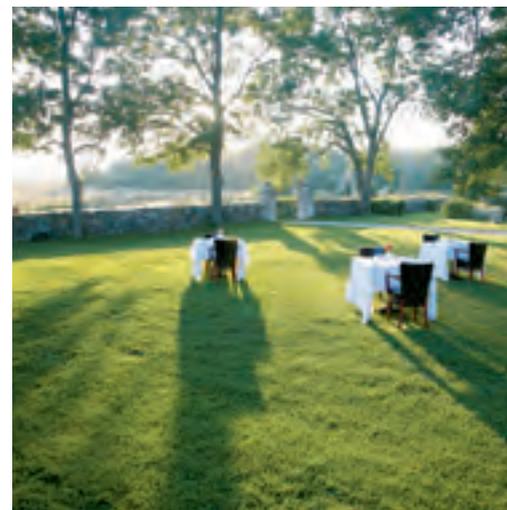




**Oben:** Im erst kürzlich renovierten Herrenhaus von «Pädaste Manor» befindet sich auch das Restaurant Alexander. **Links:** Der Hot Pot wird noch traditionell mit Holz beheizt. **Rechts:** Die estnischen Abende sind kühl, aber vor Sonnenuntergang lässt es sich auch draussen speisen.





# Nordische Stille

Auf der estnischen Insel Muhu gibt es nichts als Ruhe. Und das ist gut so

Zufällig kommt man nicht hierher. Wer nach Muhu reist, der will nach Muhu, und nirgendwo anders hin. Von Tallinn, der estnischen Hauptstadt, fährt man zwei Stunden quer durchs Land, dann eine halbe Stunde mit der Fähre, und dann – dann ist da nicht viel mehr als sattes Grün.

Die drittgrösste Insel Estlands hat gerade einmal neun Einwohner pro Quadratkilometer. Rund 1700 Leute leben auf Muhu. Dass sich hierhin überhaupt Touristen verirren, und dazu noch ausländische, ist hauptsächlich Martin Breuer zu verdanken. Der Niederländer kaufte 1996 gemeinsam mit seinem estnischen Partner ein im Zerfall begriffenes Landgut und machte daraus in den vergangenen Jahren ein Spa-Hotel. Ein schwieriges Unterfangen, vor allem an einem abgelegenen Ort wie diesem. Doch die Qualitäten der Insel und des Landguts Pädaste Manor haben sich herumgesprochen. Im Juni, kurz vor seiner Hochzeit, war hier Fürst Albert von Monaco zu Gast, auch die Pet Shop Boys waren schon da.

Die Anfänge von Pädaste Manor gehen auf das 14. Jahrhundert zurück. Die Gebäude, wie sie sich heute präsentieren, wurden allerdings grösstenteils im späten 19. Jahrhundert errichtet. Es war die Blütezeit des deutschbaltischen

Adels, und das Landgut gehörte Baron Axel von Buxhoeveden und seiner Frau Charlotte von Siemens. Muhu wurde zum Treffpunkt der Schönen und Reichen, doch mit der Revolution und der Ermordung des Barons im Jahr 1919 wurde dem lustigen Leben auf der Insel ein abruptes Ende gesetzt. Während der sowjetischen Herrschaft war das Landgut ein Hauptquartier der Armee, dann ein Fischlager, zuletzt diente es als Altersheim und wurde in den frühen achtziger Jahren schliesslich dem Zerfall überlassen.

**Ein Bauernhaus als Rückzugsort**  
Heute erinnert kaum mehr etwas an diese traurige Zeit. Eines nach dem anderen wurden die Gebäude renoviert und wiederhergestellt, ein letztes kleines Häuschen, ursprünglich ein Stall, wartet noch auf seine Verwandlung. Die zwei grössten Gebäude, das Herrschafts- und das Kutscherhaus, beherbergen elf Zimmer und zwölf Suiten, im Letzteren ist zudem ein grosser Spa-Bereich untergebracht. Wer sich noch mehr zurückziehen mag, kann sich in einem ehemaligen Bauernhaus am Rande des Anwesens einmieten.

Rückzug ist überhaupt der wichtigste Grund, warum man Muhu besuchen sollte. Immer wieder, so Breuer, erkundigten sich Gäste nach den Aktivitäten, die man ►

ANZEIGE

## Unerwartete Entdeckungen ... ... im Südzipfel der Schweiz!

*Es ist selten Liebe auf den ersten Blick, der erste Kontakt mit dem Mendrisiotto. Die meisten Reisenden lassen die Gegend auf der Fahrt in den Süden links liegen – und wissen nicht, was sie dadurch verpassen.*

### ROAD TO WELLNESS

28 Hotels in der Region Mendrisiotto und Varese bieten Aufenthalte ab 90.- CHF p.P. inkl. Abholung an den Mailänder Flughäfen, E-Bike, 80 Velo-Routen und vieles mehr. Für weitere Informationen: [www.roadtowellness.eu](http://www.roadtowellness.eu)

Nirgends ist die Schweiz italienischer als in ihrem Südzipfel. Nicht von ungefähr wird die heitere, lichterfüllte Landschaft des Mendrisiotto oft mit der Toskana verglichen. Im Osten wird sie durch den Monte Generoso begrenzt, im Westen durch den Monte San Giorgio, den die UNESCO aufgrund seiner geologischen Funde unter Schutz gestellt hat. Die sanft zur Po-Ebene abfallenden Ausläufer dieser beiden Wander- und Bikerparadiese bieten den idealen Nährboden für den Weinbau. Vierzig Prozent der Tessiner Merlot-Trauben werden hier zu Wein verarbeitet. Gelagert werden die edlen Tropfen in den Cantine, den Felsenkellern. Die konstant kühlen Temperaturen, die dort herrschen, begünstigen auch

den Reifeprozess des Zincarlin, des berühmten Käse aus dem Muggio-Tal. Am besten probiert man die lokalen Delikatessen in einem der vielen Grotti. Oder am Traubenfest, das heuer vom 23. bis 25. September in Mendrisio stattfindet. Magnifico Borgo, prachtvoller Ort, nennen die Einheimischen den Bezirkshauptort, der mit seinen noblen Palazzi die typische Stimmung lombardischer Urbanität verströmt. Wer nach dem Schlemmern die Füsse vertreten will, kann dies bei einem Spaziergang durch die Rebberge oder einem Einkaufsbummel im Outlet-Center FoxTown tun. Es gibt also viele gute Gründe für einen Halt im Mendrisiotto.

Ente Turistico del Mendrisiotto e Basso Ceresio  
Via Luigi Lavizzari 2  
6850 Mendrisio, Switzerland

T +41 91 641 30 50  
F +41 91 641 30 59

[rtw@mendrisiottoturismo.ch](mailto:rtw@mendrisiottoturismo.ch)  
[www.mendrisiottoturismo.ch](http://www.mendrisiottoturismo.ch)



► hier ausüben könne. «Keine», sagt er dann jeweils, aber so ganz stimmt das natürlich nicht. Man kann endlose Spaziergänge machen – wobei man markierte Wege aber vergebens sucht. «Laufen Sie einfach los, nach links oder rechts, die Bauern haben kein Problem damit, wenn man über ihr Land geht.» Vor dem Kutscherhaus stehen Hollandräder bereit, und wer fit genug ist, fährt damit die knapp zehn Kilometer nach Liiva, in den grössten Ort der Insel.

Viel gibt es hier nicht, ein paar Häuser, einen Supermarkt, eine Apotheke, dazu eine schöne alte Kirche inklusive Friedhof. Man macht einen Zwischenhalt im Fischrestaurant Kalakohvik, wo Kristjan und seine Eltern fangfrischen Fisch servieren und ausserdem, so wird einem wiederholt versichert, die beste Fischsuppe der Insel.

## Eine willkommene Abwechslung

Die einfache, lokale Küche des «Kalakohvik» ist eine willkommene Abwechslung, denn in «Pädaste Manor» speist man ausschliesslich hochklassig. Das hoteleigene Restaurant Alexander gilt als das beste Estlands, serviert wird «Nordic Island Cuisine» – lokale Zutaten, inspiriert von einheimischen Rezepten, zubereitet mit allen Feinheiten der Haute Cuisine. Eine Speisekarte sucht man vergebens, jeden Abend wird ein Menu serviert, aus dem man sich je nach Hunger drei, vier oder fünf Gänge aussucht. Selbstverständlich nehme man Rücksicht auf vegetarische Gäste, sagt Breuer, «und wenn Sie etwas auf der Karte gar nicht mögen, dann denken wir uns schnell etwas anderes für Sie aus».

So grossartig das Essen auf dem Landgut ist – und das ist es nicht nur abends, sondern auch zum Frühstück mit vielen regionalen Köstlichkeiten –, man hat, eben, nach ein paar Tagen auch einmal Lust auf anderes. Deshalb empfiehlt es sich dringend, mit dem Mietwagen anzureisen, so kann man auch hin und wieder ausbrechen aus der selbstgewählten Isolation, vielleicht einmal auf die Nachbarinsel Saaremaa fahren oder ins Freilichtmuseum Koguva, ein historisches Dorf, das immer noch bewohnt ist.

Man muss sie eben nicht nur suchen, die Ruhe, die sich einem hier bietet, man muss sie auch wol-

“

Man muss die Ruhe, die sich einem hier bietet, nicht nur suchen, sondern auch wollen.

”

len und sich auf sie einlassen. Nur wer sich in dieser Stille treiben lässt, wer auch einmal untätig eine Stunde aufs Meer hinausschauen kann, der wird sich hier wohlfühlen. Nach der Massage oder Sauna setzt man sich auf die Holzterrasse vor dem Spa-Bereich, man hält die nackten Füsse in den kühlen Wind, atmet tief durch, sieht den Schilfhalmen zu, die sich im Wind biegen, und entdeckt vielleicht irgendwo weit draussen in der Bucht ein Fischerboot.

## Im Ruderboot zur Liebesinsel

Man bekommt vielleicht Lust, selbst das stille Wasser zu erkunden – und das geht. Am kleinen Steg des Anwesens liegen für die Gäste zwei Ruderboote bereit. Rund eine halbe Stunde rudert man hinaus zur Liebesinsel, wo Vögel nisten und man seine Schritte vorsichtig setzt, um nicht aus Versehen auf Nester und Eier zu treten. In einer halben Stunde ist das Eiland zu Fuss umrundet, wer eine Flasche Wein und einen Picknickkorb mitgebracht hat (die Angestellten im «Pädaste» stellen einem das alles auf Wunsch fixfertig bereit), verweilt noch ein wenig länger hier.

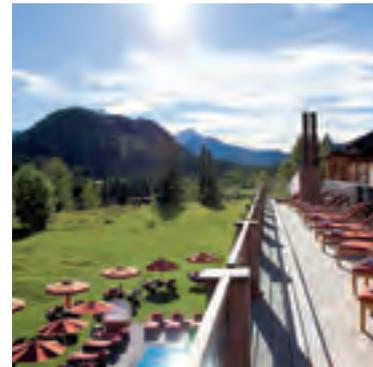
So fasziniert waren die Pet Shop Boys von dieser fast unberührten Bucht, dass sie hier das Lied «Between Two Islands» schrieben, in dessen Text es heisst: «We sailed in a fishing-boat between these two shores, the Island of Lovers and the Island of Whores» (Wir segelten in einem Fischerboot zwischen diesen zwei Ufern, der Insel der Liebenden und der Insel der Huren). Die Hureninsel ist übrigens nicht etwa der Phantasie der Musiker entsprungen, sondern sie liegt tatsächlich gleich neben jener der Liebenden.

Rechtzeitig zum Sonnenuntergang sollte man dann aber aufs Landgut zurückkehren, denn der Hot Pot, der gleich neben dem Steg steht, ist schon aufgewärmt, daneben steht im Eiskühler eine Flasche Wein bereit. Man lässt sich in den Holzbottich sinken, am besten bis zum Hals, denn es wird abends frisch, streckt nur hin und wieder eine Hand nach dem Weinglas aus. Mit der Zeit wärmt der Holzofen das Wasser immer mehr, es wird gemütlich, und langsam versinkt die Sonne am Horizont.

Die Stille zu geniessen, ist eine Kunst, die heute nicht mehr jeder beherrscht. Auf Muhu muss man aber schon gar unbegabt sein, in dieser Hinsicht nicht noch etwas dazuzulernen. *Katharina Blansjaar Pädaste Manor, Muhu Island, 94716 Estland; Tel. +372 454 88 00; www.padaste.ee. Die erst kürzlich frisch renovierten Doppelzimmer im Herrschaftshaus kosten ab 270 Euro pro Nacht, inklusive Frühstück.*

# Einsam entspannen

Wer auf der Suche nach Wellness in der Abgeschiedenheit ist, muss dafür nicht nach Estland reisen. Auch in Österreich, Deutschland und der Schweiz werden Spa-Eremiten fündig



## Mondäne Bergwelt

In den bayerischen Bergen, etwa 45 Autominuten von Innsbruck, liegt das Schlosshotel Elmau (links). Mit 130 Zimmern, 4 Spas, 6 Restaurants und einem Konzertsaal kann das Haus zwar nicht als weltentrückt gelten, dafür ist es gewissermassen eine luxuriöse Welt für sich. *Ein Doppelzimmer ist, je nach Saison, ab 240 Euro zu haben. www.schloss-elmau.de*

## Hinter Klostermauern

Das ehemalige Kloster Marienhöh zwischen Hunsrück und Mosel wurde zum Golf-, Wander- und Familienhotel umgebaut. Neben einem grossen Wellness-Angebot (rechts) und dem schönen Ausblick kann auch die klerikale Architektur zur Entspannung beitragen. *Einfaches Doppelzimmer (ohne TV und Minibar) etwa 80 Euro. www.hideawaykloster.de*



## Gemütlich

Im österreichischen Bregenzerwald liegt das Hotel Post Bezau (links), das schon in fünfter Generation als Familienbetrieb geführt wird. Das Wellness-Angebot ist wie die Zimmer der Moderne angepasst: Neben klassischen Anwendungen und Yoga steht auch chinesische Medizin auf dem Programm. *Doppelzimmer ab 300 Euro pro Person. www.hotelpostbezau.com*

## Hoch hinaus

Genau 2222 Höhenmeter trennen das Fünf-Sterne-Resort Riffelalp in Zermatt vom Alltag. Das Hotel hat Europas höchstgelegene Wellness-Anlage gebaut: Auf der «St. Trop Alp» kann man sich im heissen Aussenpool vor dem eindrucklichen Bergpanorama (rechts) dem süssen Müsiggang hingeben. *(rud.) Doppelzimmer etwa 500 Franken. www.riffelalp.com*

