

YSTAD Saltsjöbad



Selvforkælelse på den anden side af sundet

Af Lisser-Frost Larsen

Øresundsbroen har i stigende grad åbnet os danskeres øjne for, at den svenske natur byder på unikke oplevelser, som ikke findes i Danmark. Og selvom den svenske krone har øget sin værdi i forhold til den danske, så har mange også opdaget, at en shoppingtur i Malmö ikke gør helt det samme indhug i pengepungen, som en tilsvarende i Danmark. Mange danskere har på tilsvarende facon opdaget, at når det kommer til Spa-ophold, så har svenskerne ikke blot en meget længere tradition for den slags selvforkælelse, men også her tilbyder vores naboer luksuriøse oplevelser til overkommelige priser. Og netop en sådan oplevelse var min ledsager og jeg på vej til på en grå fredag i november. Vi trængte til et pust af velvære og selvforkælelse efter en hektisk uge, og kursen var sat imod Ystad Saltsjöbad på Sveriges sydspids.

Der er blot en times kørsel fra København til Ystad, og turen ned igennem Sydsverige er anbefalesværdig. Det er ganske tankevækkende, at man blot behøver bevæge sig en time væk for at komme til en ganske anden verden.

Stolte traditioner tilpasset tidens behov

Allerede på parkeringspladsen foran Ystad Saltsjöbad fornemmer man ganske tydeligt, at stedet har været et naturligt samlingspunkt for afslapning og velvære i Sydsverige helt tilbage fra starten som badehotel i 1897. Og det er da også med rette, at stedet omtales som en "klassiker" blandt Sveriges hoteller. Men også en klassiker som har formået at udvikle sig i takt med tiden. Fra badehotel till nutidens komplette konference og Spa-sted.

At Ystad Saltsjöbad er på forkant med udviklingen afspejler sig ikke mindst i stedets nyeste tiltag "The Creek Experience", der er en videreudvikling af det klassiske spa-ritual. Og netop "The Creek Experience" blev kåret som årets spa-ritual 2013 af SpaStar Awards, og som vi senere skulle erfare med god grund.

Ystad Saltsjöbad er indrettet i lette lyse nuancer, og allerede ved indtjekning breder fornemmelsen af afslappethed sig i systemet.

For selv om receptionen var fyldt til bristepunktet med forventningfulde gæster, så forløb al ekspedition med smil og overskud. Og når vi på vej imod vores værelser allerede mødte badekåbeklædte gæster, så bredte forventningerne til et ophold i afslappethedens tegn sig langsomt i kroppen.

En stor del af værelserne har havudsigt, og netop på dette sted er det værd at foretage den ekstra investering. For udsigten udover vandet er intet mindre end fantastisk, og det er en ren lise for sjælen, selv på en råkold novemberdag, at stå på altanen og indånde den friske saltholdige havluft. Og når den oplevelse så samtidigt ledsages af lyden af bølgeskvulp, der skyller ind over stranden og den tilhørende bademole, så er man allerede nede i et helt andet mentalt gear.

Såvel undertegnede som ledsager havde valgt at starte vores ophold med en dybdemassage for at få ugens stress ud af kroppen og markere starten på en weekend i selvforkælelsens tegn. Og vi var efterfølgende ganske enige om, at vi havde været i kompetente hænder, hvor alle små stresspændinger var smeltet under kyndige hænder. Så det var allerede på et væsentligt mere afslappet niveau, at vi efterfølgende sad henslængt i de lyse sofaer omkring pejsen i Spaét afslap-

ningslounge og forberedte os til næste punkt på dagens program.

The Creek Experience

Denne nye satsning tilbyder behandlinger med mange oplevelser. Og de 250 kvm er smagsfuldt indrettet i omgivelser, der får en til at tænke på en tropisk regnskov. Og hele oplevelsen og indretningen er baseret på de fire grundelementer - luft, ild, jord og vand. Og opbygget i nøje udvalgte naturmaterialer, der skaber en tidløs fornemmelse af at være tilstede i et rum, som danner de perfekte rammer omkring forskellige oplevelser inspireret af de bedste spa-ritualer fra hele verden.

Fra ankomsten i vandgangen, hvor grønne planter pryder væggene, mens lyden af rislende vandfald fra de stenbeklædte vægge og en behagelig varmedis kommer en imøde, fornemmer man allerede en tilstand af afslappethed i kroppen. Og indenfor i de "hellige" haller bliver vi mødt af den vært, der guider os igennem de næste par timers velvære. Oplevelsen startede med et varm fodbad, hvor havsalt fra det Døde Hav blev tilført det mosaikfad, hvor mine fødder ventede på at blive blødgjort. Med ansigt påført en dybderensende maske var næste stop dampbadet. Og herfra gled de næste par timer afsted i en lang perlerække af velvære-



Imponerende udsigt fra værelserne.



Ystad Saltjöbad tilbyder udover ovennævnte masser af behandlinger for såvel ansigt, krop og fødder, ja sågar tandblegning.

Og vær opmærksom på at behandlinger betales særskilt. Og at det tilrådes at bestille de ønskede behandlinger i god tid.

En overnatning, med morgenmad og adgang til Spa og 'The Creek' samt en tre-retters menu kan fås fra Sv. kr 2.015 per person i Standard dobbeltværelse.

Se mere på: www.ysb.se



et godt Spa-ophold. Og hører du til typen, der foretrækker at starte dagen med et godt solidt morgenmåltid, så tilhører morgenbuffeten på Ystad Saltsjöbad, så absolut den bedre del af slagsen. Her bugner buffeten af et righoldigt udvalg af sunde og knapt så sunde alternativer. Der er flere varianter af æg, frisk presset juice og friskbagt knæbrød, som de kun kan servere det i vores naboland.

Man kan benytte spa-afdelingen hele tiden og kombinere en behagelig og afslappende atmosfære med et stort udbud af behandlinger for hele kroppen, saunaer, bade og fitness-aktiviteter.

Vi valgte at afslutte vores miniophold i det svenske med en ansigtsbehandling. Og endnu en gang var vi forbavsende enige (og tro mig, det sker ikke så hyppigt) om, at vi havde været i kompetente hænder. Så det var med blussende kinder og masser af tilført fugt, at vi sagde farvel til Ystad Saltjöbad og vendte næsen hjem imod København. Og ikke mindst med en fælles overbevisning om, at stedet så absolut var et sted, der måtte besøges igen.

reoplevelser. I den mørke "lagune" kan man drømme sig til eksotiske steder, mens man sænker sig ned i det varme vand.

Der er en autentisk turkisk badstue, en såkaldt Hamam, hvor kroppen indsæbes og døde hudceller skrubbet af og giver nyt liv og glans. I det hele taget rummer "The Creek Experience" masser af muligheder for at komme tæt på din partner, for mens værten guider dig rundt fra oplevelse til oplevelse, så foretager du selv de enkelte handlinger. F.eks. kan du smøre din partner ind i specielt mineralholdigt marokansk ler, der efterfølgende skylles af i et varmt bad og efterlader én med fornemmelse af blødhed og helt åbne hudporer. Her er sauna og mulighed for at nedkøle med en forfriskende iskrupning af den varme krop, og der er mulighed for at indånde forskellige afslappende og forfriskende aromatiske dufte.

Og når du er klar til at forlade denne ultima-

tive selvforkælelse, så kan du afslutte med at tilføre huden ny fugt med en fantastisk blødgørende jojobaolie og efterfølgende lade dig lufttøre i en "udslusningszone", hvor de opvarmede træbænke er formet efter kroppens form og efterlader en klar til nye udfordringer. At "The Creek Experience" er kåret som Årets spa-ritual 2013 er ganske forståeligt, for det er et eksklusivt spa-ritual for hele kroppen, der rummer mange forskellige oplevelser, og som taler til alle sanser.

Badehotelstemning og godt køkken

Aftenmåltidet indtages med udsigt over strand og vand, og i en restaurant der tilbyder glimrende mad til yderst rimelige priser. Et højt serviceniveau kombineret med stedets afslappede badehotelstemning er med til at fastholde én i den lettere flydende tilstand, der kendetegner