



WELLNESS

Schwitzen mit Blick aufs Holzfeuer

Die Kombination von schweißtreibender Hitze und kühlem Nass hat auch das Luxemburger Publikum längst überzeugt. Die Pidal-Sauna in Walferdingen strebt ein originelles Angebot an, um der Konkurrenz die Stirn zu bieten.

(rw) - Was gibt es im Winter Angenehmeres als einen gemütlichen Saunagang? Nicht nur, dass die kalten Füße endlich wieder aufgeheizt werden, für den gesamten Körper ist das Wechselbad von Schwitzen und Abkühlen eine Wohltat, und nebenbei wird die Haut durchblutet und gereinigt. Vielleicht am wichtigsten ist aber der Entspannungseffekt des Saunens, der das gestresste Gemüt beruhigt und abschalten lässt.

Behagliches Ambiente

Der Erfolg der finnischen Tradition auch in Luxemburg hat dazu beigetragen, dass sich die Qualität des Sauna-Angebots in den letzten Jahren enorm gesteigert hat. Außer im ländlichen Raum kranken die meisten Saunen jedoch an Platzmangel. Die Möglichkeiten, sich während des Saunabesuchs auch an der frischen Luft aufzuhalten, sind begrenzt, und auch im Inneren herrscht vielerorts weiterhin Platznot.

Einen Riesenschritt nach vorn hat jetzt die Sauna in Walferdingen gemacht. Das Unternehmen Pidal (Piscine intercommunale de l'Alzette), das auch vorher schon für ein vergleichsweise attraktives Saunawesen stand, hat vor einiger Zeit nochmals in Vergrößerung und Modernisierung investiert. Das Resultat kann sich sehen lassen.

Neben den schon existierenden Saunaräumen im inneren Bereich (Standard-Sauna, Bio-Sauna und türkisches Bad) locken vor allem die neuen, in einem hübsch gestalteten kleinen Park gelegenen Holzbauten. Drei Saunaräume davon sind mit Holz beheizt und erlauben das Schwitzen in einer etwas feuchteren Atmosphäre. Der verglaste Ofen in der Mitte des Raumes und die gelungene Innenarchitektur sorgen besonders in der Rundhütte für ein behagliches Ambiente. In einer weiteren Hütte ist eine Sauna nach finnischem Modell untergebracht, in der das Klima trockener ist. Im Außenbereich, in dem

im Sommer auch Liegestühle auf dem Rasen bereit stehen, befindet sich ebenfalls eine Abkühl Dusche und ein kleines Schwimmbecken mit lauwarmem Wasser, leider etwas stark mit Chlor versetzt. Wer sich danach im Relaxraum entspannen will, stellt fest, dass dieser um eine schöne Ruhecke mit Blick auf die Grünanlage vergrößert wurde. Manchen mag bei der architektonischen Gestaltung der konsequente Rückgriff auf helles Holz etwas zuviel sein, aber attraktiver als der gekachelte ältere Bereich ist das allemal.

Die etwas zweifelhafte und raumfressende Erfindung namens Whirlpool hat in letzterem ebenso ihren Stammsitz wie die viel besuchten Sonnenbänke. Einen Fitnessraum und ein Massageangebot gibt es ebenfalls. Eine weitere Attraktion ist schließlich die in die Sauna integrierte Gaststätte mit Restaurant. Hier kann man nicht nur während dem Saunabesuch seinen Durst stillen, sondern sich auch zur Après-Sauna treffen oder gar genüsslich die Pfunde wieder zu sich nehmen, die man gerade abgeschwitzt hatte (siehe nebenstehende Notiz). Das Restaurant ist nur für Saunagäste bzw. Pidal-Clubmitglieder zugänglich.

Happige Preise

Insgesamt kann man die Renovierung als gelungen betrachten, wenn auch manche Wege etwas langwierig und kompliziert erscheinen. Für Neulinge ist die Orientierung nicht immer einfach, und Hilfestellung von Seiten des freundlichen Personals ist unentbehrlich. Bedauerlich auch, dass immer noch nur ein Tag pro Woche für Frauen reserviert ist. Am Donnerstagnachmittag ist deshalb mit Gedränge zu rechnen. Ansonsten ist die Sauna außer montags jeden Tag geöffnet, sogar am Sonntag. Und das oft auch schon morgens.

Und die Preise? Ein Saunabesuch kostet 14,50 €; ganz schön happig gegenüber den Preisen der hauptstädtischen Saunen. Komfort und breit gefächertes Angebot haben natürlich ihren Preis, aber die meisten werden sich den Saunaspaß zu dem Kostenpunkt wohl nicht jede Woche leisten. Abos lohnen vor allem für eingeschworene Saunafreaks: 55 zahlt man für einen Monat, 150 für drei Monate und 480 für ein ganzes Jahr. Im Saunapreis ist auch der Zugang zum Schwimmbereich inbegriffen. Die Transportfrage werden wohl die meisten mit dem Griff zum Autoschlüssel lösen, wobei sich herausstellt, dass in Walferdingen Parkplätze manchmal knapp werden. Eine Alternative ist die Buslinie 10, die an der Hauptstraße hält. Sehr Hartgesottene können auch per Zug anreisen und die Viertelstunde zu Fuß vom Bahnhof Walferdingen marschieren.

Bade- und Saunazentrum
Pidal, rue des Prés,
L-7246 Walferdange.
Tel. 33 91 72, Fax 33 21 40.



Brider la vigne

(roga) - L'ascension des vins biologiques au panthéon des grands vins est irrésistible, ceci particulièrement dans la vallée de la Loire. Donnée comme leader des vins de Touraine

par Jacqueline Friedrich - "A Wine and Food Guide to the Loire" - , coup de coeur du Hachette, ce **Clos de la Briderie**, Vieilles Vignes 1999, appellation Touraine-Mesland, a tout d'un grand vin. Elevé par Josette et François Girault en biodynamie, il s'agit d'un vin encore jeune, mais extrêmement équilibré, agréable, complexe. Le rendement de ces vieilles vignes est très réduit. Cabernet franc, Malbec et Gamay, les cépages utilisés, confèrent à ce grand cru une originalité et une souplesse tout à fait exceptionnelles. Le blanc à base de Chenin est également remarquable. Le domaine se trouve en face du château de Chaumont, haut-lieu du jardinage post-moderne. Une excursion combinée est donc de mise.

Clos de la Briderie: J&F Girault, F-41150 Monteaux, tél. (0033)-2-47570771.



25.000 Kokopellis

(rg) - Le printemps approche, l'appel des savanes jardinières se fait entendre. Comme de coutume, nous entamons l'année au jardin par un appel à la biodiversité. Jadis appelée "Terre

de Semences", l'association **Kokopelli**, sise à Alès, oeuvre pour la préservation des multiples semences traditionnelles face à l'avancée destructrice des hybrides et transgéniques imposées par les compagnies transnationales. Avec le départ de Dominique Guillet pour un projet en Inde, l'association devient également tiers-mondiste. L'objectif affiché pour cette année est ambitieux: "25.000 petits Kokopelli dans les jardins!" Différentes formules pour devenir adhérent-e et pour pouvoir commander des semences super-originales à 2,50 € le sachet: adhésion de soutien 15 €, bienfaiteur 150 €. Une initiative essentielle pour sortir la biodiversité des propos théoriques et pour faire éclore un mouvement de contre-globalisation bien enraciné!

Kokopelli: Oasis, 131 Impasse des Palmiers. F-30100 Alès. Tél. 0033 4 66300055, kokopelli.semences@wanadoo.fr



Pidal-Club

(rw) -Die Walferdinger Sauna bietet ihren Gästen auch ein integriertes Café-Restaurant. Wer nun das übliche Hot-Dog-Programm erwartet, liegt absolut falsch.

Auf der Karte finden sich neben regelrechten Menüs zwar auch Vorschläge für den kleinen Hunger, aber alles ist von gehobener Güte: zum Beispiel der reichhaltige und abwechslungsreiche Gemüsesalat. Sowohl die Fischspeisen (wir probierten ein "croustillant de bar") wie die Fleischmenüs (hier war es ein Pfeffersteak) überzeugten durch Qualität und Kreativität. Lediglich der "magret de canard laqué" fiel etwas ab. Und die anschließende Schokoladenmousse war einfach ein Gedicht. Eine kleine, aber korrekte Weinkarte rundet das Angebot ab. Das Interieur ist für einen Club vergleichsweise angenehm gestaltet, hervorzuheben ist aber die Sitz- und Lesecke mit offenem Kamin.

Pidal-Club, rue des Prés, L-7246 Walferdange. Tel. 33 91 72, Fax 33 21 40. Geöffnet Mo., Mi., Fr. von 15 - 23 Uhr, Di. 12 - 23 Uhr, Do. 9 - 23 Uhr sowie Sa. und So. 11 - 22 Uhr. Preise der Hauptgerichte um 17 €. Im Sommer auch Terrassenbetrieb.

