

Natürliche Wellness-Anlage: Reise ans Tote Meer

Mitten in der Wüste und am tiefsten Punkt der Erde mit einer Zeitung im Wasser treiben und dabei auch noch gesund werden. In Israel kann dieser Traum wahr werden, zum Beispiel in der Oase Ein Gedi am Toten Meer.

04.12.2019 - von Peggy Kiesow

Israel ist weit mehr als Bethlehem und Jerusalem. Immer mehr Touristen ziehen die Wellness- und Erholungsangebote am Toten Meer an. Sein Salzgehalt ist so hoch, dass es unmöglich ist, darin unterzugehen. Doch nicht nur das Schwimmen in diesem Meer ist ein einzigartiges Gefühl, auch die heilende Wirkung der Mineralien und Inhaltsstoffe des umliegenden Bodens verspricht Wunder.

Entspannung schon beim ersten Atemzug

Das Wasser im Toten Meer enthält 20 mal mehr Brom, 15 mal mehr Magnesium und 10 mal mehr Jod als normales Meerwasser. Diese Bestandteile entspannen die Nerven, verbessern Hautallergien und reinigen die Bronchien. Als wäre das nicht genug, enthält die trockene Luft in dieser tiefer liegenden Gegend zehn Prozent mehr Sauerstoff als auf Höhe des Meeresspiegels. Hinzu kommt, dass die klare und saubere Luft durch die Verdunstung des Meerwassers ebenfalls mit Brom angereichert ist. Bei der Ankunft sorgt somit schon der erste Atemzug für Entspannung.

Ein Kopfsprung in das Wunderwasser ist trotz der heilenden Wirkung nicht zu empfehlen. Wer das Wasser in die Augen bekommt, sollte sich schnellstmöglich zu den Süßwasser-Duschen begeben, soweit er denn noch sehen kann. Wer Schnitte oder Kratzer hat, wird bei einem Bad

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/144>

© 2020 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

schnell merken, was es mit dem Sprichwort „jemandem Salz in die Wunde streuen“ auf sich hat.

Rund um die 65 Kilometer lange Küste gibt es kleine und größere Oasen, in denen man sich in einem der vielen Spas verwöhnen lassen kann. Eine der beliebtesten Oasen ist Ein Gedi. Sie bietet Süßwasserquellen, Wasserfälle und tropische Vegetation, die wiederum viele der in der Wüste lebenden Tiere anzieht. Ein Gedi hat einen direkten Zugang zum Toten Meer und den beliebtesten Strand der Region. Ob unzählige Touristenbusse jedoch immer zum Erholungsfaktor beitragen, sei dahin gestellt. Zu der Oase gehören außerdem ein Spa, eine Jugendherberge, ein Restaurant, ein Kibbuz-Gästehaus und eine Tankstelle.

Am tiefsten Punkt der Erde

Die Oase liegt am tiefsten Punkt unserer Erde und ist ungefähr vier Kilometer lang. Sie liegt 80 Kilometer süd-östlich von Jerusalem entfernt; und kann mit dem Bus von Jerusalem und Tel Aviv erreicht werden. Wer hier mehrere Tage verbringt oder es schafft, einen der ersten Busse zu nehmen, kann einen herrlichen Sonnenaufgang in der Wüste erleben. 417 Meter unter dem Meeresspiegel finden wir eine Wüste vor, aber das Klima ist alles andere als trocken. Der hohe Luftdruck filtert das UV-Licht der Sonne, trotzdem ist hier Vorsicht geboten und immer an Hut und Sonnenbrille zu denken. Das heiße und feuchte Klima kann schnell zu Dehydrierungen führen und es sollte mindestens ein Liter Wasser pro Stunde getrunken werden.

Das Ein Gedi Spa liegt direkt am Toten Meer und verfügt über ein Becken mit Salzwasser aus dem Toten Meer, ein mineralhaltiges Thermalbad, mehrere Whirlpools, Dampf- und Trockensauna und Fitnessgeräte. Es werden außerdem Schlamm packungen, Massagen und andere für den mittleren Osten typische Behandlungen angeboten, die vor allem Menschen mit Hautproblemen und Arthritis Linderung verschaffen sollen. Der Eintritt in das Spa kostet, je nach Wochentag, acht bis zwölf Euro.

So kommen Sie hin

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/144>

© 2020 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Direktflüge nach Tel Aviv oder Jerusalem gehen beinahe täglich von jedem größeren deutschen Flughafen ab. Tel Aviv ist mit beinahe 400.000 Einwohnern die zweitgrößte Stadt Israels. Tel Aviv liegt am Mittelmeer und nur eine Autostunde von der Hauptstadt Jerusalem entfernt und ist ein guter Ausgangspunkt, um weitere Sehenswürdigkeiten des ganzen Landes zu erkunden, wie zum Beispiel die Festung Masada, oder die Oase Ein Gedi am Toten Meer.

Fazit: Israel verfügt nicht nur über heilende Rohstoffe, auch der Einfluss vieler Nationen macht das Land so interessant und faszinierend. Überall erfährt der Besucher die herzlichste Gastfreundschaft.

Weitere Informationen:

Mehr über Israel beim offiziellen israelischen Verkehrsbüro:

www.goisrael.de

Mehr über die Oase von EIN GEDI TOURISM:

www.ein-gedi.co.il