



## Von 3 Grad auf 100

In der Hitze schmort der Saft: Unser Autor hat im bayerischen **ERDING** bis zum Siedepunkt sauniert VON JULIUS SCHOPHOFF

**E**in Parkplatz, 30 Kilometer vor München, Temperatur: unangenehme drei Grad Celsius. Es ist ein grauer Novembertag, doch ein paar Schritte nur, und ich bin drin: in der Therme Erding, dem Wellness-Las-Vegas, dem Disneyland für Badende. Ich werde mich wärmen in der »größten Saunalandschaft der Welt«. Dort gibt es 25 Saunen. Fünfundzwanzig! Wo soll man da anfangen? Ganz einfach: Ich saune mich hoch.

38 Grad, Tepidarium. Eine von drei Einsteigersaunen in der Römischen Villa. Die Temperatur fühlt sich an wie gesundes Fieber, sie soll die Muskeln entspannen. Den meisten ist sie offenbar zu lau. Außer mir sind in dem Gewölberaum nur Büsten mit abgebrochenen Armen.

42 Grad, Laconium. Nicht mehr ganz so gesundes Fieber. Getrocknete Lavendelblüten rösten über den Steinen des Ofens. Riecht gut, aber wieder ist keiner da. Ist den Bayern Rom nicht warm genug?

45 Grad, Caldarium. Das alte Rom bleibt unbewohnt. Nur eine barbusige Frau aus Gips steht herum. Für einen Norddeutschen ist es heiß genug: Der erste Tropfen perlt von meiner Stirn.

50 Grad, Kräuterkammerl. Kachelofen, rotweiß karierte Gardinen – da fühlt der Bayer sich wohl. Ich setze mich auf den letzten freien Platz, Infrarotstrahler wärmen mir den Rücken. Aber was ist da draußen los? Vor einer anderen Sauna stehen die Leute an wie beim Bäcker.

55 Grad, Backstube. »13 Uhr: Backe-Backe-Brötchen« steht auf dem Schild vor der Sauna. Es ist zehn vor eins. Ich blicke durch die Glastür: Zwei Dutzend Nackte sitzen Backe an Backe, keine Chance reinzukommen. Eine Frau schiebt Brötchen in einen Ofen in der Ecke. Sechs Minuten später eilen die Backsaunagänger ins Freie, dampfend wie die Brötchen in ihren Händen.

Hungrig streife ich durch die Saunalandschaft. Sie liegt unter einer Glaskuppel, die an ein Gewächshaus erinnert. Überall wuchern Palmen. In einem Bereich, der Garten Eden heißt, wachsen Mangos, Papayas und Bananen. Doch im Paradies findet man nicht nur Früchte: Zwischen den Saunen am Rand der Kuppel gibt es Cafés, Bars, Restaurants. In Bademänteln bestellen Gäste Panang-Curry oder Pizza Frutti di Mare. Mich zieht es zum

Crêpe-Stand. Mit Schokolade am Mund lasse ich den Blick über den Champagner-Pool schweifen, der in der Mitte dieser Heißluftkleinstadt liegt. Er heißt so, weil er sprudelt und weil den Badenden an einer Bar, der das Wasser bis zur Tresenfläche reicht, Bier, Cocktails und Champagner serviert werden. Verlockend. Aber ich muss weiter: Um 14 Uhr ist Sonnenfinsternis.

Fortsetzung auf S. 90 ►

ANZEIGE

### EXKLUSIVE BAHNREISEN



#### LUXUS IM JAHR 2015

Eine Schienen-Safari mit Rovos Rail – Exklusive Erlebnisse in 5 Ländern Afrikas und entspannter Genuss im edelsten Zug des Kontinents

14. – 31. März 2015, ab 13.330 € p. P.  
Weitere Termine auf Anfrage.

#### DER ROLLENDE TEPPICH

Sonderzugreise 1001 Nacht von Istanbul nach Isfahan – Komfortabel zum UNESCO-Welterbe in der Türkei und im Iran

4 Termine 2015, ab 4.720 € p. P.

Jetzt Gratis-DVD und Katalog anfordern!

Lernidee Erlebnisreisen  
Tel.: +49 (0)30 – 786 00 00  
zeit@lernidee.de  
www.lernidee.de/zeit



## Von 3 Grad auf 100

55 Grad, Firmament-Warte. Ein Heißluftplanetarium! Ich lege mich auf eine Bank und beobachte, wie sich auf der Kuppel über mir der Mond vor die Sonne schiebt. Der Vortrag dauert 15 Minuten, und schon bin ich wieder auf Betriebstemperatur.

60 Grad, Geysirhöhle. Ein runder Raum mit Wänden aus Quarzgestein. In einem Loch in der Mitte brodelt es. Plötzlich schießt eine leuchtende Fontäne in die Höhe. Ob ich daraus trinken kann?

65 Grad, Tropensauna. Affengebrüll, Vogelgezweitscher. Dazu wird Zuckerpeelingmasse mit Schoko-Vanille-Aroma verteilt. Nach dem zweiten Papaya-Aufguss brauche ich dringend Abkühlung. Tiefend wanke ich aus der Sauna zur Eisdiele, hole drei Kugeln: Kokosnuss, Ananas und Melone.

70 Grad, Meditationssauna. »Schließt die Augen«, sagt ein Mann und läuft mit einer Klangschale durch die Reihen. Gongggg. »Durch die Schallwellen schwitzt man noch mehr«, sagt er. Stimmt. Als er an mir vorüber ist, schleiche ich mich raus.

75 Grad, Kelten-Thron-Sauna. Hundert Leute, mindestens. Einer sitzt ganz oben auf einem Thron aus Holz. König für einen Aufguss. Ein Mann wedelt mit einer riesigen Fahne heiße Luft auf die Ränge. Ich halte alle drei Aufgüsse durch, gerade so.

80 Grad, Rosen-Pavillon. Rosen überall, doch die Deko ist mir längst egal. »Lass uns einen Aufguss machen«, sagt eine Frau zur anderen. Weg bin ich.

85 Grad, Kelosauna. Kelo heißt das Holz, aus dem die Sauna gebaut ist, 40 Zentimeter dicke Stämme, 300 Jahre alt. »Wer ist zum ersten Mal hier?«, fragt der Aufgießer. Ich kriege die Hand kaum noch hoch. »Viel Spaß!« Die obere Ecke, in der ich kauere, weil sonst kein Platz mehr frei war, nennt er »Folterkammer«. Bald weiß ich, warum.

100 Grad, Erdinger Schwitzstube. Ich setze mich in die Nähe der Tür, zu dem roten Knopf. Ich bin auf dem Siedepunkt. Kurz bevor ich verdampfe, taumele ich zur Tür hinaus. Vielleicht waren 13 Saunagänge an einem Tag doch etwas viel. Mein Kopf ist rot, mir ist schwindelig. Aber ein paar Schritte nur, und ich bin im Freien. Temperatur auf dem Parkplatz: sehr angenehme drei Grad Celsius.