

SPAinside

www.redspa.de

November/Dezember 2012

Deutschland 3,90 €

Österreich 4,30 €

Schweiz 7,00 sfr

LUX 4,60 €

Traumziel Karibik

SCHWEIZ

Die schönsten Wellness-
hotels mit Kuschelfaktor

Zimt & Koriander

Betörende Gewürze

SINGLES

Allein,
aber nicht
einsam

MARRAKESCH

Verträumte Riads, märchenhafte Paläste

PERSONAL TRAINER

So klappt es mit der Traumfigur

MASSAGEN AUS ALLER WELT – Pure Entspannung





Heimkommen

Unweit vom Getöse des Djemaa el Fna Platzes, am Ende von drei Sackgassen, liegt Julia Bartels Hotel Riyad El Cadi. Eine Oase der Stille hat die Deutsche hier geschaffen, nur das Plätschern des Brunnens, leise Klänge klassischer Musik – beim Eintreten fühlt man sich wie zu Hause. Das Hotel hat 15 ganz individuell und stilvoll eingerichtete Zimmer und Suiten. Besonders schön ist das „Blaue Haus“, das private Riad im Riad. Hübsch auch die Berber Suite mit Balkon zum Haupthof mit seinen Zitronenbäumen. Unter denen kann man abends köstliche Tajine-Gerichte probieren. Zum Wohlfühlen gehören auch der kleine Pool, das Mini-Hamam, die Bibliothek und die Dachterrassen.

► Riyad El Cadi, www.riyad-el-cadi.com

Riad Versteckte Schätze

Erst in den 1990er Jahren wurden sie zu neuem Leben erweckt – die Riads. Riad bedeutet Garten, bezeichnet aber ein besonders prachtvolles Stadthaus.

Himmlisches Paradies

In der Medina von Marrakesch findet man diese Kleinode der marokkanischen Architektur: die Riads (auch Riyads). Wenn man durch die Gassen, an den dicken, roten, meist fensterlosen Fassaden dieser Stadthäuser entlang schlendert, kann man sich kaum vorstellen, wie prachtvoll es dahinter aussieht. Ein echtes Riad ist zwei- bis dreistöckig und um einen Patio mit begrüntem Innenhof mit Brunnen angelegt. Dieser vierteilige Garten, das Herz des Riads, entspricht der Vorstellung des Korans vom himmlischen Paradies. Alle Räume des Hauses sind nach diesem Patio ausgerichtet.



Im Zeichen der Störche

Im schicken Boutique-Hotel Dar Les Cigognes mitten in der Medina trifft orientalisches Flair auf romantisches Ambiente. Das Haus besteht aus zwei Dars (= Haus, das im Gegensatz zum Riad keinen begrünten Innenhof hat). Es verfügt über 11 Zimmer und Suiten, ausgestattet mit handgefertigten Möbeln, edlen Stoffen, prächtigen Antiquitäten, Hamam, Spa, Restaurant und Dachterrasse. Von hier aus sieht man auch die Cigognes, die Störche, auf der Stadtmauer. ► Dar Les Cigognes, www.lescigognes.com

Reisezeit

Höchsttemperaturen bis zu 45° C sind in den Sommermonaten Juli, August, September nichts Ungeöhnliches in Marrakesch. Doch der Wind, der permanent vom Atlasgebirge herweht, bringt spätestens am Abend eine leichte Kühlung – auf 35° C. Ideal zum Reisen sind April bis Juni und auch unsere Wintermonate. Dann liegen die Temperaturen immer noch um die 20° C.

Flüge

Von Berlin-Tegel fliegt Lufthansa sonntags, ab Düsseldorf samstags direkt in die Königsstadt. Ebenfalls direkt kommt man ab Basel-Mulhouse mit Easy Jet nach Marrakesch. Einen Zwischenstopp in Madrid legt man mit Iberia ab Frankfurt ein, einen in Lissabon mit der portugiesischen TAP, die von Frankfurt, München und Hamburg mehrmals wöchentlich fliegt.

Geld

Die marokkanische Währung ist der Dirham. Seine Ein- und Ausfuhr ist strengstens untersagt. Devisen können dagegen unbegrenzt eingeführt und in Dirham getauscht werden. Wechselstuben gibt's im Flughafen, Hotels und Banken. Denken Sie vor

Ihrer Abreise an den Rücktausch der nicht benötigten Dirham.

Sprache

Arabisch ist Staatssprache, Französisch ist zweite Amts- und Verkehrssprache. In den gehobenen Hotels spricht man auch Englisch.

Taxi

Die wenigsten Taxis haben ein Taxometer. Am besten Sie erkundigen sich im Hotel, was die Fahrt höchstens kosten darf und versuchen dann Ihr Glück im Handeln. Am Abend und in der Nacht sind die Preise übrigens höher.

Kleidung

Die Marrakeschi sind zwar tolerant, aber Schultern und Knie sollten bedeckt sein.

Feiertage

- 31.07.: Thronfest, Thronbesteigung Mohammed VI.
- 20.08.: Fest der Revolution des Königs und des Volkes
- 21.08.: Geburtstag Mohammed VI.
- 06.11.: Jahrestag des Grünen Marsches
- 18.11.: Unabhängigkeitstag



Geschichte

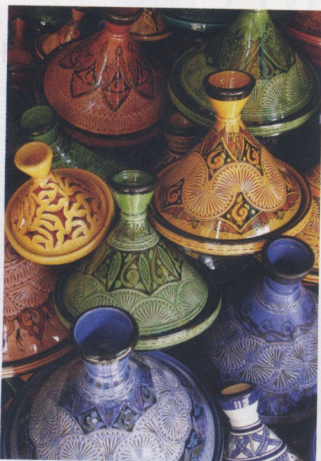
Mit einem Lagerplatz für Karawanen fing alles an. 1062 wurde darauf die Anlage eines Heerlagers erbaut, acht Jahre später die ersten Häuser und Moscheen. Auch die riesigen Dattelpalmenhaine (Palmerie) im Nordosten der Stadt stammen aus dieser Zeit: Die Geburt Marrakeschs. 1126, unter der Herrschaft der Almoraviden erhielt die Anlage die 19 km lange Stadtmauer, von der noch heute 1,3 km erhalten sind. Durch die Jahrhunderte wurde Marrakesch mehrfach von verschiedenen Volksstämmen erobert wie den Almoraviden, den Almohaden und den Alouten. Aus der Almohadenzeit stammen die Stadttore und das berühmte Minarett der Koutoubia-Moschee, aus der Aloutenzeit stammt der Bahia-Palast. Durch Gold- und Sklavenhandel entwickelte sich Marrakesch zu einer reichen Metropole. Unter Sultan Moulay Ismail (1672-1727) verlor die Stadt an Bedeutung, bis Sultan Moulay Hassan sie 1873 zur Residenz bestimmte. 1912 eroberte der Rebell El Hiba die Stadt, kurz danach wurde sie von den Franzosen besetzt. 1956 bestieg König Mohammed der V. nach der Unabhängigkeit von Frankreich den Thron.

Muezzin

Fünfmal täglich ruft der Muezzin zum Gebet – von allen Moscheen gleichzeitig. Die Gebetszeiten ändern sich ständig, da sie sich nach Sonnenaufgang und -untergang richten. Der Gebetsruf beginnt immer mit den Worten „Gott ist größer!“ (Allahu akbar) und ertönt zu Sonnenaufgang, zu Mittag, am Nachmittag, am Abend und zu Sonnenuntergang. Der Besuch einer Moschee ist für Touristen nicht ohne weiteres möglich.



Orientalische Genüsse



Esskultur Bevor die Mahlzeit eingenommen wird, wäscht man sich symbolisch in der Wasserkanne die Hände. Danach spricht der Hausherr das „Bismillah“, eine Lobrede auf Gott. Marokkaner essen prinzipiell mit den Händen und zwar mit der rechten, der sauberen Hand. Die Hauptgerichte bestehen aus einer bunten Palette von Tajines. „Tajine“ bezeichnet sowohl das Nationalgericht von Marokko als auch das Gefäß, eine flache Tonschale mit konischem Deckel, in dem es gekocht und serviert wird. Tajine ist ein Ragout aus Fleisch, Geflügel, Fisch und Gemüse, das auf die Berber-

Tradition zurückgeht, ebenso wie Harira. Als Harira werden in Marokko alle Suppen aus Hülsenfrüchten und/oder Getreide bezeichnet. Couscous ist ebenfalls ein sehr beliebtes marokkanisches Gericht, das meist als Beilage serviert wird.

Gewürze Das Wesentliche an der marokkanischen Küche sind die Gewürze. Als typische Gewürzmischung gilt das „Ras el Hanout“, das aus 35 verschiedenen Sorten besteht. Für die meisten Speisen ist es so unverzichtbar wie Zimt, Koriander, Kreuzkümmel, Kurkuma ...

Zuckersüß sind die saftigen Orangen, die überall auf den Märkten feilgeboten werden und den besten Saft geben, der von der Konsistenz fast schon an einen Smoothy ran kommt.

Wer Süßes mag, sollte unbedingt die göttlichen Kuchen und Süßspeisen kosten. Zimtbestäubte Teigspiralen gefüllt mit Mandelpaste mit Orangenblüten- und Rosenwasser, knusprig gebackene Teigblätter im Wechsel mit einer Mischung aus gemahlenden Mandeln, Zucker und Zimt sowie einer dicklichen Mandelcreme geschichtet ... so unwiderstehlich wie süßes Couscous serviert mit Mandelmilch.

Sehenswert

Grüne Oasen

Jardins de l'Agdal

Der älteste Park der Stadt wurde im 13. Jh. unter dem Almohaden-Herrscher Idris I. al-Ma'mun angelegt. Die heutige Anordnung des Parks und die ihn umgebenden Mauern stammen aus dem 19. Jahrhundert. Jardins de l'Agdal erstrecken sich auf mehreren Kilometern südlich des Königspalastes und bestehen im Wesentlichen aus geradlinig angeordneten Granatapfel-, Orangen- und Olivenbäumen sowie Rosen.

Jardin Menara

Die Menara Gärten liegen etwa drei km außerhalb der Stadtmauern. Wochenends sind sie ein beliebtes Ausflugsziel einheimischer Familien, Studenten und Jugendlicher. Sie sind von kleinen Wegen durchzogen, auf denen man durch den Olivenhain spazieren kann. Durch einen künstlich angelegten See im Zentrum werden die Oliven- und Obstbäume bewässert. Beliebter Treffpunkt ist der Pavillon am See.

Jardin Majorelle

Im 1925 vom französischen Maler Jacques Majorelle angelegten Garten findet man Pflanzen aus allen fünf Kontinenten, hauptsächlich Kakteen und Bougainvilleen, ein

islamisches Kunstmuseum, farbenfrohe Tontöpfe, Wege und Pavillons und das schönste Kobaltblau der Welt. 1980 wurde der Garten von Yves Saint Laurent erworben und in Stand gesetzt. Eintritt: 15 Dirham

Moscheen und Paläste

Wahrzeichen der Stadt ist das 77 Meter hohe Minarett der Koutoubia-Moschee aus dem 12. Jh. Ein Gotteshaus der Einheimischen, im Norden der Medina, ist die Ben Youssef Moschee. In nächster Nähe die Medersa Ben Youssef, einst die größte Koranschule des Maghreb. Der Palais de la Bahia (im Süden der Medina) wurde um 1900 erbaut. Er präsentiert eindrücklich Prunk und Pracht orientalischer Fürstenhäuser. Ganz in der Nähe liegt das Museum für Berber-Kunsthandwerk Dar Si Said.

Veranstaltungen

30.11.-08.12.2012: 12. Internationales Filmfestival. Der Djemaa el Fna Platz verwandelt sich in ein Open-Air-Kino.

Infos

www.marrakech.travel/de
www.marrakech-info.com
http://marokko.germanblogs.de
www.marokko.com
www.visitmorocco.com