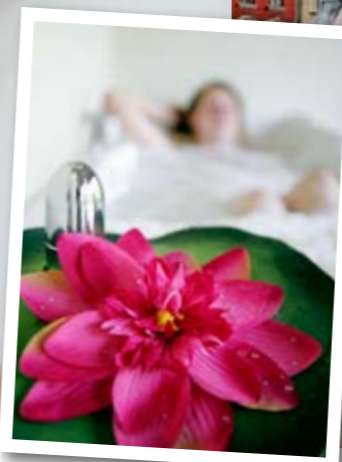




XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX



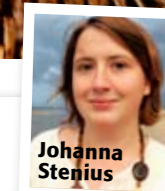
» XXXX XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
XXXX XXXXXXXXXXXX XXXXX
XXXX XXXXX XXXXX.«



XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX



XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX



Johanna Stenius

Lyxigt på Lettlands

En historisk kurort i glittrande lyxförpackning. Gör som ryssarna och rena kropp och själ på klassiskt vis i Jurmala utanför Riga i

TEXT: JOHANNA STENIUS
FOTO: PERNILLA SJÖHOLM

Kvällen är ljum, och den milda havsluften bär med sig doften av rök från grillarna på restaurangernas bakgårdar. På sommaren fylls den långa, vita sandstranden av solbadare från Baltikum, Ryssland, och resten av världen. Jurmala har århundraden av kurortstradition bakom sig, endast avbruten av krig och ockupationer. 1838 upplät tsaren Nikolai II mark för ett badhus med mineralvatten här. Under 1900-talet byggdes allt fler uppvärmda havsvattenbad och på 1930-talet började också svenskar resa hit på semester.

I dag är **Jurmala** en kurort av högsta

klass, med flera gigantiska, superlyxiga spakomplex som sträcker sig mot skyn, jättelika betongkomplex som kontrasterar mot den i övrigt idylliska miljön. Mitt på stranden ligger Baltic Beach Hotel, på utsidan ett betonggrått minne av gångna Sovjettider men på insidan en orgie i lyxiga behandlingar av de mest exotiska slag. Det är Jurmalas enda femstjärniga hotell.

Spaavdelningen är inredd i överdådets tecken med kristallkronor, guld och parfymerade dofter överallt. Listan över behandlingar är lång och lockande, priserna relativt humana för en svensk. Bland de mer exklusiva finns egyptisk massage,

Viktigt tips

Boka skönhets- och spabehandlingar i förväg, hemifrån. Behandlingarna på Jurmalas spahotell är mycket populära och det är nästan omöjligt att få en tid för den behandling man vill med bara någon dags varsel.

I Riga

En perfekt plats att stanna till på för den som inte har tid att ta sig till Jurmala eller som vill hinna med en sista behandling innan hemresan till Sverige är **Aqua villa**, ett exklusivt day spa mitt bland turistgatorna i gamla stan. Hit kommer många letter i farten för att klippa sig men också för att slappna av med bubbelbad och champagne. Prisexempel: »Hot stone massage«. Avslappnande massage med heta, stora, runda stenar. Små färgglada stenar som läggs på kroppens chakrapunkter och upphäver känslomässiga blockeringar. Cirka 350 kronor för 75 minuter. *11 Turgonu iela, Gamla Riga. www.aquavillaspa.lv*



vackra riviera

långa bastuprocedurer med egen instruktör, örtmassage på en varm marmorbänk och kroppsbehandlingar med rysk kaviar. Choklad av olika slag, vin, honung och olika frukter är vanliga ingredienser i behandlingarna. Här tror man på naturens helande krafter. Efter behandlingen serveras örtte i en salong med utsikt över havet.

– Kurortstraditionen är gammal här i Lettland, men att erbjuda hela upplevelsepaket med lyx och relaxavdelningar som ni har i Sverige är ganska nytt, berättar Sandra Trupovnicec som arbetar på Baltic Beach Hotel.

Baltic Beach Hotel har en relaxavdelning som kan få en besökare att glömma omvärlden. Ett förtrollat rum med flera pooler, eget vattenfall och minst fyra sorters bastu går att hyra i två timmar för en överkomlig summa. Tända ljus, kaviar och en

hink champagne – allt går att ordna.

Om Baltic Beach Hotel är överdådigt, närmast vräkigt så är närliggande Hotel Jurmala Spa minimalistiskt och trendigt. Det relativt nyinvidda hotellet har lägre priser men ett lika brett utbud av spabehandlingar. Hit reser oftast de svenskar som upptäckt Jurmala, hotellet säljer redan paket genom flera stora arrangörer.

– Jag är jättenöjd, min helkroppsmassage kostade bara runt 200 kronor och var av högsta klass. Lettland är finare än de spahotell jag besökt i Estland, mycket finare, säger Britt-Marie Gummesson från Stockholm som med rosig hy är på väg ut för att shoppa i de små butikerna längs gågatan.

Jurmala är som en konserverad gammaldags badort, som de var förr. Fast med moderniserade metoder. Kommunen har förbjudit snabbmatsrestauranger, maten anses helt enkelt vara för onyttig. Kontras- »

MINA FAVORITER 4

- **ANSIKTSBEHANDLING MED VIT CHOKLAD** – Kokossmör och olika oljor blandat med vit chokladfoundue och vanilj utlovar en helt ny lyster åt huden. 450 kronor på Hotel Jurmala spa.
- **VINBAD** – Att bada i Merlot är vitaminberikande för kropp och själ. Proceduren avslutas med ett glas rött – förstås. 190 kronor på Baltic Beach Hotel.
- **MASSAGE MED VULKANISKA STENAR** Massage med varma vulkaniska stenar, som sägs ha en helt unik stressreducerande effekt och dessutom bidra till känslomässig balans. 380 kronor på Baltic Beach Hotel.
- **TIBETANSK HONUNGSMASSAGE**



XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX



RES INTE TILL JURMALA...
Under den sista veckan i juli. Om du inte älskar ryska popstjärnor förstås. Under den ryska musikfestivalen »New Wave« är hotellen fullbokade sedan månader i förväg och kostar dessutom ungefär det dubbla jämfört med

XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX



TRE HOTELL FÖR DEN SOM INTE VILL BO PÅ DE STORA KOMPLEXEN
Runt tio spa-anläggningar finns i staden och man måste inte bo på hotellet som hör till, så länge man bokar i förväg kan vem som helst komma. Det kan därför vara ett bra alternativ att bo på ett billigare hotell och besöka något av de stora kurbaden under dagen. I Jurmala finns mängder av hotell. Några vandrarhem ligger en bit utanför centrum men långt till stranden är det aldrig. Speciellt bra är utbudet av mellanklasshotell som kostar några hundra kronor per natt. Ett bra ställe att hit-

Billigt
Seaside Hotel ligger ett tågstopp från centrala Jurmala och 350 meter från stranden. En bädd i sovsal kostar cirka 90 kronor, dubbelrum cirka 154 kronor.
Dubultu Prospekts 7, www.seasidehostel.lv.

Mellanpris
Mitt i centrum ligger Hotell Dzintars i ett trähus från 1912. Dubbelrum kostar runt 300 kronor för en natt under högsäsong och runt 200 kronor under lågsäsong.

Dyrt
Det mycket exklusiva och privata TB Palace har bara fyra rum, de är stora lyxiga sviter. Hotellet ligger i ett vackert gammalt trähus från 1908 mitt i centrala Jurmala. Under lågsäsong kostar rummen 4600-6500 kronor per natt. Weekendpaket drar ner priset något.
Pilsonu iela 8, www.tbpalace.com



XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX



XXXXXXXXXXXX
XXXXXXXXXXXX

BASFAKTA:

Så reser du: Ryanair från Skavsta, SAS och Air Baltic från Arlanda samt Air Baltic från Landvetter har direktflyg på rutten. Priserna är mycket låga, från några hundralappar och uppåt. Tallink trafikerar med båt sträckan Stockholm-Riga varannan dag. Resan tar ungefär 16 timmar. Rederiet erbjuder även spapaket, där övernattnig på ett spahotell ingår. **Flygtid:** cirka en timme från Stockholm, två timmar från Göteborg. **Tidsskillnad:** + en timme **Folkmängd:** 2 351 400 (2002) **Valuta:** Lats (LVL). 1 Ls = cirka 13 kronor. **Kontokort:** Accepteras nästan överallt men inte på marknader och i mindre butiker och kaféer. Ha alltid med kontanter



för säkerhets skull. Var också försiktig då du använder kort, bedrägerier förekommer.

Ta sig runt: Lettland har ett väl utbyggt kollektivt trafiksystem som är både effektivt och billigt. Bussar och minibussar trafikerar många sträckor och annars finns tåg. Att köra bil är också lätt, men letter sägs vara världens farligaste bilförare så se upp! Taxi är generellt billigt men chaufförerna tar extra betalt för körningar på kvällar och nätter. En taxiresa dagtid tre kilometer kostar cir-

RESA TILL JURMALA: SÅ GÖR DU

Det är lätt att resa på egen hand från flygplatsen eller centrala Riga till Jurmala med till exempel taxi. Från flygplatsen tar resan ungefär 20 minuter och kostar runt 150 kronor, från Riga är det lite längre. Tåg går också regelbundet från centralstationen i Riga. Det tar en halvtimme och kostar bara några kronor. Väl i centrala Jurmala är det gångavstånd till allt. Flera resebyråer i Sverige säljer också paketresor med spa i Jurmala inkluderat. Vilka de är anges under respektive hotell.

Baltic Beach Hotel – lyx, lyx, lyx

För den som vill slå på stort är Baltic Beach Hotel perfekt. I hotellet finns en enorm spaavdelning och en lika stor skönhetsavdelning.

Behandlingsalternativen är i det närmaste oändliga. Här finns också specialinredda rum för varje tema, till exempel ett romantiskt massagerum för två, komplett med liten privat jacuzzi och champagnehink. Många gifter sig och tillbringar smekmånaden på hotellet.

Rummen på Baltic Beach kostar från 570 kronor per natt för ett enkelt dubbelrum under lågsäsong (640 under högsäsong) till runt 3 000 kronor per natt för en lyxig svit under lågsäsong (3 600 under högsäsong). Hotellet säljer även olika sorters paket, ett förmånligt alternativ. Paketresor hit arrangeras bland annat av: **Estlandsspecialisten**, **www.estlandsspecialisten.se**, **Latvian holiday**, **www.latvianholiday.se**. Hotellets hemsida: **www.jurmala.lv**

Specialtips: Strunta i att besöka den stora motionsswimmingpoolen med tillhörande bastu som ingår i rumspriset.

set. Satsa istället tid på att hyra relaxavdelningen på spat för cirka 130 kronor i en och en halv timme.

Hotel Jurmala Spa – minimalistiskt och modernt

– Vår ambition är att folk ska ha råd att komma hit, säger Tomass Uzans som är informationsansvarig på Hotel Jurmala Spa. Och priserna är också lägre än hos konkurrenten Baltic Beach Hotel fem



minuters promenad bort. Fem minuter som gör skillnaden mellan hav och stad – strandläget är den stora skillnaden mellan de två hotellen. Att Jurmala Spa är något mindre uppvägs av att personalen är hjälpsam och vänlig och också att de billigaste rummen är bekväma och snygga. På behandlingsmenyn syns många naturliga ingredienser som avokado, rosenblad och honung. Skönhetscentret har många och fantasifula behandlingar, även för män.

Ett standard dubbelrum på Hotel Jurmala Spa kostar från 500 kronor per natt under lågsäsong till 830 under högsäsong och 1 100 kronor under några riktigt hektiska jultid veckor. Hotellet säljer även olika sorters paket, ett förmånligt alternativ där rumspriserna ofta reduceras till hälften. Paketresor hit arrangeras bland annat av: **Vega resort**, **www.vegaresor.se**, **Tallink**, **www.tallink.se**, **Sabra tours**, **www.sabratours.se**, **Estlandsspecialisten**, **www.estlandsspecialisten.se**, **Latvian holiday**, **www.latvianholiday.se**. Hotellets hemsida: **www.jurmala.lv**