

Ingen åker väl till Australien enbart för spabesök – men när man ändå är där...

Det är inne att gå på spa i Australien. Överallt, från Tasmanien i söder till Northern Territory i norr, blommar nya anläggningar upp. Australiens närhet till Asien märks ofta i behandlingarna. Här finns också helt unika spa-behandlingar baserade på aboriginsk ört- och växtlära och med röd outbackjord som grund i lerinpackningen.

Att resa kan vara nog så tröttande och skapar sitt eget slags stress; nya omgivningar, ny mat, tidsskillnader och språkförbistringar. Researrangörer i Sverige och Danmark har förstått detta och flera av dem kombinerar gärna sina paketresor till Australien med någon dags avslutning på ett spa, så att resenärerna hinner smälta sina intryck och koppla av från ett hektiskt reseprogram med många äventyr.

Det finns två olika slags spakategorier i Australien, dels så kallade dayspa, dels hälsoinriktade anläggningar lämpliga för flera dagars besök. Perfekt för stressade storstadsbor och mest trendigt just nu är day spa. Day spa-salongerna erbjuder det mesta. Här finns frisörer, hand- och fotvård samt vaxning i kombination med spabehandlingar som lerinpackningar, massage med vichy duschar och allehanda fuktbehandlingar för hyn.

De större spa-anläggningarna ligger ofta placerade i ett stilfullt hotell i vacker miljö som i sig är både avkopplande och lugn; en vacker strand eller djupt inne i regnskogen till exempel. Här är spa-upplevelserna utsträckta över ett flera dagars



Sköna spa-dagar

program, ofta i kombination med yoga och hälsosam diet men även med sol, bad och äventyr för den som vill det.

När vänner och bekanta fick reda på att jag skulle gå på spa i Australien var det många som reagerade.

– Det är väl bättre att vara med på lite äventyrsutflykter när du ändå är där! Spa kan du ju gå på i Sverige till och med, sa de.

Jovisst, men jag kunde faktiskt inte ha valt en bättre avslutning på min resa till Australien. Totalt slut i fötter, vader, rygg och axlar efter att ha varit på en fem dagars resmässa i Melbourne blev min ”spa-safari” i Palm Cove, Port Douglas och Mossman Gorge i Queensland den absoluta höjdpunkten för såväl kropp som själ.

Turistministern i Queensland, Merri



Four Mile Beach, Port Douglas.



Medan vi sitter med fötterna i ett avslappnande fotbad och njuter av utsikten introduceras vi för massören och nästa steg i behandlingen. *Ovan.*

Frön, torkade blad och nötter från den australiska floran ingår i preparaten. *Ovan till höger.*



i Queensland

Av **Karina Sannefjordh**

Rose, hade på resmässan pratat sig varm för spaanläggningarna i Queensland.

– Vi ska bli Australiens ”spaland”, sa hon och påminde om Queenslands alla förutsättningar för att lyckas; dels det tropiska och eftertraktade klimatet, undersköna regnskogar, långa stränder och vackra vatten, dels turister som sätter hälsofrågor högt på agendan och värdesätter lyx och gott leverne.

Queensland är den delstat som med högst röst gör anspråk på att bli ett riktigt ”spaland”. Lilla strandstaden Palm Cove, 30 minuters bilväg från Cairns internationella flygplats, ser sig gärna som Australiens spa-huvudstad. Längs Williams Esplanade, gatan mellan stranden och staden, ligger lyxiga Angsana Resort & Spa, Sebel Reef House med sitt Daintree Spa samt precis nybyggda ▶

▷ Outrigger Beach Club & Spa Palm Cove. Fler nybyggen är dessutom planerade.

Angsana Resort & Spa är den enda resort i Palm Cove som ligger direkt på stranden. Namnet Angsana kommer från ett tropiskt regnskogsträd med en mycket speciell blomma som blommar plötsligt, under en dag, och sedan sluter sig för att lika plötsligt blomma upp under ytterligare en dag. I filosofin kring Angsana ingår att leva livet spontant, att precis som blomman fånga och ta tillvara på varje tillfälle medan tiden passerar.

Iklädd rymliga tofflor och generösa badrockar förs jag och kollegan Fiona upp på hotelltaket, där behandlingsrummen ligger. Rummen är helt öppna ut mot en makalös utsikt över palmer, sand och hav.

För en trött kropp passar helkroppsmassage bra. Personalen, som är hämtad från Thailand, är mycket professionell. De är nogga med att hålla för och drapera så att man, trots sin nakenhet under lakanen varken känner sig avklädd eller utlämnad. Massagen är en kombination av svensk och thailändsk massage, där massören tar både handflator och underarmar till hjälp. Doften från de aromatiska oljorna och massagen får den trötta kroppen att slappna av. Till rytmen från vågorna mot sandstranden strax utanför och i svalkan från de, i havsbrisen, fladdrande sidendrape-rierna försvinner stressen bort och ersätts av ett djupt lugn. Både jag och Angsana känns mycket nära himlen.

Lite längre bort längs med Williams Esplanade ligger Sebel Reef House & Spa, ett litet, sofistikerat hotell med 69 rum och en skön romantisk inramning.

Spaanläggningen drivs av Daintree Spa Australia, vars produkter går under namnet Li'Tya, (le-dee-a). Li'Tya är ett aboriginskt namn som betyder "från jorden". Aboriginska visdomar om olika örterers förmåga att mjuka upp, bevara, rengöra, skydda och förnygra huden kombineras med massagetekniker och aromterapi. Här provar jag en Kodo Body Massage, en kroppsmassage för att återställa energibalansen och skapa harmoni i sinnet, något som också lyckas fullt ut. Efter massagen blir det en kopp te på australiska blommor på verandan medan vattenfallet i hotellets vackra swimmingpool brusar rogivande.

Mellan Palm Cove och Port Douglas, 7 mil norr om Cairns, går en av de vackraste vägarna i Australien. Captain Cook Highway slingrar sig fram längs med kustlinjen i vad som kallas The Wet



Bilderna uppförån: Trädgården och poolområdet vid Hibiscus Gardens har inspirerats av miljöer från Bali och är mycket inbjudande; Angsana Resort & Spa är ett lyxigt lägenhetshotell med spaanläggning, ett litet välbokat kapell för bröllop, vackra rum och en makalös utsikt över strand och vatten; Det ser nästan ut som mjukglass, men det är varmt och det är lera, baserad på tre olika australiska jordtyper.

Tropics, ett område som till vissa delar är världsarvsskyddat. Utsikten är fantastisk med långa orörda stränder och ett vackert hav.

I Port Douglas ligger ett annorlunda frukostställe; **The Rainforest Habitat**. Det är egentligen en stor djurpark som strävar efter att vara en fristad för utrotningshotade arter. Mitt i området finns ett café där man bland annat serverar en stor och god frukostbuffé, till ackompanjering av de papegojor, kakaduer och parakiter som flyger runt och ibland sätter sig på frukostbordet för att få en bit frukt.

Det går att hitta boende för alla klasser och plånböcker i Port Douglas. **Hibiscus Gardens Spa Resort** är ett prisvärt 4,5-stjärnigt lägenhetshotell som drivs av Shane Branch med familj.

Hela anläggningen är mycket vacker och det känns nästan magiskt att gå här under palmerna i den tropiska värmen, höra fågelsång från exotiska fåglar och känna dofterna av alla blommorna. Någonstans porlar ett litet vattenfall och jag vet att snart ska jag få sätta mig ner, slappna av och bara njuta bort en timme på spa igen. Jag väljer Mirri Facal, en ansiktsbehandling inklusive axelmassage och "Paudi Head Treatment", en fuktighetsbevarande håarkur. Ansiktet rengörs med en rengöringskräm gjort på växten Lillypilly och får en föryngrings-

behandling med ingredienser från ökenlime, körsbärsextrakt och wattleseed (från akaciafamiljen) och känns som en mycket yngre upplaga av sig självt när behandlingen är klar.

Kvällen firas på Salsa Bar & Grill, en fartfylld restaurang där personalen gör allt för att gästerna ska få en rolig och minnesvärd kväll med mycket hög klass på både mat och servering. Boka bord i god tid för restaurangen är populär.

Sista stoppet på spa-resan i det tropiska norra Queensland går till **Silky Oaks**



The Treehouse Restaurant är vida omtalad för sin goda mat. Restaurangen är byggd på pålar precis vid strandbanken.

Lodge & Healing Waters Spa som ligger djupt inne i världens äldsta regnskogsområde vid Mossman Gorge, i det område där TV-programmet Camp Molloy spelades in. Hit kommer gäster dels för att koppla av några dagar, dels för att äta en bit mat i The Treehouse Restaurant.

Anläggningens spa har precis byggts ut och har det senaste i utrustning med flera vichyanläggningar och nya behandlingsrum öppna ut mot regnskogen. En viktig del i avkopplingen här är just ljuden från regnskogen, vinden och Mossman River som brusar nedanför området.

Healing Waters Spa har flera olika behandlingar med vatten, med inspiration hämtad från floden och regnskogen. Li'Tya-produkter används även här tillsammans med aboriginsk kunskap om harmoni och själslig hänsyn.

Efter en rengörande skrubbing med mjukt salt bakas hela kroppen in i en mjuk och varm, röd australisk lera, på jord från det röda outback, och packas in i varma handdukar. Som en silkeslarv i sin kokong ligger jag där medan massören mjukt masserar huvud och hårbotten. Behandlingen heter Mala Mapi och tar en timme, 60 minuter av förundran över den makalöst varma, fria och avkopplade känsla jag upplever trots att jag är helt inbakad och inlindad på britsen. Jag vill inte härifrån. Minst en spabehandling i veckan – det borde vara varje människas rättighet. □

Resefakta

Qantas Airways bästa förbindelse från Stockholm till Cairns är med anslutning via London/Paris/Frankfurt till Singapore. Från Singapore flyger Qantas dotterbolag Australian Airlines direkt till Cairns. Total flygtid blir cirka 22 timmar, inklusive byten. Qantas flyger Boeing 747-400 med videoskärmar i varje stolsrygg även i ekonomiklass.

Biljettvarianter:

Qantas kampanjbiljett NFLASH är prisvärd under förutsättning att utresan sker senast sista september i år; från 7 946 kronor.

Qantas har annars biljetten "Fab OZ"; pris från 10 400 kronor. I biljetten ingår ett fritt stopp per väg i endera Bangkok, Singapore, Bali eller Kota Kinabalu (Borneo).

Qantas/British Airways "Outback"-biljett inkluderar ett fritt stopp per väg, kostar från 11 100 kronor till cirka 12 200 kronor, beroende på säsong.

Qantas/SAS "pleasure Basic"-biljett

inkluderar ett fritt stopp per väg och kostar från 11 300 kronor till 12 500 beroende på säsong.

Priserna kan variera. Samtliga priser gäller från Stockholm.

Spapriser:

(Kurs: 1 AUD = 5,30 SEK)

Angsana Resort & Spa:

Behandling: "Fusion" 90 minuter, inklusive en timmes helkroppsmassage. Pris: 110AUD, cirka 580 kronor.

Sebel Reef House:

Behandling: "Kodo Body Massage", en timme.

Pris: 105AUD, cirka 550 kronor.

Hibiscus Gardens Spa Resort:

Behandling: "Mirri Facal" och "Paudi Head Treatment", 2 x 30 minuter.

Pris: 65AUD per behandling, totalt 130 AUD, cirka 680 kronor.

Silky Oaks Lodge & Healing Waters Spa:

Behandling: "Mala Mapi", en timme, Pris: 110AUD, cirka 580 kronor.

Hemsidor:

www.angsana.com

www.reefhouse.com.au

www.hibiscusportdouglas.com.au

www.salsa-port-douglas.com.au

www.silkyoakslodge.com.au

www.outrigger.com

Väder:

Från slutet av maj till början av augusti är fuktigheten relativt låg i tropiska norra Queensland och regn är sällan förekommande. Dagstemperatur på cirka 28°C, nattetid cirka 15°C. Vattentemperaturer på runt 25°C.

Från augusti till början av december börjar det bli varmt i området med dagstemperaturer runt 30°C och vattentemperaturer på cirka 27°C.

Under resten av året är luftfuktigheten hög, runt 75 procent. Dagstemperatur runt 35°C och vattentemperatur på cirka 29°C.