

Mal eben weg – Kurztrips liegen im Trend

Tourismus Viele Glücksmomente statt Erholung am Stück

Von Deike Uhtenwoldt

Am kommenden Wochenende ist Sabine Schonert-Hirz kurz mal weg. Mit ihrem Mann per Flieger von Berlin nach Paris in ein ruhiges, schönes Hotel und zwei Tage später wieder zurück, dazwischen ein Programm aus Opernbesuch, Stadtbummel – und Nickerchen: „Wir machen es tatsächlich so, dass wir uns am Nachmittag mal eine Stunde hinlegen“, sagt die Medizinerin, die sich in ihrer Doktorarbeit mit Stresshormonen sowie dem Herzinfarkt befasst hat und als „Dr. Stress“ Vorträge und Seminare hält. „Ich habe immer eine Augenklappe, Ohrenstöpsel, ein Kissen und einen langen Schal als Decke dabei. Ich nutze schon die Anreise für die Erholung.“ Schließlich nehmen An- und Abreise einen großen Raum ein, wenn man nur zwei bis vier Tage zur Verfügung hat.

Touristiker definieren Urlaubsabstecher von unter fünf Tagen als Kurzreise. Innerhalb Deutschlands reicht den Kurzurlaubern sogar ein gutes Wochenende. Geht es ins Ausland, buchen sie meist vier Tage. Aber egal, ob Langeoog oder London, die Kurzreise liegt im Trend: „Vor 20, 30 Jahren sind wir überwiegend einmal im Jahr fast drei Wochen lang in den Urlaub gefahren – und das war es dann“, sagt Prof. Rainer Hartmann, Tourismus- und Freizeitforscher an der Hochschule Bremen.

Dagegen ist der Haupturlaub heute nur noch zwölf Tage lang, dafür sind zweieinhalb Kurzreisen pro Person hinzugekommen. Trendbeschleuniger sind in diesem Fall eine veränderte Arbeitswelt: „Viele Leute haben Angst, drei Wochen am Stück raus zu sein. Sie



75 Prozent aller Kurzreisen führten 2016 ins Inland – zum Beispiel nach Hamburg. Besonders im Trend liegt auch das Ruhrgebiet. Es bietet Erlebnisse der besonderen Art wie Musicals oder Kunst und Industriekultur.

Foto: dpa

befürchten, dass der Chef ihnen das nachtragen würde“, sagt Hartmann. Dem gegenüber steht ein gigantisches Angebot an Reisemöglichkeiten, Hartmann spricht von Multioptionalität: „Man hat viele, oft austauschbare Ziele im Kopf, unter die man noch einen Haken machen möchte: Ich war auch schon mal in New York.“ Die vielen Ziele kann man aber nur in vielen kurzen Reisen unterbringen – ein Hamsterrad! Und worin liegt dann noch der Unterschied zum Stress aus der Berufswelt, von dem man sich eigentlich gerade erholen wollte?

„Echte Erholung gibt es bei einer Kurzreise nicht, aber unglaubliche Glücksmomente“, so Hartmann. Mediziner haben untersucht, wie viel Zeit ein Mensch be-

nötigt, um abzuschalten: „Da reichen nicht mal zwei Wochen.“ Auch Schonert-Hirz kennt diese Untersuchungen, hält sie aber nicht mehr für zeitgemäß: „Wir müssen uns doch anpassen an die Gegebenheiten.“ Für viele Berufstätige ist es laut der Expertin einfacher, kurze Auszeiten zu nehmen als lange. „Ich bin da absolut pragmatisch: Das ist doch besser als gar nichts und kann ein Gegengewicht zum Alltag schaffen“, so die Medizinerin. Stress gibt es oft auch, wenn die Erwartungen zu hoch und die Tage überfrachtet sind: „Einen Höhepunkt nach dem anderen aus dem Reiseführer abzuklappen, das macht nicht glücklich“, sagt Hartmann.

Es lohnt sich daher, die eigenen Motive kritisch zu hinterfragen. Et-

wa, ob einen die Sehenswürdigkeit wirklich interessiert oder es eigentlich nur um ein Selfie geht, das man sozial verbreiten will. Als der Freizeitforscher zuletzt den Trevi-Brunnen in Rom besuchen wollte, gab es kein Durchkommen. „Es war die Hölle, viel zu viele Leute am selben Ort.“ Wer dagegen individueller plant und seinen Interessen nachgeht, „etwa die besondere Kathedrale oder das tolle Konzert besucht, hat die Chance auf echte Flow-Erlebnisse“, meint der Professor. Am intensivsten sind sie in der Gruppe: „Man ist unter Gleichgesinnten und teilt das Erlebnis.“ Der Reiseveranstalter DER Touristik bietet seine Bausteine Unterkunft, Anreise, Zusatzleistungen bundesweit in rund 50 Städten an.

Neben den Metropolen Berlin, Hamburg oder München findet sich auch die Gemeinde Rust im Angebot. Sie hat gerade mal 4000 Einwohner, aber einen großen Freizeitpark, den Europa-Park, vor der Tür. Oder Bochum mitten im

Wissenswertes für Reisende

Die Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen (FUR) analysiert jedes Jahr den deutschen Reisemarkt, dazu gehören auch Kurzurlaubsreisen. Die wichtigsten Ergebnisse:

- Kurzreisen werden immer beliebter. Ihre Gesamtzahl hat sich von 77,1 Millionen im Jahr 2015 auf 80,5 Millionen im Jahr 2016 erhöht.
- Gleichzeitig werden sie günstiger:

Ruhrgebiet und aktuell ein Verkaufsschlager, so Frank Götze, Bereichsleiter Kurzreisen. Auch wenn das Musical „Starlight Express“ schon fast seit 30 Jahren hier aufgeführt wird. „Die Nachfrage liegt hier weit über dem Vorjahr, wir verzeichnen Zuwächse im zweistelligen Bereich.“ Damit aber der Körper zwischen Fahrgeschäften und Showeffekten nicht ganz unter die Räder kommt, empfiehlt der Fachmann für Kurzreisen, die Anreise auf zwei bis maximal drei Stunden zu begrenzen, zentral zu wohnen und wetterunabhängig zu planen.

Gerade wenn man die Städte-tour nicht allein unternimmt, sondern mit Partner oder Familie unterwegs ist, sind Zeitpuffer für Bewegung und Entspannung gefragt. „Optimal wäre eine Unterkunft, wo man auch ein wenig schwimmen oder Sport machen kann“, sagt Schonert-Hirz. Zudem gelte es, das Erlebte zu verarbeiten und Raum für Gespräche zu lassen. Auch wenn das durchaus anstrengend sein kann, ist es das, was am Ende von der Kurzreise bleibt: „Das Gemeinsame ist ein Faktor der Erholung.“ In Paris will sich die Stress-expertin auf keinen Fall zur Sklavin eines Programms machen. Wenn sie mehr reden als besichtigen will, wählt sie das Café anstelle von Sacré-Coeur. Nur am Besuch der Oper wird nicht gerüttelt: „Das ist ganz wunderbar!“

Im gleichen Zeitraum gingen die durchschnittlichen Ausgaben pro Person und Kurzreise von 274 Euro auf 253 Euro zurück.

- Die Ziele liegen in Deutschland: 75 Prozent der Kurztrips führten 2016 ins Inland.
- Die Städtereise ist dabei mit 36 Prozent der häufigste Reisetyp, vor dem Verwandtschaftsbesuch mit 27 Prozent.