



Beeren, Fische Elche, Pilze...

Die beste Zeit für die Glashütten ist der frühe Sommer, wenn die Tage lang und hell sind. Die 72 Hour Cabins werden ab Mai bis in den frühen Herbst vermietet.

Tipps

Eine weitere Hütte steht im Aktivzentrum Dalslands Aktiviteter, zwei im Park des Landhotels Baldernäs Herrgård, <https://www.dalslandsaktiviteter.com>, <http://www.baldernas.eu>

Nicht verpassen

Ein halbe Autostunde entfernt, locken bei Dalslands Aktiviteter Zipline, Hochseilgarten – und Elche. Aktuell ist Nora der Besucherliebling: Das Elchbaby wurde im Frühling gefunden und mit der Flasche aufgezogen. <https://www.dalslandsaktiviteter.com>

Anreise

Göteborg ist die nächste Großstadt. Dorthin verkehren Fähre und Flugzeug, weiter geht es mit dem Auto bis in den kleinen Ort Änimskog. Staffan Berger bringt seine Gäste dann in zwei Minuten mit dem Motorboot über den See zur Insel.



Die Natur ringsherum gibt sich zauberhaft.

Übernachten

Die Hütten auf Henriksholm werden immer für 72 Stunden (drei Übernachtungen) vermietet, von Montag bis Donnerstag und von Donnerstag bis Sonntag. Dusche und Toilette befinden sich neben dem Gutshaus in einem Servicegebäude. Preis: 6695 SEK (rund 645 Euro) alleine in der Hütte und 3995 SEK (rund 385 Euro) pro Person bei Doppelbelegung. Inklusive Vollpension und auf Wunsch Sauna, Kanu und Angel.

Kulinarisch

Im Sommer locken in Dalslands Wäldern jede Menge Blaubeeren, später schmackhafte Steinpilze und Pfifferlinge. Auch Fisch- und Wildliebhaber kommen voll auf ihre Kosten.

Informationen

www.vastsvrige.com
<https://visitsweden.com>



Mit Angeln kann man zum Beispiel den Tag verbringen.



Waldbaden im Märchenwald auf Henriksholm.

Im Glashaus sitzen



Wildnis light in einer Glashütte auf der Insel Henriksholm im schwedischen Dalsland

Am Ufer, im Wald, auf dem Berg: Jede 72-Hours-Cabin auf Henriksholm kommt in ihrer Umgebung individuell zur Geltung – Gäste haben die Wahl. • Fotos: Anke Benstem

Von Anke Benstem

Waldbaden ist Trend. Im Grünen zu sein, wirkt ausgleichend und beruhigend. In Schweden hat man diese Erkenntnis mit der 72-Hour-Cabin weiterentwickelt: Gestresste schlafen drei Nächte in einer gläsernen Hütte mitten in der Natur.

Reiseziel der Woche SCHWEDEN

Fünf Quadratmeter Fläche, ein Bett, gläserne Wände und selbst das Dach durchsichtig: Die 72-Hour-Cabin ist ebenso minimalistisch wie funktional. Das Mini-Glashaus steht im schwedischen Dalsland auf der Insel Henriksholm. Und wird für die kommenden drei Nächte mein Zuhause sein. Der Wind rüttelt an der zweiflügeligen Holztür, nur wenige Meter daneben brandet der See. Animmen ans Ufer. Gerade noch hat mir der Lichtkegel der Taschenlampe den Weg durch den nachdunkelnden Wald gewiesen. An der Hütte angekommen, öffne ich die schwere Tür, klettere hinein und zünde ein paar Teelichter an. Nun leuchtet sie freundlich im Schein kleiner Flammen. Jetzt noch die Holztür von innen mit einem dicken Tau verschließen und anschließend ein Licht nach

dem anderen auspusten – schon umgibt mich totale Finsternis. Nur langsam schälen sich linkerhand der See und die Silhouette des anderen Ufers aus der Dunkelheit.

Ganz allein in der Natur

Der Wind lässt die Wellen des Sees immer lauter ans Ufer schwappen, fegt kräftig durch die Kiefern und Birken. Ich kuschele mich unter die Bettdecke und lasse die Bilder des Tages vorbeiziehen. Am Nachmittag hat mich Staffan Berger, der Besitzer der Insel und der Glashütten, mit dem Motorboot vom Seeufer gegenüber abgeholt. Nach einer Paddeltour habe ich in der kleinen Holzsauna am See geschwitzt. Abends gab es bei Staffan und seine Frau Maria im Wintergarten ihres Glashauses Elchglasch mit Preisbeeren.

Und nun liege ich hier, mitten in der Natur. Und lausche ins Dunkel. Ein Baum in der Nähe verliert Zapfen. Oder sind es die Schritte eines Tieres? Ein Hirsch vielleicht? Vorhin habe ich einige im Wald gesehen. Es pustet durch die feinen Spalten in der Holztür und am Kopfe der Hütte, ich ziehe die Decke höher. Die Wellen des Sees geraten manchmal aus dem Takt, das Wasser gluckst und seufzt. Ich schaue zwischen Birkenzweigen hinauf in die Sterne, bis die Augen zufallen. Die Geräusche der Natur begleiten mich in den Schlaf und mischen sich in die Träume.

Morgens dann ein Sonnenanfang wie aus dem Bilderbuch – schon sehr nah dran am Kitsch: Der Wind hat sich gelegt, still liegt der See im pastellrosa Morgenlicht. Mitten ins leuchtende Schauspiel schiebt sich eine dunkelgraue Regenwand, schon pladdert Regen gegen die Scheiben.

Seit dem Frühling 2017 gibt es das 72-Hour-Cabin-Projekt in Schweden. Bislang stehen acht solcher durchsichtiger Hütten in Dalsland, fünf davon auf Henriksholm. Entwickelt hat sie die angehende



Anke in der 72 Hour Glas Cabin auf Henriksholm.

Architektin Jeanna Berger, die Tochter von Maria und Staffan, mit ihrer Firma Jean Arch. Ihre Hütten sind ein echtes Familienprojekt, realisiert mit Hilfe weiterer Familienmitglieder. „Wir Menschen sind einfach nicht für Städte gemacht, wir sollten in der Natur sein“, findet die junge Architektin.

Grandioser Blick in den Himmel

Sämtliche 72-Hour-Cabins stehen auf Pfeilern, die in der Länge individuell an den Untergrund angepasst sind. Als Vorbild haben Jeanna die landwirtschaftlichen Scheunengedien, in denen sie als Kind gespielt hat – mit ihren großen, zweiflügeligen Türen und Pfosten aus Stein gegen Ungeziefer und Feuchtigkeit. „Von Anfang an war mir klar, dass meine Häuser auf Pfeilern stehen würden, sodass die Gebäude keinen tiefen Abdruck in der Natur hinterlassen“, erklärt sie.

Die fünf Glashütten sind hunderte von Metern voneinander entfernt auf der langgestreckten Insel errichtet, und obwohl alle genau bau-

gleich sind, wirken sie doch ganz unterschiedlich. Die umgebende Natur ist es, die ihnen ihren individuellen Charakter gibt. Jede scheint für einen anderen Typ Besucher gemacht: Da ist die Hütte, die sich ein wenig vom Seeufer entfernt im Wald versteckt und bei wolkenlosem Himmel einen grandiosen

Blick in ferne Galaxien eröffnet – sehr romantisch. Eine steht an der lang gestreckten Seebrücke mit Wasser, das von Helltürkis bis Dunkelblau leuchtet – sportliche Bewohner schwimmen hier schon morgens eine Runde. Eine weitere Hütte thront hoch oben auf dem Berg, gleich neben dem Servicehaus mit Bad

und Kamin. Aus diesem Glashaus, Motto „Wildnis light“, schweift der Blick weit über den See und den Wald am gegenüberliegenden Ufer bis zum Sörknatten, einem kargen Felsrücken, auf dem einst der Kult-Kinderfilm Ronja Räubertochter gedreht wurde.

70 Prozent Stressreduzierung

Als die gläsernen Hütten im Frühjahr 2017 fertiggestellt waren, haben Wissenschaftler den Einfluss der Natur auf den Stresspegel untersucht. Menschen mit stressigen Berufen aus Großstädten, darunter ein Taxifahrer, eine Polizistin und ein Eventmanager, nahmen an dem Experiment teil. Ihre Blutwerte und der Blutdruck wurden bei der Ankunft auf Henriksholm, zwischendurch und nach drei Tagen – den namensgebenden 72 Stunden – von Ärzten dokumentiert. Das Ergebnis: Der Stress war im Durchschnitt um 70 Prozent gesunken. Bis jetzt, erzählt Staffan, hätten Menschen aus 17 Nationen in den Hütten geschlafen. „Und alle haben die Insel nach drei Tagen ganz entspannt wieder verlassen.“

Entspannung ist definitiv Programm auf Henriksholm. Die schwierigste Entscheidung ist noch die, womit man den Tag verbringen möchte: noch eine Runde paddeln? Durch den märchenhaft schönen Inselwald streifen? Pilze sammeln, nachdem Staffan einem die besten Eckdafür verraten, die wichtigsten Speisepilze in Erinnerung gerufen und vorsorglich ein Pilzmesser geliehen hat? Oder vielleicht sein Glück doch mal beim Angeln allein am Seeufer versuchen?

Auch die Vorstellung, den Tag mit einem Buch in der Hängematte zu verträdeln, ist verlockend. Mein Tag beginnt jetzt erst mal mit Frühstück im Gutshaus. Vielleicht kehre ich dann einfach in meine Glashütte zurück, lege mich auf den Rücken und schaue den Wolken beim Ziehen zu.



Pilze suchen sollte man nur, nachdem man sich hat zeigen lassen, wie es geht.