



# Evia

## Griekenland hoe het ooit was

Relaxen in stijl – authentiek - weelderig groen

door Arjan Mulder, WellnessTraveling.nl, hèt wellness magazine voor Nederland en België

**Het Griekse eiland Evia is bijna net zo groot als Kreta, maar vrijwel onbekend. En dat is fijn! Want daardoor is er geen massatoerisme, zijn de hotels klein en persoonlijk, en zie je er geen overvolle stranden. Daarbij: het eiland Evia ligt op slechts één uur rijden van Athene. Perfect voor een combinatie: eerst Athene zien, daarna met een huurauto genieten van de rust op Evia. En een must zijn dan natuurlijk de thermale Heracles bronnen die Evia al in de oudheid beroemd hebben gemaakt. Kuren en relaxen in groen Griekenland.**

### Thermae Sylla Spa & Wellness Hotel

Ik kom naar Evia om een goed bewaard geheim met eigen ogen te zien: de thermale bronnen bij de badplaats Edipsos. Al sinds de oudheid is het geneeskrachtige thermale water uit de Heracles bronnen bekend. Op 80 km vanaf de brug naar Athene is dit de plek op Evia om in alle rust én in stijl te werken aan mijn gezondheid. Wellness+ zou ik het noemen! Ik verblijf in het 5-star Thermae Sylla Spa & Wellness Hotel en het contrast is groot: de eenvoud van de dorpjes die ik onderweg passeer en de stijlvolle luxe in Thermae Sylla. Beroemde gasten kwamen hier al: Churchill, Sophia Loren, Marlon Brando en Maria Callas. Maar ook recent nog de Russische kosmonaut Sergei Revin die hier kwam herstellen na een ruimtereis. De uitstraling van Thermae Sylla doet denken aan de luxe hotels langs de kust bij Nice en Cannes. Maar hier op Evia is geen drukke boulevard: Thermae Sylla ligt aan een rustige rotskust en kijkt uit over zee. Grandeur en beschaafde gasten bepalen de sfeer. Het doet daarbij erg natuurlijk aan. Sterker nog: het thermale water van 80 graden loopt juist bij Thermae

Sylla via de rotsen zo de zee in, waar het zich in natuurlijke bekkens mengt met het zeewater en waarin ik heerlijk kan baden. Het hotel, de gasten en de natuurlijke omgeving: het is allemaal in balans.

### Evia – groen en authentiek

Voordat ik ga genieten in Thermae Sylla bekijk ik iets meer van het eiland. Evia wordt met het vasteland van Griekenland (en dus met Athene) verbonden via twee bruggen en meerdere snelle ferryverbindingen. De bijnaam 'klein Griekenland' komt omdat Evia eigenlijk alle elementen van het land in zich heeft: zee, groene heuvels, diepe kloven, bergen, strand, olijfbomen, kloosters, wijngaarden, sla-perige stadjes, baaien, riviertjes, oudheden, wit-blauwe huisjes en Mediterrane terracotta kleuren.

Op de hoogste berg van Evia (ruim 1700 meter) ligt in de winter sneeuw. Smeltwater en regenwater voeden samen de bronnen en stroompjes op het eiland. Het is er daarom erg groen. Het Franse merk Evian bottelt hier zelfs een deel van haar benodigde bronwater.

Het is november als ik Evia bezoek en de zon schijnt nog steeds negen uur per dag bij 22 graden. Op terrasjes verschuilen vissers zich achter hun ouzo. Families grillen een lamskoteletje als lunch. Soms stoppen we voor een kudde overstekende geiten...





## Thermen van Edipsos

De geneeskrachtige bronnen van Edipsos ('Spa Capital' van Griekenland) zijn al 2500 jaar bekend. Van een diepte van 3000 meter komt thermaal water omhoog met een temperatuur van 80 graden. Het water bevat veel natrium, kalium, ijzer en magnesium. In zulke grote hoeveelheden dat het water zo zout is als zeewater. Een aantal hotelletjes heeft een kleine eigen bron (zoals 9 Queens), maar de belangrijkste plek om te kuren is 'mijn' 5-star hotel Thermae Sylla Spa & Wellness. Het hotel is 13 jaar geleden volledig gerenoveerd en uitgebreid, en in de oude luister van 1897 hersteld. Met veel marmer en spiegels, en met de rijke decoraties van weleer. Veel van het bronwater in Edipsos stroomt bij Thermae Sylla in zee en de vele mineralen hebben de rotsen rood, wit en bruin gekleurd. Een prachtig gezicht.

Thermae Sylla is genoemd naar de Romeinse generaal Sylla die speciaal hier kwam kuren, in het meest mineraalrijke thermale water ter wereld. Het bronwater is revitaliserend voor de huid en daarnaast goed voor de behandeling van reuma en chronische (zenuw) pijn.

## Wellness+

Hotel Thermae Sylla Spa & Wellness biedt een perfecte combinatie van wellness én kuren. Wellness+ noem ik het maar. Hier kan iedereen naar eigen behoefte onder deskundige leiding werken aan de gezondheid. Kuren en wellness op één locatie. Denk daarbij aan: modderpakkingen en het rijke thermale water, beweging, zon en frisse lucht, ontspanningsmassages, spier- en gewrichtbehandeling, Ayurvedische behandelingen, Oosterse kruidenstempels, hamam. Het verblijf begint met een intake bij de arts die een persoonlijk programma opstelt, op basis van de informatie die de gast over zichzelf geeft. In het Wellness+ programma kom je tot rust én is er tijd om actief met de gezondheid bezig te zijn. Enerzijds hebben de behandelingen een preventief effect, anderzijds kunnen specifieke problemen worden aangepakt.



De meest bijzondere elementen van Thermae Sylla zijn het unieke bronwater en de modderpakkingen. De modder wordt droog aangeleverd en daarna 6 maanden lang (!) gemengd met het rijke thermale water voordat het wordt toegepast. De Romeinen en de oude Grieken wisten al van het positieve effect van natuurlijke modder. Rijk aan mineralen heeft het een voedende werking voor het lichaam en een reinigende werking op de huid. Daarnaast zorgt een modderpakking voor opwarming en ontspanning. Het bronwater van Thermae Sylla is trouwens zo mineraalrijk, dat de maximale verblijfsduur 20 à 30 minuten bedraagt.

## Kloosters en heiligen

Tussen het kuren door zijn er goede mogelijkheden om Evia verder te verkennen. Het Grieks orthodoxe geloof is hier dominant en de prachtige kerkjes en kapelletjes nodigen uit voor een bezoek. Een pittoresk doel is dan Prokopi, met de kerk van Ioanniss 'de Rus'. Ioanniss speelde als martelaar een grote rol in de lange strijd van de Grieken tegen het Turkse rijk. Zijn lichaam ligt in een glazen kist waar doorlopend gelovigen uit heel Griekenland neerknielen om het glas te kussen. Vergeet ook niet het mooie klooster-complex van Osios David te bezoeken. De achtergelaten medische hulpmiddelen verraden dat ook hier genezingsplaatsvinden...

## Zee en strand

Wie niet alleen maar wil kuren, vindt op Evia eindeloze mogelijkheden om al rondtrekkend te genieten van zon, zee en strand. Kleinere familiehotels zoals Altamar in Pefki (kite surfen!), Avantis (aan het strand in Eretria) of hotel Philoxenia



(in Lefkanti) zijn dan zeker een goede keuze. En ga even langs bij wijnmaker Vrinioti in Galtra om een heerlijke rode (!) muskaatwijn te proeven. Geniet daarna van een zelfmeegebrachte lunch op één van de ontelbare strandjes en ga uitblijken met een kopje Griekse koffie tussen de locals aan een haventje.

**Evia – relaxen in stijl, in Griekenland van weleer.**

Griekenland specialist  
Prinos Reizen verzorgt  
voordelige reizen  
naar de genoemde  
hotels.

Voor meer interessante bestemmingen: [www.WellnessTraveling.nl](http://www.WellnessTraveling.nl)