

Presseinformation (03/2018)

## PRESSEMELDUNG

**Sieben Dinge, die Mittsommer zum Highlight machen****Wenn in Estland für zwei Monate die Sonne (fast) nicht untergeht, ist es Zeit für Ungewöhnliches**

Bochum, 03. Mai 2018 – *Bereit für die White Nights? Für mystisch-lodernde Lagerfeuer, glücksverheißende Glühwürmchen und magische Blütenrituale. Von Mai bis Juli steht ganz Estland Kopf, wenn die Nächte hell bleiben und die Magie der Weißen Nächte erfüllt sind. Der Biorhythmus macht Pause. Jung und Alt sind auf den Beinen und feiern die Sonne, das Leben und die Gemeinschaft. Sie feiern mit estnischen Traditionen, Ritualen und einem ewigen kleinen Lagerfeuer, von dem es heißt: wer in der Mittsommernacht darüber hüpfet, der werde reich beschenkt.*

**Sieben Dinge für einen unvergesslichen Mittsommer**

In den Wochen vor und nach der Mittsommernacht ist Estland bei Tag und bei Nacht in ein unvergleichliches Licht und in eine magische Stimmung getaucht. Hier sind sieben Dinge, die zu den Weißen Nächten in Estland auf jeden Fall dazu gehören!

**1. Den Tag mit einem Sprung in die Wellen beginnen**

Viele Esten begrüßen den Tag mit einem Kopfsprung in die klaren nordischen Wellen. Mit über 2.000 winzig kleinen Inseln und einer Küstenlinie von mehr als 3.700 Kilometer sind der Strand und das Wasser in Estland niemals weit. Wie in Skandinavien gibt es auch in Estland das Jedermannsrecht, daher ist auch ein Sprung in einen der ca. 1.200 Seen fast überall erlaubt.

**2. Yoga auf einem Stand-up-Paddle-Board machen**

Sonnengruß, Kobra oder Baum – [Yoga](#) auf einem kleinen Stand-up-Paddel-Brett mitten auf der estnischen See erfordert ein wenig Übung. Nach einigen Platschern ins Wasser klappt es bald wie von selbst und die Atmung gleicht sich dem Rauschen der Wellen an. Aber ab und zu die Augen öffnen! Denn viel zu einzigartig ist der Blick im Lotus-Sitz vom Stand-up-Paddel-Brett auf das estnische Festland im Sonnenlicht.

**3. Algen-Wrap und Hausbierbad genießen**

Wohlbefinden auf estnische Art ist auch auf dem [Spa-Trail](#), der ultimativen Entspannungsrouten, angesagt. Probieren Sie den Algen-Wrap, ein Hausbierbad oder andere raffinierte [Spa-Anwendungen](#) mit einheimischen Kräutern, Sand, Torf und sogar Steinen, die aus Estlands weiten Wäldern stammen. Den Heilkräutern wird zur Sommersonnenwende eine besonders intensive Wirkung zugesprochen!

**4. An der längsten Zipline Estlands durch die Nacht gleiten**

Der Wind pfeift um die Ohren. In einem [Sicherheitsgeschirr](#) hängend geht es mit bis zu 80 km/h über knapp 700 Meter durch die helle Nacht. Wer mutig ist, testet die von den Esten erfundene Extremsportart, das [Kiiiking](#): Auf einer überdimensionalen Schaukel bis in die Wolken schwingen, Überschlag inklusive.

**5. Mitternacht-Grillen**

Würstchen im Brötchen um Mitternacht? Unbedingt! Die Weißen Nächte sind zudem ideal für Tierbeobachtungen. In der Wildnis von Alutaguse können Besucher in einer Beobachtungshütte im Wald Bären, Elche und Füchse sichten. Auch der [Lahemaa Nationalpark](#), einer der bedeutendsten Waldschutzgebiete Europas, bietet in den Weißen Nächten eine wunderschöne Kulisse zum Spaziergehen, Wandern, Reiten, Fat-Biken und Kanu-Fahren.

## 6. Nachts ins Museum und Konzerte gehen

Wenn die Tage in der Zeit der Weißen Nächte gar nicht enden wollen, bleibt auch mehr Zeit für Kultur. Beispielsweise für eines der innovativsten Museen Estlands, das [KUMU](#) in Tallinn. Am 11. Juni spielt dort der Gitarrenvirtuose [Don Alder](#) im Rahmen des Gitarrenfestivals. Wer noch mehr Lust auf Musik hat und wissen möchte, wie die Seele Estlands klingt, der besucht im Juli das [Folk Music Festival](#) in Viljandi, sowie das einzigartige [Suure Jaani Musik Festival](#), wo klassische Musik mitten in der Natur dargeboten wird.

## 7. Bei hellem Schummerlicht in der Rauchsauna schwitzen

In einer uralten Hütte auf dem Bauernhof Mooska steht eine der berühmten [Rauchsauen](#) Estlands. Zu dem typischen Rauchsauna-Erlebnis gehört neben dem obligatorischen Sprung in den See auch ein selbstgebrautes Bier im warmen Licht der Mitternachtssonne – Birkensaft geht auch. Terviseks!

### Weitere Informationen für die Redaktion

Mehr zu den Weißen Nächten in Estland finden Sie [hier](#)! Außerdem [hier](#) noch ein tolles Video über die Weißen Nächte!

### Über Visit Estonia

Das Ziel des estnischen Fremdenverkehrsamts ist es, Estland als Reiseziel zu vermarkten und estnische Tourismusprodukte im internationalen Wettbewerb zu platzieren. Dafür nutzt Visit Estonia nicht nur PR, sondern auch Kampagnen oder Tourismusmessen. In folgenden Ländern gibt es Vertretungen: Finnland, Russland, Litauen, Deutschland, Schweden, Norwegen und Großbritannien.

Weitere Informationen warten auf Sie unter [www.visitestonia.com/en](http://www.visitestonia.com/en)

### Über The Destination Office

The Destination Office ist eine Full-Service-Destination-Marketing-Agentur. Wir öffnen Türen zu spektakulären Destinationen und zu einzigartigen Tourismus-Erlebnissen, zu Journalisten, Reiseveranstaltern, Reisebüros und Verbrauchern. Unsere Leidenschaft gehört den Menschen, Orten und Geschichten.

Weitere Informationen warten auf Sie unter [www.destination-office.com](http://www.destination-office.com)

Besuchen Sie uns auch auf [Facebook](#) und verfolgen Sie das Neueste von uns auf [Twitter](#).

### Pressekontakt:

visit  
estonia

#### LENA OLLESCH & KIRSTEN BUNGART

Account Manager Germany

*proudly [re]presented by*

THEDESTINATIONOFFICE

Lindener Str. 128 | 44879 Bochum | Germany

Fon: +49 - 234 - 890 379 37

Fax: +49 - 234 - 32 49 80 79

[lena@destination-office.de](mailto:lena@destination-office.de)

[kirsten@destination-office.de](mailto:kirsten@destination-office.de)

THEDESTINATIONOFFICE

[Facebook](#) | [Twitter](#) | [Instagram](#)



**So viel Natur: Estland ist zu  
etwa 50 Prozent von Wald  
bedeckt.**

[Visit Estonia](#)

[Visit Estonia photo and video bank](#)

[Estonia 100](#)