

Kleine Inseln

Endlich mal ein wenig ausspannen, den Alltag raus-, Abenteuerlust und Genussfreude reinlassen: Wochenend-Trips sind kleine Inseln der Erholung in unserem durchgetakteten Alltag und tun Seele, Geist und Körper gut. Gerade wenn ein längerer Urlaub noch in weiter Ferne schwebt oder die kommende Woche nur so vor Routine strotzt, gibt es keinen besseren Motivationskick als so eine kleine, feine Mini-Exkursion – zum Kopf durchpusten und inspirieren lassen. Oberstes Credo: Geh' wohin dein Herz dich trägt.

Schmaler Taler? Kein Problem!

Angefangen hat meine Liebe zu Barcelona als Studentin. Ich hatte Fernweh im Nacken, aber kein Geld in der Tasche. Davon sollte man sich aber nicht abschrecken lassen – schon so mancher Dichter und Denker ist mit dünner Brieftasche ver-

reist. Erhabene Kulturmomente, spannende City-Touren oder ein unvergesslicher Abend in netter Gesellschaft sind keine Frage des Kontostands, sondern der Neugierde, Offenheit und Flexibilität. Übernachtet habe ich damals umsonst, auf dem Gästesofa einer netten Spanierin, die ich über die Internet-Community [Couchsurfing](#) kennenlernte. Wer kein Geld für teure Restaurantbesuche hat, kauft auf dem Mercat de la Llibertat in Gràcia oder dem Mercat Santa Caterina Brot, Tomaten, Jamon Iberico, Käse und Oliven und lässt es sich bei einem Picknick in Barcelonas grüner Oase, dem Parc de la Ciutadella, gut gehen.

Immer mit im Gepäck sein sollte bei einer Low-Budget-Tour die Bereitschaft, sich einfach treiben zu lassen, und der Mut, den einen oder anderen Ortskundigen zu fragen. Der charmante Eisverkäufer oder die nette Kellnerin kennen die besten Einkaufsmöglichkeiten, Restaurants und Bars – oftmals sehr bezahlbare Geheimtipps. Einer davon: die Bar Leo, eine kleine, urige Flamenco-Spelunke im Hafenvier-

