

005fr/Abb.: gk



Vorüberlegungen und Vorbereitung



Bestandsaufnahme:

Warum will ich alleine verreisen?

Nicht jede allein reisende Frau ist auch tatsächlich allein stehend und nur deshalb ohne Begleitung unterwegs, weil sie keinen Reisepartner findet. Häufig wird die Entscheidung für das Alleinreisen ganz bewusst gefällt, denn schließlich ist das die beste Möglichkeit, um Abstand vom Alltag zu gewinnen und sich einmal im Jahr nur nach sich selbst zu richten.



Welcher Typ bin ich?

Um „seinen“ Reisetyp herauszufinden, hilft es auch, vergangene Reisen noch einmal Revue passieren zu lassen. Was hat mir dabei gefallen? In welchen Situationen habe ich mich dagegen eher unwohl gefühlt? Wie werde ich mit Problemen und Herausforderungen fertig?

Frauen verreisen aus den unterschiedlichsten Gründen alleine. Unmöglich, diese hier alle aufzuzählen, denn jede allein reisende Frau hat ihre ganz persönlichen Motive. Grob zusammengefasst lassen sich jedoch vier **Haupttypen allein reisender Frauen** feststellen. Natürlich sind diese Reisetypen bewusst etwas überspitzt gezeichnet, doch zeigen sie sehr

schön, dass Frauen aus den unterschiedlichsten Gründen alleine verreisen. Selbstverständlich gibt es auch Mischtypen und die Reismotive können sich mit der Zeit ändern. Übrigens werden Ihnen diese Reisetypen in diesem Buch noch häufiger begegnen. So spielen sie z. B. eine wichtige Rolle, wenn Sie sich für eine Reiseart entscheiden (siehe Kapitel „Verschiedene Reisemöglichkeiten“).

Die Abenteuerlustige

Etwas ganz Neues erleben, sich selbst auf die Probe stellen und herausfinden, wie sie mit Extremsituationen zurecht kommt – diesen Nervenkitzel sucht die Abenteuerlustige. Dazu gehört auch, dass sie in Notsituationen niemanden hat, der ihr beisteht,

Checkliste: Bin ich eine Abenteuerlustige?

- Will ich in meinem Urlaub etwas wirklich Neues erleben?
- Fühle ich mich auch dann wohl, wenn ich die Landessprache nicht verstehe und mich mit Händen und Füßen verständigen muss?
- Bin ich bereit, auf Bequemlichkeit zu verzichten?
- Habe ich Spaß an der Improvisation?
- Stelle ich mich gerne selbst auf die Probe?
- Kann ich Probleme auch alleine anpacken?

02.3fr Abb.: 1g



◀ Beim Canyoning fühlt sich die Abenteuerlustige in ihrem Element (Bild aus „Canyoning Handbuch“, siehe Anhang)

WARUM WILL ICH ALLEIN VERREISEN?

doch auch darin sieht diese Frau eine Herausforderung und eine Möglichkeit, sich zu bewähren und so an Selbstbewusstsein zu gewinnen. Berührungsängste mit fremden Kulturen sind ihr dabei ebenso fremd wie die Angst vor dem Alleinsein.

Die Individualistin

Einmal im Jahr wenigstens das tun, was man wirklich will, auf niemanden Rücksicht nehmen und niemandem Rechenschaft über sein Verhalten ablegen müssen – das erwartet eine Individualistin von ihrem Urlaub. Auf den ersten Blick mag dies ein wenig egoistisch klingen, doch gehören zu dieser Gruppe auch jene Frauen, die einfach nur faul am Strand liegen wollen, während ihr Partner am liebsten jeden Tag sportliche Höchstleistungen vollbringen würde.

Individualistinnen sind überall zu finden: unter Pauschaltouristen am Strand von Mallorca, beim Dschungel-Trekking in Borneo oder beim Töpfern in der Toskana – mit anderen Worten überall dort, wo sie sich selbst verwirklichen können.

Checkliste: Bin ich eine Individualistin?

- Habe ich das Gefühl, dass ich im Alltag ständig zurückstecken muss?*
- Gehe ich nur ungern Kompromisse ein?*
- Will ich mich einmal richtig um mich selbst kümmern?*
- Will ich mich einmal ausgiebig mit einem bestimmten Thema beschäftigen, z. B. im Bereich Kultur, Hobby oder Sport?*
- Sehe ich eine Reise als Form der Selbstverwirklichung?*

Die Zaudernde

Kein Partner in Sicht, im Freundeskreis ist die Pärchenkrankheit ausgebrochen und der Urlaub steht vor der Tür – was tun? Zu Hause in Balkonien bleiben? Oder ganz alleine wegfahren?

Die Zaudernde verreist nur aus einer Notlage heraus alleine, die einzige Alternative ist, ganz zu Hause zu bleiben. Die Solo-Reise scheint da noch das geringere Übel.

Checkliste: Bin ich eine Zaudernde?

- Bewege ich mich nur ungern alleine in der Öffentlichkeit?*
- Sehe ich das Alleinreisen lediglich als das geringere Übel an?*
- Brauche ich Anregung von außen?*
- Überlasse ich organisatorische Aufgaben lieber anderen?*
- Komme ich mir ständig beobachtet vor?*
- Kann ich mich nur schwer mit mir selbst beschäftigen?*

Die Abstandsucherin

Gerade vom Partner verlassen, im Job läuft's auch nicht so gut und am liebsten würde man sich sowieso auf eine einsame Insel zurückziehen und nichts mehr von der Welt sehen und hören.

Die Abstandsucherin tut genau dies. Vor ihren Problemen weglaufen kann sie auf diese Weise natürlich nicht, doch kann eine Reise eine ideale Möglichkeit sein, um etwas Abstand zwischen sich und die Alltagswelt zu bringen – und das nicht nur



▲ *In der Lonely Beach Bar ist Stress unbekannt*

räumlich gesehen: Ohne Begleitung hat man eben auch niemanden, der einen ständig an zu Hause erinnert.

Checkliste: Bin ich eine Abstandsucherin?

- Brauche ich endlich einmal Zeit für mich selbst?*
- Möchte ich einmal für kurze Zeit den Alltag ganz hinter mir lassen?*
- Möchte ich im Urlaub in eine andere Kultur eintauchen – je fremder, desto besser?*
- Will ich einiges über mich selbst herausfinden und mich vielleicht von einer neuen Seite kennen lernen?*
- Freue ich mich auf meine Reise, aber auch darauf, wieder zurückzukommen?*

Wie gut kann ich allein sein?

„Ein Urlaub alleine – wäre doch gelacht, wenn ich das nicht hinbekomme!“ so denken viele Frauen, bevor sie alleine auf Reisen gehen. Doch nehmen sie diese Herausforderung wirklich an? Wie gut eine Frau tatsächlich alleine zurecht kommt, kann sie mit ein paar einfachen Test-Aufgaben herausfinden.

Schritt eins: allein ins Kino

Auf den ersten Blick scheint hier gar nichts dabei zu sein, denn schließlich kann im Kino nicht viel passieren. Viele Frauen gehen jedoch trotzdem nicht gerne alleine ins Kino, und zwar deshalb, weil sie Angst haben, sich zu „outen“, mit anderen Worten der ganzen Welt zu zeigen, dass sie keine Begleitung gefunden haben. Wer alleine verreist, hat ständig mit dieser Situation zu kämpfen und sollte sich daher dann nicht unwohl fühlen. Also: Ab ins Kino! Und zwar nicht etwa in die Nachmittagsvorstellung, sondern am Samstagabend – zu einer Zeit, zu der kaum jemand allein unterwegs ist.

Eine Steigerung dieses Experimentes ist ein Theaterbesuch ohne Begleitung. Im Gegensatz zum Kino gilt es hier, alleine eine Pause zu überbrücken. Fühlt man sich dabei beobachtet und unsicher?

Schritt zwei: allein ins Restaurant

Dieser Selbsttest ist schon etwas unangenehmer, denn hier hat eine Frau ohne Begleitung nicht das Dunkel des Kinos oder des Theaters, in dem sie sich verstecken kann. Doch bei einer Solo-Reise wird genau diese Situation täglich ein-



Wartezeit überbrücken

Viele Frauen empfinden besonders die Wartezeit zwischen Bestellung und Essen als unangenehm. Ein Buch (z. B. der Reiseführer) oder eine Zeitung helfen, diese Zeit zu überbrücken.

treffen, denn aufs Essen kann nun einmal niemand verzichten. Bei dieser Übung kann man auch sehr gut lernen, seine Ansprüche durchzusetzen. Wenn Ihnen der Kellner den „Katzentisch“ zuweisen will, bestehen Sie ruhig auf einem schöneren Platz, denn schließlich bezahlen Sie denselben Preis für Ihr Essen wie alle anderen Gäste.

Schritt drei: Tages- oder Wochenendausflug

Wer diese beiden Bewährungsproben gut überstanden hat, kann seine Alleinreisefähigkeit bei einem Tages- oder gar Wochenendausflug unter Beweis stellen. Hier ist Organisationstalent gefragt: Zugverbindungen erfragen, ein Hotelzimmer reservieren und ein Besichtigungsprogramm erstellen – für eine Alleinreisende sollte all dies kein Problem sein.



Gespielte Touristin

Verhandlungsgeschick und Sprachkenntnisse können Sie zusätzlich mit der folgenden kleinen „Übung“ testen: Geben Sie sich als Touristin aus und erledigen Sie die Zimmerreservierung auf Englisch.

Fazit

Wer diese Übungen absolviert hat, wird feststellen: Eigentlich steht einer allein reisenden Frau nur eines im Wege: sie selbst. Durch Gedanken wie „Was denken die anderen nur von mir?“, „Bestimmt starren mich jetzt alle an!“ oder „Hoffentlich versteht mich niemand falsch!“ machen sich viele Frauen selbst verrückt. Natürlich wird jeder eine allein reisende Frau zur Kenntnis nehmen, doch sind die meisten Menschen – egal, ob Kellner, Hotelportiers oder andere Reisende – viel zu sehr mit sich selbst, ihrem eigenen Urlaub oder ihrem Job beschäftigt, als dass ihre Gedanken lange um diese eine allein reisende Frau kreisen könnten. Und letztendlich ist das Alleinreisen ja auch nichts Verbotenes!

Lieber doch nicht allein: Wie finde ich einen Reisepartner?

Vielleicht hat die eine oder andere Frau beim vorherigen Selbsttest festgestellt, dass sie lieber doch nicht alleine auf Reisen gehen möchte. Dennoch muss sie nun noch lange nicht ganz auf den Urlaub verzichten, vielmehr kann sie sich auf die Suche nach einem Reisepartner machen.

Suche über Inserate

In den Anzeigenteilen der meisten Tageszeitungen gibt es eine Rubrik namens „Freizeitbekanntschafungen/Urlaub“, in der man Reisepartner suchen kann. Grundsätzlich stehen den Suchenden dabei zwei Möglichkeiten offen.

Auf Inserate antworten

Wer ein Inserat sieht, das ihm zusagt, sollte darauf mit einem kurzen Brief oder Telefonanruf antworten. Interessenschwerpunkte und die Erwartungen an einen idealen Urlaub sollten hier erwähnt werden. In der Regel wird eine Frau wohl lieber mit einer anderen Frau verreisen wollen, doch spricht nichts gegen einen männlichen Reisepartner, wenn die Fronten von Anfang an geklärt sind.

Vorsicht ist bei Inseraten geboten, in dem die Übernahme der Reisekosten angeboten wird. Wer sich darauf einlässt, steht immer in einer Schuld gegenüber dem Zahlenden und mag sich dann zu etwas verpflichtet fühlen, was er eigentlich gar nicht will. Davor schützt nicht einmal der Vermerk „kein Sex“! Auch vor Männern, die selbst nach dem Erst-



Ungewollt ein Paar

In männlicher Begleitung werden Sie immer als Paar wahrgenommen, egal, wie vertraut oder distanziert Sie miteinander umgehen. Das kann zu unangenehmen Missverständnissen und ständiger Erklärungsnot führen, z. B. wenn man Ihnen statt des gewünschten Zimmers mit zwei Einzelbetten ein Zimmer mit Doppelbett anbietet.

WIE FINDE ICH EINEN REISEPARTNER?

kontakt nur über eine Postfachadresse oder eine Handynummer zu erreichen sind, soll gewarnt sein. Viele Inserenten dieser Art sind verheiratet und suchen auf diese Weise ein schnelles Abenteuer.

Selbst inserieren

Dass jemand mit genau Ihrer Wunschvorstellung in der Zeitung inseriert, wird vermutlich eher selten vorkommen. Daher ist es meist besser, selbst zu inserieren – am besten mit Chiffre, denn so kann man nämlich auch entscheiden, mit wem man Kontakt aufnehmen will, und unliebsame Bewerber von vornherein aussortieren. Dafür muss man jedoch auch etwas in die Tasche greifen, denn je nach Auflage der Zeitung und der Größe der Anzeige ist dieses Unterfangen nicht ganz billig. Selbst eine zweizeilige Anzeige kann schon um 50 Euro kosten. Formulieren Sie Ihre Wünsche kurz und knapp und schränken Sie sich terminlich nicht zu sehr ein, denn es wird schwer sein, jemanden zu finden, der exakt zur selben Zeit Urlaub hat wie Sie.

Reisepartnervermittlungen

Sicherer geht, wer bei der Suche nach einem Reisepartner professionelle Hilfe in Anspruch nimmt. Mittlerweile gibt es eine ganze Reihe von Agenturen, die sich auf die Vermittlung von Reisepartnern spezialisiert haben und dabei großen Wert auf Seriosität legen. Wer diesen Dienst in Anspruch nehmen will, muss in der Regel einen Fragebogen mit Angaben zur Person und den Reisewünschen ausfüllen und eine Gebühr – entweder für eine einzige Vermittlung oder für ein ganzes Jahr – bezahlen. Dann bekommt die Interessentin einige Adressen von möglichen Partnern zugeschickt, mit denen sie direkt Kontakt aufnehmen kann. Adressen einiger Reisepartnervermittlungen siehe Anhang.



◀ *Ein Reisepartner ist sehr praktisch: Er kann Sie bei allerlei Erlebnissen knipsen!*

Ein potenzieller Reisepartner ist gefunden – wie geht's weiter?

Die Vermittlung scheint erfolgreich, ein Partner ist gefunden, der einem zumindest theoretisch zusagt. Nun sollte man sich kennen lernen, um festzustellen, ob man auch in der Praxis zueinander passt. In der Regel wird die erste Kontaktaufnahme telefonisch erfolgen. Macht der Gesprächspartner einen sympathischen Eindruck, steht einem ersten Treffen zum gegenseitigen Beschnuppern eigentlich nichts mehr im Weg. Der beste Treffpunkt für ein erstes Kennenlernen ist ein neutrales Terrain, also nicht die eigene Wohnung oder die Stammkneipe.

WIE FINDE ICH EINEN REISEPARTNER?

Es ist wichtig, sich schon vor dem Treffen klar zu werden, was man von einem Reisepartner erwartet, denn nicht alles macht auch mit allen Spaß. Probleme können z. B. auftreten, wenn man bei einem Trip nach London selbst am liebsten Kultur aufsaugt, der Reisepartner aber hauptsächlich am Nachtleben interessiert ist. Um herauszufinden, ob ein Reisepartner auch zu einem passt, können die folgenden Fragen helfen:

Checkliste: Was erwarte ich von einem Reisepartner?

- Fühle ich mich beim Treffen mit meinem Reisepartner wohl?*
- Kann ich meine Bedenken frei äußern?*
- Gibt der Reisepartner ausweichende Antworten auf eventuelle Einwände?*
- Hält der Reisepartner mit persönlichen Informationen hinter dem Berg?*
- Kann der Reisepartner zuhören?*
- Versucht einer der beiden Gesprächspartner, den anderen zu irgendetwas zu überreden?*
- Stimmen unsere generellen Interessen überein?*
- Können wir zusammen lachen?*
- Haben wir ein ähnliches Reisebudget?*
- Neigt einer von uns dazu, gerne den „Leithammel“ zu spielen?*
- Missfallen mir bestimmte Charakterzüge an Personen, so dass ich mit ihnen absolut nicht zurechtkomme? Hat der Reisepartner vielleicht eine der Eigenschaften?*
- Bin ich vielleicht militante Nichtraucherin, der Reisepartner aber Raucher?*
- Welche Urlaubsbedürfnisse haben wir?*
- Gibt das gewählte Reiseziel genug her, um uns beiden gerecht zu werden?*
- Können wir auch getrennt voneinander etwas unternehmen?*

Was tun, wenn's kracht?

Auch die beste Checkliste und einige Treffen vor der Abreise bieten keine absolute Garantie dafür, dass es mit dem Reisepartner wirklich klappt. Grundsätzlich sollte man natürlich immer versuchen, Konflikte zu klären, doch im Ernstfall kann eine Trennung durchaus sinnvoll sein – nämlich dann, wenn sonst keiner mehr etwas vom Urlaub hat und beide Reisepartner nur noch die gemeinsame Zeit bis zur Rückkehr „absitzen“.

Daher sollte man sich – selbst wenn man einen Reisepartner sucht – im Vorfeld auch immer fragen, ob man im Notfall trotzdem ganz alleine zurecht kommt.



Trennung in Raten

Eine Trennung muss nicht immer ganz radikal verlaufen. Ein Kompromiss kann z. B. sein, die Tage getrennt zu verbringen und sich nur zum gemeinsamen Abendessen zu treffen. Hilft auch das nichts, sollten beide Partner getrennte Wege gehen.

Der Einzelzimmerzuschlag

Ein unübersehbarer Nachteil, mit dem (nicht nur weibliche) Alleinreisende zu kämpfen haben, ist der Einzelzimmerzuschlag, der das Reisen ohne Partner oft zu einer teuren Angelegenheit macht. Aus der Sicht der Veranstalter ist das sicherlich nachvollziehbar, denn in vielen Unterkünften gibt es überhaupt keine Einzelzimmer. Die Unterkunft verlangt also den festen Preis für ein Doppelzimmer, unabhängig davon, wie viele Personen darin schlafen.

Bei den meisten **Pauschalreisen und Last-Minute-Angeboten** ist der Preis pro Person im Doppelzimmer („p. P. im DZ“) angegeben. Wie viel man als Alleinreisende bezahlen muss, ist häufig erst umständlich beim Anbieter zu erfragen. Im Internet sind Angebote für Einzelreisende dagegen oft leicht

ter zu finden. So gibt es z. B. bei L'TUR eine eigene Kategorie „Singles“.

Gruppenreisen verteuern sich ebenfalls, wenn man die Unterbringung in einem Einzelzimmer wünscht. Daher ist es wichtig, im Vorfeld zu klären, ob eine ausreichende Anzahl von Einzelzimmern zur Verfügung steht und wie hoch der Zuschlag ist.



Ohne Zuschlag

*Folgende Veranstalter bieten Reisen ohne Einzelzimmerzuschlag an:
TUI, Jahn Reisen, ITS Reisen,
Tjaereborg, Neckermann, FTI,
Thomas Cook.*

Nicht immer muss man für ein Einzelzimmer auch tatsächlich gleich viel wie für ein Doppelzimmer bezahlen. Immer mehr Reiseanbieter stellen sich auf Alleinreisende ein und haben spezielle Angebote für sie im Programm.

Vor allem in der Nebensaison sind häufig Einzelzimmer ohne Mehrpreis erhältlich, oft werden auch Doppelzimmer zur Alleinbenutzung angeboten – ohne oder nur mit geringem Aufpreis.

Auch wer in der europäischen Hochsaison zu Fernreisezielen aufbricht, kommt häufig billiger davon. Dort ist dann nämlich **Nebensaison** und Flug- und Hotelpreise reduzieren sich erheblich. Oft fällt dann sogar der Einzelzimmerzuschlag weg. Warum also nicht Ko Samui statt Kreta oder Kenia statt Teneriffa? Auch in der eigentlichen Regenzeit lassen sich viele Fernreiseziele gut bereisen.



Rabatt aushandeln

Häufig lässt sich ein Rabatt heraus schlagen, wenn man länger als zwei Nächte bleibt: Bis zu 30 Prozent Nachlass gewähren die Hotels dann, je nach Auslastung versteht sich.

Bei **Gruppenreisen** empfiehlt es sich nachzufragen, ob sich noch eine andere Einzelreisende

angemeldet hat. Vielleicht können Sie ja mit ihr das Zimmer teilen und so den Reisepreis reduzieren. Häufig kann man auch von vornherein ein halbes Doppelzimmer buchen. Klären Sie in einem sol-



▲ *Der Regenguss ist vorbei – das Shopping kann weitergehen*

chen Fall aber auch, was passiert, wenn sich keine Zimmergenossin findet. Unter Umständen kann es passieren, dass Sie dann nachzahlen müssen.

Und wie sieht es mit **Individualreisenden** aus? Meistens schlecht, denn wer nicht über einen Veranstalter bucht, zahlt ohnehin oft mehr für die Unterkunft. Wer ohne Voranmeldung ein Zimmer sucht, bekommt so gut wie immer einen festen Zimmerpreis genannt, der unabhängig davon ist, ob nun eine oder zwei Personen dort übernachten. Vielmehr richtet er sich nach der Auslastung der Unterkunft. Bei starker Nachfrage werden daher häufig Mondscheinpreise genannt.

Regenzeit

Regenzeit bedeutet nicht Dauerregen: Oft regnet es nur am Spätnachmittag oder Abend einmal kurz und heftig, so z. B. in der Karibik (Juni bis Oktober), in Kenia (April bis Juni), im Golf von Thailand, z. B. auf Ko Samui (Mai bis August) oder auf den Malediven (Juni bis November). Nähere Informationen hierzu bieten Reiseführer oder Reisebüros.

Kontaktperson zu Hause

Grundsätzlich sollten sich Alleinreisende immer ab und zu in der Heimat melden, denn ihre Freunde und Angehörigen werden sich mehr Sorgen machen, wenn eine Frau ganz alleine unterwegs ist. Außerdem bietet eine Kontaktperson zu Hause

noch einen weiteren Vorteil: Wer im Urlaub (noch) keinen Ansprechpartner hat, wird sich umso mehr freuen, wenn eine Freundin zu Hause diesen Zweck erfüllt.

Außerdem ist eine Kontaktperson zu Hause noch aus einem sehr praktischen Grund wichtig: Bei ihr sollten **Kopien aller wichtigen Reiseunterlagen** und Dokumente deponiert werden, darunter unbedingt Personalausweis oder Reisepass, Visum, Ticket, Belege von Kranken- und Unfallversicherung, Kaufbescheinigung von Reiseschecks, Führerschein usw. Falls der Reisenden die Originale gestohlen werden, kann die Kontaktperson nämlich sofort die nötigen Unterlagen an eine Adresse im Aufenthaltsland, zur Not an die deutsche Botschaft, faxen. Das geht schneller, als eine Vielzahl verschiedener Stellen und Behörden anzurufen.

Als Kontaktperson bietet sich z. B. eine liebe Kollegin an. An der Arbeitsstelle ist dank E-Mail und Anrufbeantworter immer jemand zu erreichen und ein Faxgerät ist auch in greifbarer Nähe.

035fr Abb.: vh



▲ Bildtelefon per Internet ist keine Hexerei und billig dazu. Wie die Kommunikation per Handy, PDA, E-Mail und Internet aus dem Ausland funktioniert, erläutert der Praxis-Ratgeber „Kommunikation von unterwegs“ von Volker Heinrich

Wer im Urlaub nicht gerne Kontakt zur heimischen Alltagswelt hält, kann unterwegs aus Internetcafés beispielsweise alle zwei Tage eine E-Mail nach Hause schicken. Das beruhigt die Zurückgebliebenen und dient gleichzeitig als Reisetagebuch.

Im Internet-Zeitalter gibt es natürlich eine technische Alternative zum persönlich verwalteten Hausdepot. Scannt man die Dokumente ein und verschickt sie an sein eigenes, im Internet verwaltbares **E-Mail-Konto**, so kann man die Informationen überall auf der Welt bei Bedarf abrufen.