

## PRESSEMITTEILUNG

# Zwischen Eis und Glut: Estlands Winter – ein Spiel der Gegensätze

**In dunklen Rauchsaunen, unter dem leuchtenden Sternenhimmel, im Eisbad oder auf dem verschneiten Moor: Estland steckt auch im Winter an jeder Ecke voller magischer Erlebnisse.**

**Tallinn/Frankfurt, 09. Dezember 2025.** Immer mehr Reisende suchen im Winter nach Alternativen zum klassischen Skiurlaub. Steigende Preise in alpinen Regionen, überfüllte Pisten, Mangel an Schnee und der Wunsch nach ruhigeren, naturnahen Erlebnissen lenken den Blick verstärkt nach Norden, wo die Winterkultur noch ursprünglicher, vielfältiger und überraschend intensiv ist.

In Estland ist der Winter nicht nur Kulisse, vielmehr lässt er sich mit allen Sinnen erfahren. In der kalten Jahreszeit verwandelt sich das Land in eine stille, glitzernde Welt, in der nordische Natur, tief verwurzelte Traditionen und moderne Einflüsse aufeinandertreffen. Wer den Winter nicht nur sehen, sondern wirklich erleben möchte, entdeckt hier eine besondere Intensität – mal kraftvoll und rau, mal wohligh und warm.

## Zwischen Dampf und Eis: Die Sauna als Herzstück des Winters

Im Zentrum vieler Wintertage steht die Sauna – nicht als Wellnessprogramm, sondern als jahrhundertealtes Ritual. Die traditionelle [Rauchsauna](#), deren dunkle Wände den Rauch früherer Generationen noch in sich tragen, vermittelt eine Ruhe, die man anderswo selten erlebt. Wie im Dokumentarfilm *Smokesauna Sisterhood* eindrucksvoll gezeigt wird, legt sich der Dampf wie ein weicher Schleier über die Haut, während draußen die Landschaft im Schnee versinkt. Ein Schritt hinaus, hinein ins eiskalte Wasser, verwandelt den Moment in einen kurzen Schock voller Energie. Gleichzeitig erleben Besucher neue Formen der Saunakultur: schwimmende Saunen auf zugefrorenen Seen, minimalistische Waldsaunen oder verglaste [Iglusaunen](#) im Hafen von Tallinn.

## Estlands Nationalparks im Winter: Sternenklare Nächte und Winterwandern

Einen anderen Zugang zum Winter bietet der Nationalpark [Alutaguse](#). Dort, wo kaum künstliches Licht die Dunkelheit stört, entfaltet sich an klaren Nächten ein Sternenhimmel, der fast unwirklich wirkt. Schnee und Eis reflektieren das Licht der Sterne, die Milchstraße zieht sich hell über den Himmel, und mit etwas Glück erscheinen zarte Nordlichter. Die Nacht fühlt sich hier weiter und tiefer an als anderswo.

Im Nationalpark [Lahemaa](#) wird jede Winterwanderung zum Naturerlebnis: Der Schnee knirscht unter den Füßen, die in Schneeschuhen stecken, in der Luft liegt der Duft der Kiefern, und der [Jägala-Wasserfall](#) erstarrt manchmal zu einer spiegelnden Eiswand.

## Ein Sprung ins kalte Wasser

Doch der Winter in Estland hat noch viele weitere Gesichter. Das Eisbaden — in Estland längst Teil des Alltags — gehört zu den intensivsten Wintermomenten. Wer den Mut aufbringt, für ein paar Sekunden ins eiskalte Wasser zu steigen, erlebt einen Adrenalinschub, der zugleich beruhigt und belebt.

Nur in besonders kalten Wintern zeigt Estland eines seiner spektakulärsten Naturphänomene: die Eisstraßen. Wenn die Ostsee tief genug gefriert, verbinden natürliche Eispisten das Festland mit Inseln wie Hiiumaa oder Vormsi. Ein seltenes Ereignis — aber eines, das die enge Beziehung der Esten zum Meer eindrucksvoll spürbar macht.

Wer lieber klassische Winterfreude sucht, findet sie in [Otepää](#), der Winterhauptstadt Estlands. In der hügeligen Landschaft des Südens ziehen Langläufer über glitzernde Loipen, Familien rodeln die Hänge hinunter, und eigens angelegte Reifenschlittenbahnen sorgen für Spaß im Winterpanorama.

Nach einem Tag im Freien bietet Estlands Spa-Kultur Wärme und Erholung. Ob in Pärnu am Meer oder in historischen Gutshofhotels im Süden — Kräuterbäder, Torfpackungen, Massagen und moderne Wellnesskonzepte machen den Winter hier überraschend wohltuend.

## Aus der Vorratskammer des Nordens: Estlands Winterküche

Auch [kulinarisch](#) zeigt sich der Winter in Estland von seiner wärmenden Seite. In Märkten und Küchen liegt der Duft von Verivorst, der traditionellen estnischen Blutwurst, in der Luft, begleitet von Mulgikapsad, dem herzhaften Sauerkrautgericht mit Gerste und Schweinefleisch, das seit Jahrhunderten zu den Winterklassikern zählt. Für frische Akzente sorgen würzig marinierter Kürbis und traditionell eingelegte Gurken — süß-sauer eingelegte Köstlichkeiten, die so typisch für die estnische Wintervorratskammer sind wie die langsam geschmorten Eintöpfe auf dem Herd. Wildgerichte mit Wacholder greifen die Aromen der estnischen Wälder auf, während Piparkoogid, kunstvoll verzierte Lebkuchen, überall als süße Leckerei oder sogar als kleine Kunstwerke zu finden sind.

## Lebkuchen und Winterromantik

Bei der Ausstellung [Gingerbread Mania](#) entstehen jedes Jahr ganze Welten aus Lebkuchen – überraschend kreativ und oft mit einem Augenzwinkern. Und im Winter Wonderland von Wagenküll Manor erwartet Besucher eine Szenerie wie aus einem nordischen Winterfilm: verschneite Wege, warmes Licht und ein Spa, das Körper und Seele umhüllt.

Estlands Winter beeindruckt nicht durch große Inszenierung, sondern durch Momente, die sich überraschend nah anfühlen: klare Nächte, kräftige Temperaturen, einfache Rituale, die ihre Wirkung nicht verloren haben. Wer hier reist, erlebt den Winter in einer Form, die zugleich archaisch und zeitgemäß wirkt – und versteht schnell, warum er in Estland nicht nur Jahreszeit ist, sondern Lebensgefühl.

Wintererlebnisse in Estland sind abhängig von der Schneelage zwischen November und Anfang April möglich. Alle Informationen rund um winterliche Erlebnisse in Estland unter <https://visitestonia.com/de/aktivitaeten/estland-winterwunderland>

### **Über Estland:**

*Estland ist die authentische Wahl für alle, die ein Land in ihrem eigenen Tempo erleben und eine tiefere Verbindung mit seiner Natur, seiner Geschichte, den Traditionen und dem Leben vor Ort erfahren möchten. Estland zu bereisen bedeutet, alle Zeit der Welt zu haben: Vergangenheit und Zukunft prallen an jeder Ecke aufeinander. Uralte Traditionen treffen auf digitale Kreativität. Endlose, tiefe Wälder und tausende Inseln laden zu ausgiebigen Streifzügen ein. Hier ist alles langsam, bis auf das WiFi. Diese kleine Nation mit offenem Geist und offenen Räumen gibt ihren Besuchern die Zeit, die sie brauchen, um sich mit den Wurzeln des Landes zu verbinden und bedeutungsvolle Momente zu schaffen. Besuchen Sie Estland. Es ist an der Zeit.*