Visit Sweden News Room

Coolcation 2025: Schweden bleibt das Top-Ziel für kühle Sommer

2025 zieht es immer mehr Urlauber an Orte, wo der Sommer erfrischend statt erschöpfend ist. Warum Coolcation immer beliebter wird – und Schweden die coolste Wahl bleibt.

Das Reiseverhalten verändert sich weiter – weg von heißen Destinationen, hin zu angenehmen Temperaturen.*Condé Nast Traveler* zählte Coolcation bereits 2024 zu den wichtigsten Entwicklungen im Tourismus. Nach dem heißesten Jahr seit Beginn der Wetteraufzeichnungen denken viele Reisende um: Statt glühendem Asphalt und überfüllten Stränden stehen gemäßigte Temperaturen, Natur und Wasser im Fokus. Laut Booking.com wollen 42 % der Urlauber 2025 gezielt an kühlere Orte reisen. Immer mehr Menschen zieht es somit nach Schweden und seine nördlichen Nachbarländer, da sie mit angenehmen Sommertemperaturen, jede Menge Platz und einer entspannten Urlaubsatmosphäre überzeugen.

her Bergluft im Norden und über 100.000 Seen bietet das Land beste Bedingungen für Sommer ohne Hitzestress. Besonders gefragt sind Regionen mit direktem Zugang zu Wasser wie zum Beispiel Westschweden, Skåne, Stockholm, Blekinge und Småland. Aber auch Norrbotten hoch oben im Norden mit seiner Kombination aus Küste und Fjäll verzeichnet steigende Besucherzahlen. Kein Wunder, dass Google-Suchanfragen zu Schweden aus Deutschland seit 2019 um 27,5 % gestiegen sind. Die Gründe liegen auf der Hand: Schweden vereint viel Platz, wenig Menschen, spektakuläre Natur – und dazu extralange (Urlaubs-)Tage dank Mitternachtssonne.

Hier sind 5 Tipps für einen Sommer, der wirklich erfrischt:

1. Kayoga in Westschweden – Kajak trifft Yoga
Kajakfahren zwischen Schären, dann Yoga auf einer kleinen Insel: eine Kombination, die nach purer Entspannung klingt – bis der Rücken ziept und die Beine taub werden. Kayoga schafft Abhilfe: Erst paddelt man durch die atemberaubende Küstenlandschaft Westschwedens, dann folgt eine Yoga-Session speziell für Paddler-Hüften. Eine zertifizierte Yoga-Lehrerin führt durch gezielte Dehnungen für Rücken, Beine und Schultern – perfekt, um Verspannungen zu lösen und beim nächsten Wellengang geschmeidig auf Kurs zu bleiben. Die Tour dauert vier Stunden, Entspannung garantiert, Muskelkater nicht ausgeschlossen. Ob ruhige See oder sportliche Brandung – die Schärenküste um Fjällbacka und Orust bietet perfekte Bedingungen für dieses ungewöhnlich entspannte Abenteuer.

2. Fjällschnorcheln – Schwimmen mit Forellen
Schnorcheln geht nur im Meer? Falsch. In Schwedens Bergen taucht man durch glasklare Gebirgsbäche, begleitet von Forellen und umgeben von dramatischer Fjälllandschaft. Statt Korallen gibt's hier schroffe Felsen, statt tropischer Hitze erfrischende 10–15 °C Wassertemperatur – ein echtes Naturerlebnis ohne Massentourismus. Anbieter wie Borgagården in Borgafjäll oder Klimpfjäll Adventures bieten geführte Touren an, bei denen man mit Neoprenanzug ausgestattet schwerelos durch das eisklare Wasser treibt. Während unten Forellen vorbei huschen, spiegeln sich oben die schneebedeckten Gipfel im Wasser. Ein Sommererlebnis, das garantiert wach macht.

3. Eiskalte Erlebnisse – Icehotel 365 & Icebar Stockholm
Ein Eishotel im Sommer? Klingt verrückt, ist aber Realität – und zwar in Kiruna. Dort steht das weltweit erste Icehotel, das seit 1989 Gäste in kunstvoll gestalteten Suiten aus Schnee und Eis schlafen lässt. Dank modernster Kühltechnik bleibt das Icehotel 365 das ganze Jahr über erhalten. Während draußen die Mitternachtssonne für 30-Grad-Tage sorgt, bleibt es drinnen konstant frostige -5 °C. Geschlafen wird stilecht auf Rentierfellen und in Thermoschlafsäcken, die besser wärmen als so manche schwedische Sommernacht. Wem eine ganze Nacht auf Eis noch zu kühn ist, kann sich langsam herantasten – mit einem Drink in der Icebar Stockholm, wo alles aus gefrorenem Torneälven-Flusswasser besteht: Tresen, Gläser, Sitzbänke. Temperatur? Natürlich -5 °C. Warme Jacken gibt's zum Drink dazu.

4. Skifahren & Floßfahren – Winter und Sommer in Värmland
Morgens Winter, nachmittags Sommer – und das im gleichen Ort? In Torsby in Värmland ist genau das möglich. Im Skitunnel Torsby, dem ersten seiner Art in Schweden, herrschen das ganze Jahr über perfekte Langlaufbedingungen bei konstanten -3 °C. Hier trainieren Profis Seite an Seite mit Hobby-Sportlern, die mitten im Sommer den Schnee vermissen. Nach der sportlichen Abkühlung geht es dann ins komplette Kontrastprogramm: Floßfahren auf dem Klarälven. Hier wird das Boot nicht gemietet, sondern erst einmal gebaut – aus Baumstämmen und Seilen, ganz wie vor hunderten Jahren, als auf diesem Fluss Holz transportiert wurde. Ist das Floß fertig, treibt man gemächlich durch die unberührte Natur Värmlands, mit nichts als Wasser, Wald und Stille um sich herum. Die Touren dauern zwischen einem und acht Tagen – je nachdem, wie lange man sich treiben lassen möchte.

5. Baden ohne Badetuch-Duell – Schwedens Seenlandschaft
100.000 Seen – wer in Schweden keinen Platz am Wasser findet, ist definitiv falsch abgebogen. Der Vänern ist mit 5.500 km²

mehr Binnenmeer als See, mit Inseln, Burgen und reichlich Platz zum Baden. Der Vättern leuchtet in Karibik-Türkis, bleibt aber garantiert algenfrei. Der Hornavan (221 m) geht nicht nur in die Tiefe, sondern auch in die Einsamkeit – Lappland-Idylle ohne Störgeräusche. Und dann wäre da noch der Siljansee, entstanden durch einen Meteoriteneinschlag, der neben Postkartenpanorama auch eine geologische Kuriosität bietet. Und das Beste? Genug Platz für alle – ohne Handtuch-Schach am Ufer.

Mehr coole Tips: https://visitsweden.de/aktivitaten/natur-outdoor/Coolcation-in-Schweden/

Visit Sweden GmbH
Sabine Klautzsch
Senior PR Manager
Große Bäckerstr. 10
20095 Hamburg

sabine.klautzsch@visitsweden.com
www.visitsweden.de

Visit Sweden ist ein Marketingunternehmen im Besitz der schwedischen Regierung. Es handelt sich um eine nationale Tourismusorganisation, die das Reiseziel Schweden fördert, um die Attraktivität des Landes zu steigern, was zum Tourismusverbrauch, zu Exporterlösen und zur Beschäftigung beiträgt. Visit Sweden arbeitet eng mit der schwedischen Tourismusbranche zusammen, um die gewünschten Zielgruppen für einen langfristig nachhaltigen Tourismus effektiv zu erreichen. Der Hauptsitz von Visit Sweden befindet sich in Stockholm, mit Vertretungen in mehreren ausländischen Märkten. www.visitsweden.com/corporate

Willkommen in Schweden - von Natur aus anders.

Additional assets available online: Photos (1)

https://press.visitsweden.com/2025-03-11-Coolcation-2025-Schweden-bleibt-das-Top-Ziel-fur-kuhle-Sommer