

Wohlfühl-Tour durch fünf Kontinente

# Auf Wellness-Weltreise

Die Urkraft des Meeres gepaart mit der Energie der Erde und der Power hochwirksamer Pflanzen – all dies ist in einem Massage-Quintett vereint, das Ihre Kunden auf wunderbare Weise rund um die Welt führt



Die Naturschätze aus Europa, Asien, Afrika, Amazonien und Polynesien erkunden: Bieten Sie Ihren Kunden mit einem speziellen Massage-Arrangement die Möglichkeit, die verschiedenen Kontinente bzw. Inselgruppen kennenzulernen und hautnah deren Schönheiten zu erleben. Ideal ist natürlich, jede der Massagen als Einzelanwendung im Wochenrhythmus zu genießen. Das bedeutet allerdings, dass sich Ihre Kunden dafür mehr als einen Monat Zeit nehmen müssten. Zu lange? Kein Problem: „Das Ganze kann auch bestens zu einer einzigen Schnupper-Reise kombiniert werden“, betont Agnes Kling-Schlicker von Thalasso International, unter deren Regie die Massage-Weltreise zusammengestellt wurde und auch gelehrt wird (Weitere Infos: [www.thalassoplus.de](http://www.thalassoplus.de)).

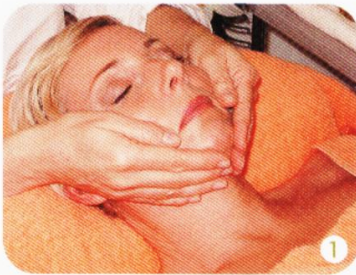
## Anti-Aging in Europa

Eine Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlung mit Anti-Aging-Effekt bildet den Mittelpunkt der Europa-Massage (siehe Bild 1). Zentral ist dabei eine spezielle Methode zum Einschleusen der Wirksubstanzen (Sonnenblüten-Pollen in Creme und Emulsion).

Nach gründlicher Reinigung und Lotionierung des Gesichtes wird mit zügigen Effleuragegriffen eine etwa walnussgroße Menge der Creme aufgetragen. Anschließend heißt es, das Produkt mit kräftig kreisenden Bewegungen so lange einzuarbeiten, bis vom Präparat nichts mehr auf der Haut verbleibt. Besonderes Augenmerk gilt hier den Stellen mit ausgeprägten Falten wie Stirn, Nasolabialfalten und dem Hals. Danach die Emulsion mit sanften Effleuragegriffen gleichmäßig verteilen und mit reichlich kaltem Wasser nachreinigen. Die ganze Prozedur muss zwei bis drei Mal direkt hintereinander wiederholt werden, Gesamtdauer ca. 30–40 Min. Die Oberhaut wird geglättet und ohne Schleifpartikel sanft exfoliert, Fältchen werden gemildert, das Gewebe wirkt straffer.

## Stressabbau in Asien

Entspannung ist Trumpf bei der Asien-Massage, die mit dem chinesischen Münzrollen eingeleitet wird (siehe Bild 2), um zunächst den Gefäßstrom zu aktivieren. Eingesetzt wird dazu eine echte Kupfermünze. Beginnend an der Halswirbelsäule bewegt man mit sanftem Druck die Münze langsam bis zum Steißbein, und zwar in Bahnen von der Wirbelsäule nach außen. „Stress ade“ lau-



- 1 Europa – eine Anti-Aging-Massage glättet und exfoliert
- 2 Asien – die Münz-Massage fördert die Durchblutung
- 3 Afrika – ein pflegendes Verwöhnprogramm für den ganzen Körper
- 4 Amazonien – die Zupfmassage wirkt hautreinigend und straffend



tet das Motto dann bei der anschließenden Yin-Massage (mehr dazu unter [www.beauty-forum.com/downloads](http://www.beauty-forum.com/downloads)), die dazu beiträgt, den Energiefluss zu regulieren, und die Haut streichelzart zu machen. Eingesetzt wird eine Emulsion, die sich aus Sanddorn- und Traubenkernöl sowie dem öligen Extrakt der Wakame-Alge zusammensetzt.

### Afrika belebt die Sinne

Extrakte aus Zitrusfrüchten, Baumwolle, Arganöl sowie Spirulina vereinen sich mit Sesam- und Traubenkernöl zu einem Potpourri, das bei der Afrika-Massage Haut und Sinne belebt. Die Massage startet an der Beinvorderseite (siehe Bild 3, erst rechts, dann links) mit großen Effleuragegriffen. Die Zehen werden gedehnt und die Fußsohle mit den Fingerknöcheln kräftig massiert. Handüber Handstreichungen bis zur Leiste schließen sich an, wobei das Knie mit sanftem Umkreisen verwöhnt wird. Auf gutes Durchkneten freut sich sodann der Wadenmuskel, bevor es auf dem Oberschenkel mit starker Fingerknöchelmassage weitergeht. Noch kurz ein Effleurage-Abstecher auf Bauch, Brust und

Arme und schon heißt es: „Start frei“ für eine intensive Rückenmassage.

### Energie aus Amazonien

Zupfmassage (siehe Bild 4) und anschließende Effleurage mit Paranuss-Öl aus Amazonien verbinden sich zu einem Erfolgsduo für Entschlackung, Revitalisierung und Wohlgefühl. Dabei unterstützt die Zupfmassage die Entfernung von Hautunreinheiten, regt die Mikrozirkulation an und verbessert den Turgor (Gewebspansung). Das Besondere: Die Massage wird trocken ausgeführt, es bedarf keinerlei fettiger Substanzen. Massiert wird mit allen fünf Fingerkuppen. Man führt Zeige-, Mittel und Ringfinger sowie den kleinen Finger zum Daumen hin und zupft dann beidhändig mit einer Bewegung nach außen – im Gesicht z.B. von der Nase ausgehend in Richtung Ohr bzw. äußeres Gesicht und Halspartie. Augen und Nase werden zart mit Daumen und Zeigefinger gezupft, die Stirn ohne den kleinen Finger. Für Körperregionen gilt: Man beginnt immer herzforn und zupft in Richtung Herz.

**Praxis-Tipp:** Jede Bewegung muss sehr kurz sein, die Haut darf auf keinen Fall hin- und hergeschoben, sondern muss abgehoben werden.

Der Wirbelsäule gehört bei der Polynesian-Massage die volle Aufmerksamkeit. Zum Einsatz kommt ein Massagemittel

mit dem Duft der Tiaré-Blume, Kokosnussöl zum Regenerieren und Durchfeuchten sowie dem öligen Extrakt der Sargassum-Alge.

### Relaxen auf Polynesien

Bei der Wirbelsäulen-Wellness-Massage wird in erster Linie der lange Rückenstrecker muskel entlastet, um die Beweglichkeit zu verbessern. Begonnen wird jedoch zunächst mit der Entspannung des Trapezmuskels, zirkulierende Bewegungen zur Lockerung der Halswirbelsäule folgen. Dann mit den Handballen seitlich am Hals in Richtung Kopf hoch und sanft zur Schulter nach unten fahren. Die Wirbelsäule nun mit einer Hand vom Nacken aus bis zum Kreuzbein ausstreichen. Weitere Streichungen sowie Schaukel-, Dehn- und Streckgriffe schließen sich an. Zum Abschluss den Rücken großzügig ausstreichen. Mit der Behandlung erreicht man eine wunderbare Entspannung – laden Sie Ihre Kunden ein auf eine Traumreise für Haut und Sinne! ■



Ruth Fena | Die Redakteurin und Fotografin konzipierte und leitete Magazine in den Bereichen Beauty und Fitness. Heute arbeitet sie als freie Journalistin mit den Schwerpunkten Ganzheitskosmetik, Wellness und Besinnung.



DOWNLOAD

### Zusatzinfo zur Asien-Massage

Unter [www.beauty-forum.com/downloads](http://www.beauty-forum.com/downloads) finden Sie den Ablauf der entspannenden „Yin-Massage“ zum Herunterladen. Registrieren Sie sich dazu einfach als neuer Nutzer oder melden Sie sich mit Ihren bestehenden Zugangsdaten an.