

Thalasso step by step

Bodyforming mit Algen

Das Meer hat viel zu bieten, wenn es darum geht, noch rechtzeitig zur Bikini-Saison Problemzonen zu beseitigen. Vor allem Anwendungen mit der geballten Kraft von Algen werden zum Renner, wenn es heißt: Pölsterchen ade!



Das Wichtigste gleich vorweg: Wirksame Treatments mit Algen sind nicht nur in großen Thalasso-Centern, sondern auch im kleinen Institut bestens praktikierbar – selbst dann, wenn keine Dusche vorhanden ist. Klar, das Handling mit dem grünbraunen Brei bedarf zwar großer Sorgfalt, dürfte für geübte Kosmetikerinnen aber sicherlich kein Problem sein.

Ein Olivenholzspatel hilft zum Abschluss der Behandlung ebenso wie ein in Meereskomplex-Wasser getauchter Schwamm, um die Überreste der Produkte auf der Haut großflächig zu entfernen – so sorgfältig, dass ein Abduschen nicht unbedingt notwendig wird. Unerlässlich ist dagegen eins: Nur wer hinter der Philosophie von Thalasso steht, wird die frische Brise des Meeres auch auf seine Kunden übertragen können.

„Individuelle Beratung und fachkundige Anwendung machen so manches räumliche Defizit wett“, betont dazu Stefanie Kregel, Chefkosmetikerin von Thalasso International in Saarbrücken (www.thalassoplus.de), die speziell für die Cellulite-Behandlung mit Algen in der Kabine einen 10-Punkte-Plan erarbeitet hat, den wir Ihnen in diesem Beitrag vorstellen.

Peeling, Packung & Wickel

Nicht jede Kundin, die sich die Vorteile von Thalasso für Schönheit und Gesundheit zu Nutze machen will, ist gleich an einer Kur für den ganzen Körper interessiert. Gerade jetzt zur bevorstehenden Bikini-Saison geht es vielen vorrangig darum, Problemzonen möglichst schnell zu verbessern. Da sind vor allem Entschlackung und Straffung in den Bereichen von Oberschenkeln, Hüfte, Bauch und Po angesagt. Als prädestinierte Anwendungen eignen sich hierzu im professionellen Bereich besonders sanfte Massagen sowie Teilkörper- und Reflex-



1 Einmassieren der Algen-Pflege



2 Peeling-Massage mit Bürste ...

zonenpackungen inklusive spezieller Wickel. Äußerst wirkungsvoll sind auch Einreibungen mit Algen-Zellsaft – und nicht zu vergessen das Meersalz-Peeling.

Als Waffe gegen Problemzonen werden spezielle Produkte verwendet, mit deren Unterstützung eine Drainage in der Matrix erreicht werden soll, also eine Art „Hausputz“ der Grundsubstanz. Eingesetzt werden vorrangig Algen und Algenzubereitungen, die entschlackende, gefäß- und bindegewebsstabilisierende sowie fettzellenreduzierende und straffende Wirkungen haben. Dabei führt an der Braunalge *Fucus vesiculosus* (Blasentang) kein Weg vorbei.

Fettpolster im Visier

Fucus-Extrakt wirkt u.a. auf lokale Fettansammlungen. Außerdem reicht sein kosmetischer Einsatz von der Durchfeuchtung über die Remineralisierung und Stimulation bis hin zur Regeneration. Für die Anwendung in der Kabine sind in diesem Zusammenhang Mixturen empfehlenswert, wie zum Beispiel die „Maceration CMS“

(CMS = Zentimeter – im französischen Plural: CentiMetreS). Es handelt sich hierbei um eine Mischung aus *Fucus* und Efeu, die gleichzeitiges Abnehmen und Straffen erlaubt. Dabei haben die Wirkstoffe einen synergistischen Effekt. Sie

- unterstützen das Abnehmen,
- schützen die Epidermis,
- festigen die elastischen und kollagenen Fasern (mit Hilfe von Flavonoiden und Tannoiden),
- sorgen für ein besseres Auflösen und Ausleiten von Toxinen, entstauen und
- sind ausgleichend sowie remineralisierend. Fettansammlungen werden gelockert, die Körperform gestrafft, die Haut geschützt, genährt und restrukturiert.

Ascophyllum nodosum (Knotentang), die große Braunalge, ist ebenfalls äußerst begehrt, wenn es um Packungen für Problemzonen geht. Ihre aktiven Wirkstoffe sind mit denen der *Fucus-vesiculosus*-Alge zu vergleichen, wobei sie jedoch noch reicher an Jod ist.

DAS MEER IN DER KABINE



Frische Farbtöne, Muscheln und Meersalz lassen Urlaubsfeeling aufkommen

Tablett oder in der Vitrine, dazu leise Musik, die das Meeresrauschen und die frische Brise von Wind und Wellen widerspiegelt. So lässt sich die Energie des großen, weiten Meeres auch im kleinsten Institut effektiv nutzen!

Wer Thalasso im Institut anwendet, sollte zur Ergänzung und Unterstützung der Pflege auch für passendes Ambiente im Institut sorgen. Dies gelingt zwar schon automatisch durch die spezifischen Düfte der verwendeten Produkte („Toll, es riecht nach Meer), sollte jedoch auch von optischen und akustischen Elementen unterstützt werden.

Dazu ist kein großer Aufwand nötig: ein Poster mit Meeresimpressionen, Muscheln, Sand und getrocknete Algen arrangiert auf einem



... oder mit dem Handschuh



Die Algenpackung anrühren ...



... und mit dem Spatel auftragen

Rhodysterol, das aus der Rotalge *Gelidium cartilaginum* gewonnen wird, wirkt auf die Adrenalin-Rezeptoren, die sich an der Fettzelle befinden, und fördert die Fettspaltung.

Laminaria-digitata-Extrakt (Fingertang) ist reich an Spurenelementen (Jod!) und schwefelhaltigen Aminosäuren. Er fördert den Stoffwechsel sowie die Durchblutung und pflegt die Haut.

Aosain-Extrakt aus der Alge *Ulva lactuca* kräftigt schwache Fasern und stärkt das Bindegewebe.

Lithothamnion-Algen aus der Familie der Kalkrotalgen, remineralisieren und unterstützen vor allem in Verbindung mit Efeu die Gewichtsreduktion. Sie sind reich an Kalzium, enthalten aber auch einen nicht zu unterschätzenden Prozentsatz an Silizium, Magnesium, Kupfer und Zink.

Eine wesentliche Rolle für die Wirksamkeit von Anwendungen mit dem „Meeresgemüse“ spielen übrigens nicht nur die Auswahl der Algen und ihre richtige Zusammensetzung bzw. spezielle Mischung, sondern auch Ort und Art der Gewinnung sowie die Verarbeitung. Hier gibt es große Qualitätsunterschiede, was die biologische Wertigkeit und Wirksamkeit der Präparate angeht.

Der 10-Punkte-Plan

1. Zur besseren Versorgung des Gewebes servieren Sie Ihrer Kundin vor Beginn einen **Algendrink** – ein halbes Glas stilles Wasser vermischt mit einem Hydrolat aus sechs verschiedenen Meeresalgen. Da über die Wasserdampfdestillation im Kondensat kein Jod enthalten ist, kann dieser Drink auch Kundinnen mit Jodempfindlichkeit angeboten werden.

2. Um alle inneren Organe auf die nun folgende intensive Entschlackung vorzubereiten, folgt ein **Fußbad** mit einer Mischung aus atlantischem Meersalz mit Algenextrakten und Wacholderbeerenöl.

3. Parallel dazu erfolgt eine ausleitende **Nackentherapie**, die mit einer kurzen chinesischen Münzmassage beginnt.

4. Danach wird eine Mazeration von **Algen mit Efeu** eingegeben.

5. Um das Auflösen von lokalen Fetteinlagerungen zu unterstützen, eine Pflege aus marinen Mucopolysacchariden und Wacholderextrakten **einmassieren** (Bild 1, S. 28).

6. Ein **Peeling** der zu behandelnden Cellulite-Regionen schließt sich an, z.B. mechanisch mit Bürste (Bild 2, S. 28), Textilhandschuh (Bild 3) oder mit einem Meersalz, damit die Problemzonen optimal die Wirkstoffe der nun folgenden Packung aufnehmen können

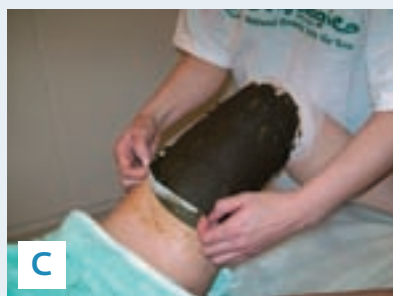
7. Für die **Fucus-Algenpackung** für Oberschenkel, Po und Bauch benötigen Sie ca. 200 g Algenpulver und 1.000 ml sehr warmes Wasser. Die Mischung kräftig schlagen, damit die Paste schön geschmeidig wird (Bild 4). Die Masse dann auf die betroffenen Stellen mit einem Olivenholzspatel gleichmäßig dick auftragen, beginnend mit der Rückseite, dann die Vorderseite (Bild 5). Anschließend mit **Folie umwickeln** (Bilder 6 und 7), zudecken und mindestens 30 Min. einwirken lassen.

Tipp: Achten Sie darauf, auch im Bereich der **Leber** genügend von der Packung aufzutragen und diese Partie zusätzlich mit einem Handtuch, einer Wärmflasche oder einem Kirschkerneisen abzudecken. Über die feuchte Wärme können die Leberkapillaren angeregt



QUICK-TIPP

Wenn's bei der Kundin mal schnell gehen soll, dann können Sie die Oberschenkel auch mit einer **Mullbinde** umwickeln (A), die **Algenpackung** darauf auftragen (B), einwirken lassen und das Ganze **schnell und einfach wieder abnehmen** (C). Kleine Reste des Algenbreis auf der Haut lassen sich anschließend im Nu entfernen.





6 Die Packung mit Folie umwickeln ...

werden und somit zu besserer Entschlackung führen.

8. Während der Einwirkungszeit der Algenpackung können Sie der Kundin zur Intensivierung **Salzsocken** anziehen, um über die Fußreflexzonen eine bessere Entschlackung zu erreichen.

9. Nach 30 Minuten wird die Folie entfernt. Die Algenpackung wird zunächst gründlich mit dem **Olivenzspatel** **abgenommen** (Bild 8) und dann mit einem Körperschwamm und warmem Wasser abgewaschen.

10. **Zum Abschluss** wird in dünner Schicht eine Creme aufgetragen, die u.a. Extrakte mehrerer Algen sowie Bambussprossmilch enthält und dabei hilft, Fettsammlungen zu verhindern.



7 ... und 30 Min. einwirken lassen

Die besten Ergebnisse werden natürlich bei kurmäßiger Anwendung erzielt (mindestens 10 Behandlungen). Denn klar ist: Algenanwendungen sind zwar hochwirksam, zaubern können sie innerhalb kurzer Zeit allerdings auch nicht.

Der Thalasso-Turbo

Deshalb empfiehlt Stefanie Kregel: „Kundinnen, die auf die Schnelle ihre Fettpolster loswerden und ihre Figur bikinitauglich machen wollen, sollten Sie gleich darüber informieren, dass sie selbst kräftig mithelfen müssen, wenn es klappen soll. Zum Beispiel durch begleitende Bäder in der eigenen Wanne und die passende Heimpflege, für die Sie das optimale Produktpaket gleich mitverkaufen (effektives Zusatzgeschäft!). Oder durch eine kleine **Thalasso-Gymnastik**, die zwar ungewohnt, aber vor allem gegen Cellulite hochwirksam ist. Das heißt: Algen-Packung auftragen, Leggings anziehen und ab zum Radeln auf den Hometrainer. Wer keinen hat, kann als Ersatz auch die allseits bekannte Gymnastikübung, Radfahren in der Luft' absolvieren.“

Wer dann noch Algen in seinen Speiseplan integriert (siehe Kasten links),



8 Abnehmen mit dem Spatel

leistet einen großen Beitrag dazu, dass Thalasso nicht nur als ganzheitliche Langzeitmethode, sondern – gemeinsam mit den professionellen Anwendungen im Institut – auch als Blitz-Kur zu einem beachtlichen Erfolg führen kann. Das positive Ergebnis sollte für die Kundin dann wiederum Anreiz genug sein, im nächsten Jahr vielleicht bereits früher etwas gegen ihre Problemzonen zu tun – oder sie erst gar nicht entstehen zu lassen.

Zeit, Kosten und Preise

Zeitlich müssen Sie für die Einzelbehandlung rund eine Stunde einkalkulieren. An Gesamtkosten kommen pro Behandlung ca. 11 Euro auf Sie zu. Berechnen können Sie der Kundin zwischen 50 und 76 Euro, je nachdem, ob Sie das Ganze mit oder ohne Fußbad, Nackenmassage und Leberwickel anbieten. Empfehlenswert ist auf jeden Fall ein Arrangement: 10 Behandlungen werden berechnet, die 11. ist dann umsonst.

„So bietet sich auch ausreichend Gelegenheit, die Kundin immer wieder neu auf die Wichtigkeit begleitender Heim Anwendung aufmerksam zu machen. Lassen Sie sich dieses Zusatzgeschäft nicht entgehen“, rät Stefanie Kregel. ■

Unterstützung von innen

Die Cellulite-Behandlung von außen sollte auf jeden Fall eine Unterstützung von innen erfahren. Köstliche **Algen-Gerichte** und **Nahrungsergänzung** sind angesagt. Hier steht inzwischen eine breite Palette an Präparaten zur Verfügung.

Doch Vorsicht: „Leider tummeln sich auf dem Markt der Nährstoffsupplemente zahlreiche Produkte, die den Anforderungen nicht ausreichend Rechnung tragen. Oftmals überschreiten sie sogar um ein Vielfaches die empfohlene **Tageshöchstdosis für die Jodzufuhr**. Wichtig ist deshalb, dass die Nahrungsergänzungsmittel aus verantwortungsbewussten Laboratorien stammen, um die Gefahr von falschen Dosierungen und Verunreinigungen zu vermeiden“, betont dazu Algen-Expertin Agnes Kling-Schlicker. Sie bildet seit vielen Jahren Therapeuten und Kosmetikerinnen in der Thalasso-Thematik aus und weiter. Detaillierte Infos dazu unter www.thalassoplus-akademie.de



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 Besonnenung.