

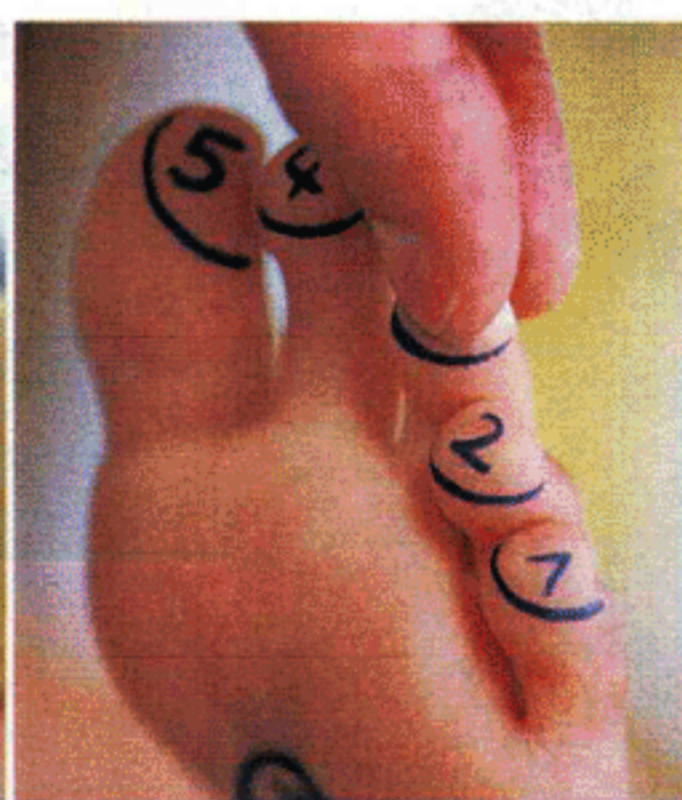
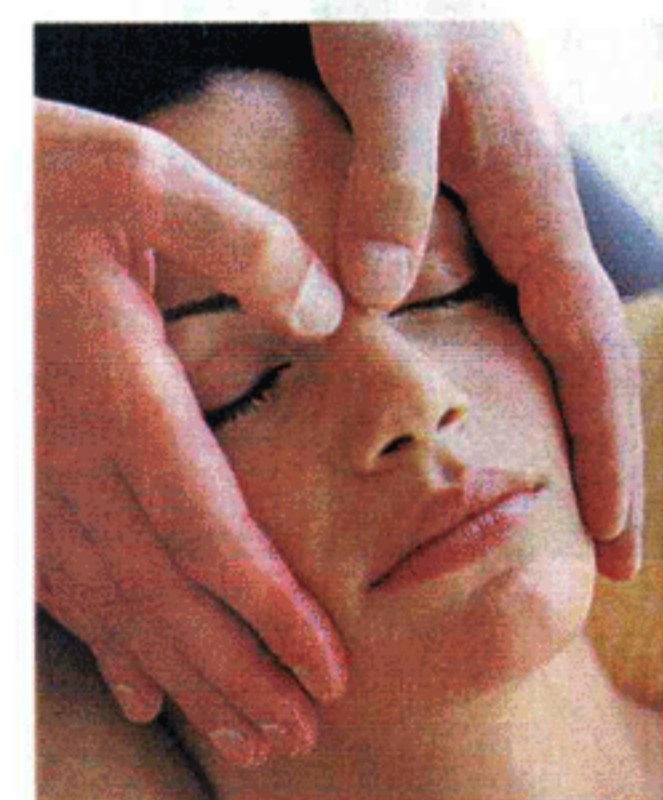


Je ein Gästepaar wohnt in den zum See gelegenen Rundhäusern. Der Panoramablick trägt zur Erholung bei

Im Süden Schwedens, von Wäldern und Seen umgeben, liegt die **Wohlfühloase Body & Soul** – die ideale Umgebung, um mit naturtherapeutischen Konzepten Körper und Seele wieder in Einklang zu bringen

Durchatmen und fallenlassen: Die Erholung beginnt im Body & Soul schon bei der Ankunft. Harmonisch schmiegen sich die Rundhäuser an die Uferböschung des kristallklaren Sees, und in der saftiggrünen Landschaft scheint der frische Wind die Alltagsorgen wegzublasen. Für den sofortigen Entspannungs-Kick sorgt aber auch Ekkehart Neumann, Wahlschwede und gebürtiger Hamburger: Er begrüßt alle neuen Gäste mit einer Willkommensmassage. Sie dient dem Kennenlernen und der Einschätzung individueller Bedürfnisse: „Ich versuche, das Repertoire meiner Massagen auf die Person auszurichten – wie hart oder

Abenteurer



Die Akupressur von Kopf und Gesicht hilft, Energie-stauungen zu lösen (1.), die Massage der Fuß-reflexzonen 1 bis 5 kann starke Kopfschmerzen lindern

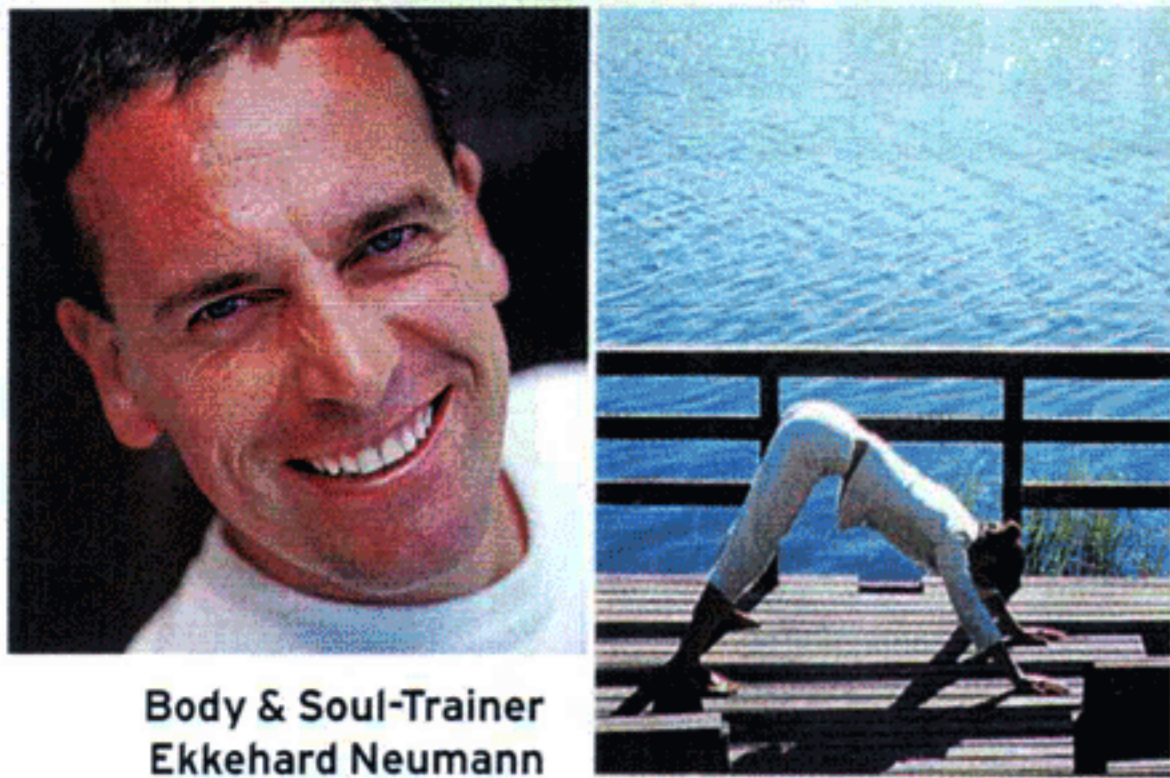
Nach der Behandlung ist es besonders wichtig, dem Körper Ruhe zu gönnen. Die Muskeln brauchen Zeit, um sich neu zu stärken



sanft sie es mag, wo es schmerzt oder besonders wohltut. Außerdem dient sie der Vertrauensbildung.“ Im Verlauf des Wellness-Aufenthalts steht Neumann „im Prinzip rund um die Uhr“ zur Verfügung, die Intensität der Betreuung können die Gäste – maximal vier zugleich – selber bestimmen.

Personal Coaching nennt der staatlich geprüfte Masseur, der 15 Jahre lang weltweit Erfahrung als Energy Balancer und Entspannungstherapeut gesammelt hat, sein Konzept der Stressbewältigung. Und das beinhaltet mehr als nur professionelle Massagen, gesunde Ernährung, ungetrübte Natur und klare Luft. Im Therapiezentrum der Neumannschen Wohlfühlhäuser soll auch die Seele intensive Streicheleinheiten erfahren.

Asiatische Heiltherapien arbeiten seit jeher nach der Auffassung, daß Körper, Geist und Seele über Energiebahnen miteinander verbunden sind – und daß jede Verspannung den Energiefluß behindert. ➔



Body & Soul-Trainer
Ekkehard Neumann

Am Ufer des
Pickelsees sorgen
Gymnastik,
Stretching und Yoga
für neue Energie -
und gute Laune

Hier setzt Ekkehard Neumann mit seinem Balancing-Konzept an. Zunächst aber müssen die Ursachen des gestörten Gleichgewichts aufgedeckt werden – und die sind bei jedem Menschen anders. Individuelle Problemlösungen stehen darum immer im Vordergrund.

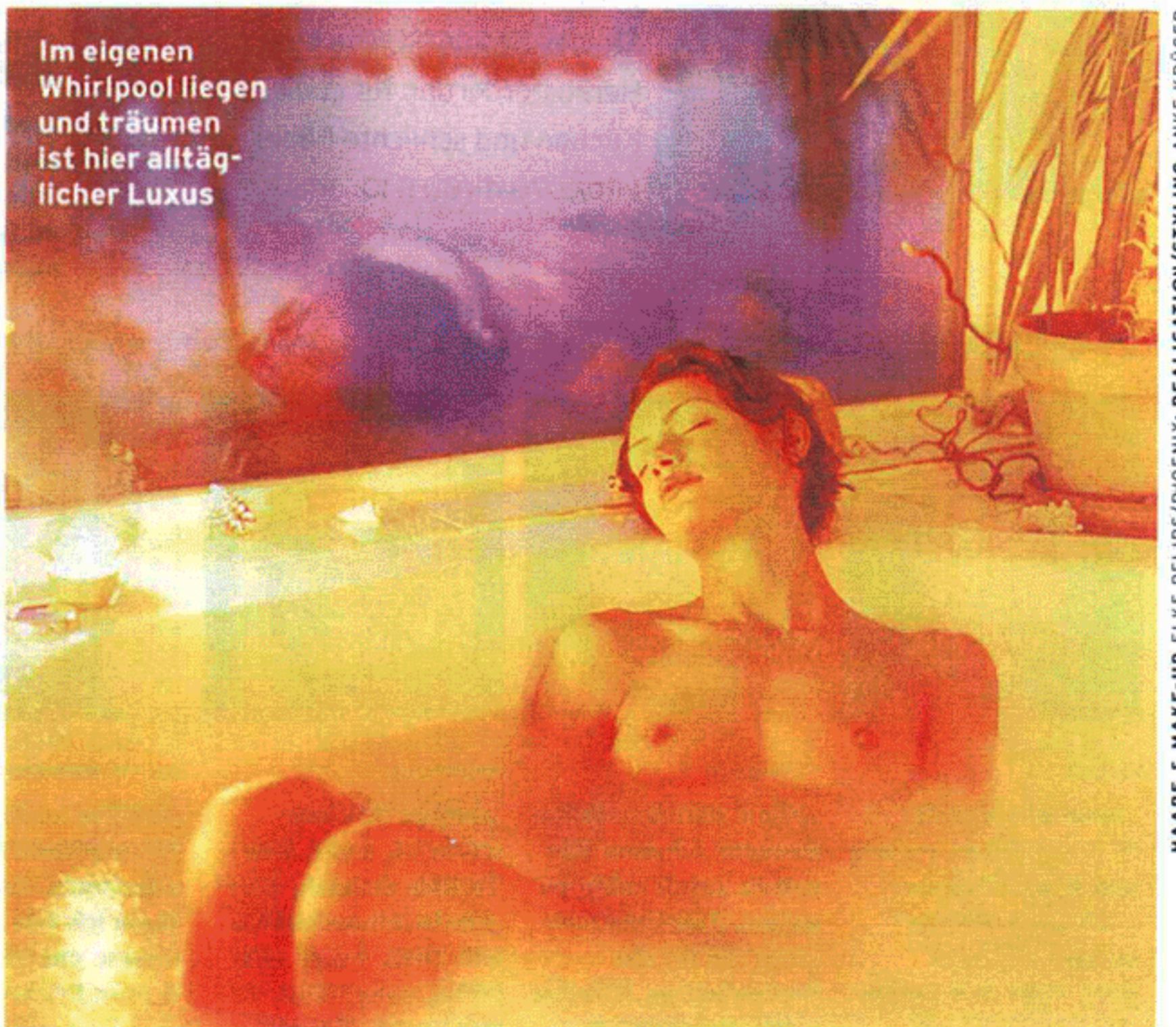
Wer zum Beispiel nur träge herumliegen will, braucht dabei kein schlechtes Gewissen zu haben – Faulenzen ist Teil des therapeutischen Gesamtkonzepts: „Das Besondere unserer Ruhetempel ist ihre Rundform“, erklärt Neumann: „Die Panoramafenster geben den Blick frei aufs Wasser, innen üben helles Holz, energispendender Lichteinfall und weiche Orange- und Gelbtöne eine beruhigende



Tandemausflüge erfrischen
Körper und Geist. Anschließend
eine Massage - und der Gast
entrückt der Wirklichkeit

Barfuß die Struktur der Steine ertasten, die Atmung bewußt wahrnehmen, dem Körper **Freiheit** und Streicheleinheiten gönnen – so löst sich Stress ganz sanft

Wirkung auf die Sinne aus.“ In den anliegenden Behandlungsräumen verläßt man dann die Realität für kurze Zeit und entschwebt per Fuß-, Chakren-, Hand- oder Kopfmassagen in ein Gefühl der Schwerelosigkeit. In einen Frieden, den weder festgelegte Behandlungsabläufe noch Animationsprogramm stören. Alles ordnet sich den Wünschen des Gastes unter – das allein mutet schon paradiesisch an.



Im eigenen
Whirlpool liegen
und träumen
ist hier alltäg-
licher Luxus

HAARE & MAKE-UP ELKE PFLIPS/PHOENIX; REALISATION/STYLING ANKE KRÜGER

Weitere Informationen gibt das Body & Soul-Team, Snapphanevägen 10, S-28022 Vittsjö, Schweden. Tel. und Fax 00 46/ 45 12 33 44. ❄️

TEXT: ALKE VON KRUSZYNSKI