



Das Day-Spa „Ono“ (r.) bietet nicht nur sensationelle Massagen, allein der Ausblick über die Dächer Berlins tut gut.

## Darf man das Öl nach der Massage abwaschen?

Sie fühlen sich nach einer Massage wie eingebuttert? Natürlich können Sie überflüssiges Öl abwaschen, ohne dass die Haut gleich wieder austrocknet. Dafür aber kein Duschgel verwenden, es enthält fettlösende Tenside. Die Alternative, um das wohlige Gefühl des „Eingehülltseins“ zu bewahren: Überschüssiges Öl mit einem Handtuch abtupfen.

Lymphdrainage mit Elementen der Akupressur sowie der Fußreflexzonenmassage kombiniert werden.

50 Minuten 64 Euro.

„Wohlfühlhotel Alte Rebschule“, Theresienstraße 200, 76835 Rhodt unter Rietburg, [www.alte-rebschule.de](http://www.alte-rebschule.de)

## TEE INKLUSIVE

Muriel Damanet verwöhnt in ihrem kleinen Studio mit individuellen Aromamassagen, für die sie vor allem Produkte von L'Occitane verwendet. Die Frau stammt aus Belgien, wo sie auch ihre Ausbildung als Masseurin gemacht hat. Ihr Abschluss wird in Deutschland nicht anerkannt, deshalb darf sie keine medizinischen Massagen anbieten. Umso charmanter ist Muriel Damanet als Gastgeberin: Ohne eine Tasse Tee geht niemand nach Hause. 60 Min. (plus 30 Min. für den Tee) 75 Euro. *Essentia Massage, Hirschstraße 16, 76530 Baden-Baden, Tel. 07221 948273*

## FEIERABEND-BEAUTY

In dem edel designten Concept Store kann man Dr.-Sebagh-Kosmetik kaufen – oder gleich vor Ort das entsprechende Facial mit Gesichtsmassage buchen. Inhaberin (und Kosmetikerin) Julia Krojer schwört u. a. auf die „Deep Exfoliating Mask“. Danach ist die Haut herrlich glatt und mit viel Feuchtigkeit versorgt. Hat bis 19 Uhr geöffnet, also optimal für Berufstätige!

90 Minuten 90 Euro.

*Krojer & Gawlitta, Sophienstraße 14, 70178 Stuttgart, [www.krojer-gawlitta.de](http://www.krojer-gawlitta.de)*

## PLZ 80000

### HAWAIIANISCHES KNETEN

Manche nennen sie die Lomi-Lomi-Queen: Cornelia Miller hat die Massage nicht in irgendeinem Wellness-Center gelernt, sondern im Herkunftsland Hawaii. Ihre Fingerkuppen spüren sofort, was der Körper gerade braucht. Nach zwei Stunden Kneten, Streichen, Reiben und Ölen zu hawaiianischen Klängen fühlt man sich wie neugeboren.

120 Minuten 150 Euro.

„Parkhotel Frank“, Sachsenweg 11, 87561 Oberstdorf, [www.parkhotel-frank.de](http://www.parkhotel-frank.de)

### ADIEU, VERSPANNUNG

Mit sehr viel Kraft und Körpereinsatz macht Heribert Mitsch osteopathische Behandlungen, die es in sich haben. Aus jedem Körper löst der Heilpraktiker noch die kleinste Verspannung. Dabei mischt er Osteopathie mit anderen Therapien. Es sind einem in der Praxis schon Leute begegnet, die für ein Treatment extra aus Berlin angereist sind.

60 Minuten 100 Euro.

*Praxisgemeinschaft Gern, Grasse, Hanisch, Mitsch, Gerner Str. 7, 80638 München, Tel. 089 17998250*

### EXTRA ENTWICKELT

„Schloss Elmau“ ist ein Traum: die Lage in den Bergen, die beeindruckende Architektur – und natürlich der Wellness-Bereich mit der Physio-Relaxmassage, die Spa-Direktorin und Medizinerin Imke König höchstpersönlich entwickelt hat. Dabei kombiniert sie sanfte Dehnung mit Druckgriffen an der Wirbelsäule und intensiver Massage der Beine und Füße.

45 Minuten 83 Euro.

„Schloss Elmau“, 82493 Elmau, [www.schloss-elmau.de](http://www.schloss-elmau.de)

### ES GEHT AUCH ANGEZOGEN

Sich fast nackt einölen zu lassen ist nicht jedermanns Sache. Dafür hat Dodi, Indonesier und Profi in Sachen Thai-Massage, vollstes Verständnis: Er massiert ohne Öl, die Kunden tragen leichte Baumwollanzüge. Zur Sache geht's trotzdem: Dodi biegt und dehnt, was das Zeug hält. Es geht immer noch ein Stückchen weiter, als man denkt. Nach einer Stunde fühlt man sich wie nach einem Yoga-Intensivkurs: völlig fertig – aber entspannt und glücklich.

60 Minuten 90 Euro.

„Aiyasha“, Perusastraße 5, 80333 München, [www.aiyasha-spa.de](http://www.aiyasha-spa.de)

## Magische Hände gesucht

■ **Sympathie Treatments** sind etwas sehr Intimes, schließlich wird man am ganzen Körper durchgeknetet. Wer dem Masseur also am liebsten nicht mal die Hand geben würde, ist beim falschen. Der Entspannungsfaktor wäre gleich null.

■ **Reden** Beim ersten Besuch sollte der Masseur erklären, was er mit Ihnen anstellt, und fragen, ob Sie es angenehm finden. Sonst bitte Ruhe, schließlich sind Sie nicht zum Quatschen da.

■ **Einfühlungsvermögen** Ein guter Masseur spult nicht stur sein Programm ab, sondern erkennt Ihre Bedürfnisse, ohne dass man ihn darum bitten muss.