

# annabelle

WELLNESS 13/08



## Spa-Stadt Zürich

Wellnessangebote im Vergleich. annabelle hat 19 Adressen für die verschiedensten Ansprüche getestet.

### Amasko

Massage & Kosmetik  
 Talstr. 82 (bei Sihlporte)  
 8001 Zürich  
 Tel. 043 810 08 08  
[www.amasko.ch](http://www.amasko.ch)  
 Mo-Fr 8-19, Sa 8-16 Uhr

*Getestete Treatments: Anti-Cellulite-Behandlung Endermologie mit Cellu M6, 45 Min. 100 Fr., Algenpackung plus Eincremen, 60 Min. 155 Fr.*

**Alles für die äussere und innere Schönheit.** Die drei Behandlungsräume, der Ruheraum und die Terrasse mit Ausblick wirken sehr gepflegt. Fünf Kosmetikerinnen mit spezifischer Weiterbildung sind hier beschäftigt. Als Anti-Cellulite-Behandlung empfiehlt Michelle Ngo das Endermologie-Verfahren mit dem Cellu M6 sowie eine entschlackende Algenpackung. Cellu M6 ist ein Gerät, das das Bindegewebe stimulieren soll. Blutzirkulation und Lymphsystem werden angeregt. **Die Behandlung ist entspannend, ebenso die Algenpackung, die man warm eingepackt geniesst.** Zum Schluss wird eine Feuchtigkeit spendende, straffende Crème aufgetragen. Das Versprechen von neu modellierten Körperkonturen und einer festeren Haut soll nach 15 Sitzungen sichtbar sein.

**Tipp:** Auch Männer finden hier zu einer neuen Body-Form.

### Institut Clarins

Rennweg 35  
 8001 Zürich  
 Tel. 044 222 12 85  
 Mo-Fr 8.30-20, Sa 8.30-16 Uhr

*Getestetes Treatment: Verwöhnprogramm «Sanftes Peeling aus dem Land der aufgehenden Sonne» (Körper) und «Regeneration aus Bayern» (Gesicht), 180 Min. 350 Fr.*

**Auf den Spuren der Pflanzen.** In den fünf Räumen sieht man den Himmel auf Erden. Er ist auf die Decken gemalt, in lichtem Blau mit luftigen Wolken. Das Team um Chefin Maggy Nellen besteht aus sechs eidgenössisch geprüften Kosmetikerinnen, die zudem alle auf die Clarins-Behandlungen spezialisiert sind. Das Körperpeeling basiert auf Bambuspuder und Moringaextrakt, die für ihre antioxidative Wirkung bekannt sind. **Die Haut ist nach dem Duschen pfirsichzart.** Bei der Massage wird ein entschlackender Wirkstoffcocktail aufgetragen. So

sollen Lymphfluss und Blutzirkulation angeregt werden. Die Gesichtsbehandlung ist ebenso entspannend. Nach einem leichten Peeling gibts eine Anti-Aging-Behandlung mit Vitamin-D-reichen Hopfenextrakten. Danach fühlt man sich jugendlich frisch.

**Auch zu empfehlen:** «Peeling aus dem Land der Pharaonen» mit einem 100 Prozent natürlichen Mix aus Färberdistel, Camargue-Salz und Ananas-Enzymen, 60 Min. 100 Fr.

### Praxis für Podologie Josy Ganz

Uraniastr. 22  
8001 Zürich  
Tel. 044 242 46 68  
Mo-Fr 9-17 Uhr

*Getestetes Treatment: Medizinische Fusspflege, 60 Min. 120 Fr.*

**Den Füssen Gutes tun.** Die Praxis von Josy Ganz ist Teil einer Gemeinschaftspraxis in einem Ärztehaus. **Die Atmosphäre betont den professionellen, eher medizinischen als rein kosmetischen Ansatz in Bezug auf Fusspflege.** Josy Ganz ist eine One-Woman-Show: Sie begrüsst mit Namen und sehr freundlich. Die Atmosphäre ist sehr persönlich. Der Ablauf der Pédicure ist von einer Einfachheit, wie sie nur aus der Professionalität einer Podologin entsteht. Die Nägel werden geschnitten, die Hornhaut entfernt und die Nägel je nach Wunsch lackiert. Auf ein Fussbad wird verzichtet. Danach fühlt man sich rundum gepflegt und gut aufgehoben. Kleinere Wehwechen sind weg, grösseren Beschwerden wird vorgebeugt. Das Ergebnis ist perfekt, und man freut sich bereits wieder aufs nächste Mal.

**Tipp:** Josy Ganz verfügt über eine solide Allgemeinbildung in Sachen alternative Behandlungsmethoden und erweist sich in diesem Bereich als Vertrauensperson.

### Beauty & Wellness Oasis

Löwenstrasse 53  
8001 Zürich  
[www.beautyoasis.ch](http://www.beautyoasis.ch)  
Mo-Fr 9-18.30 Uhr oder nach Vereinbarung, Sa nach Vereinbarung

*Getestetes Treatment: Hot-Stone-Ganzkörpermassage, 75 Min. 150 Fr.*

**Ferienfeeling in der Grossstadt.** Inhaberin Christa Schellenberg beschäftigt eine weitere ausgebildete Kosmetikerin sowie eine Lernende. Beide Kosmetikerinnen bilden sich regelmässig in Massagetechniken weiter. Die Atmosphäre ist offen und herzlich. Der Behandlungsraum ist ganz in Orange gehalten und in gedämpftes Licht getaucht. Es duftet nach ätherischen Ölen. Für die Behandlung bekommt man einen Einwegslip. Christa Schellenberg erklärt den Ablauf und macht darauf aufmerksam, dass sie beim Massieren nicht spricht. Die Behandlung beginnt mit sanften Streichbewegungen über einem Frotteetuch. Es folgt eine Ölmassage von den Füssen bis zum Hals und den Armen. Nun kommen die Hot Stones zum Einsatz: **Warme, in Öl getauchte Steine gleiten über den Körper und lösen Verspannungen.** Fast schwerelos bleibt man dann noch zehn Minuten eingehüllt und nach Öl duftend liegen.

**Auch zu empfehlen:** Körpermassagen Hot Chocolate, 75 Min. 170 Fr., und Herbal Siam, 75 Min. 140 Fr.

### Roma Beauty and More

Rennweg 46  
8001 Zürich  
Tel. 044 221 24 00  
[www.roma.ch](http://www.roma.ch)  
Mo-Fr 9-14/15-19, Sa 9-17 Uhr

*Getestetes Treatment: Pédicure mit Fussbad und Massage, inklusive Farblack, 60 Min. 99 Fr.*

**Wieder einmal wie auf Wolken gehen.** Liebevoll arrangierte Blumen schmücken die moderne Einrichtung. Wände in zartem Vanille stehen in schönem Kontrast zum dunkelbraunen Boden. Die Atmosphäre innerhalb des vierköpfigen Teams ist herzlich. Von der lebenswürdigen Gloria Meo bekommen die müden Füsse zuerst ein lauwarmes Fussbad und ein Peeling. Professionell formt die Kosmetikerin nun die Nägel. Nachdem die Füsse von verhornten Stellen befreit sind, folgt der dekorative Teil. **Durch die vierschichtige Lackierung erstrahlen die Nägel in neuem Glanz.** Ein spezielles Öl sorgt dafür, dass die Nagelhaut nicht so schnell nachwächst. Zum Schluss gibts eine Massage mit köstlich duftender Crème.

**Auch zu empfehlen:** Kombi-Treatments für Gesicht und Körper (auch für Männer), 120 Min., Chi Yang 205 Fr., Ayurveda 221 Fr.

### Glamazons

Florastr. 21  
8008 Zürich  
Tel. 079 236 33 02 (Susanne Gottet)  
[www.glamazons.ch](http://www.glamazons.ch)  
Termine nach Vereinbarung

*Getestetes Treatment: Pédicure mit Fussbad, Peeling, Massage und Lackierung, 60 Min. 80 Fr.*

**Kompetente, persönliche, individuelle Behandlungen.** Das Institut befindet sich in einer Altbauwohnung mit schönen Parkettböden. Das Interieur ist in dezentem Weiss gehalten. Das Team besteht aus drei Frauen, alles Mütter, die je auf einem Fachgebiet ausgebildet sind und sich darin zu Spezialistinnen entwickelt haben. Susanne Gottet befasst sich mit Manicure und Pédicure, Brigitte Otto ist für Hair und Make-up zuständig, Tanja Guye für Kosmetik und Massagen. Die Begrüssung ist relaxed und persönlich. Susanne Gottet offeriert ein Getränk nach Wahl und die neuesten Zeitschriften. Wenn man mag, wird auch einfach geplaudert. **Das Fussbad mit Aroma nach Wahl ist eine Wohltat.** Nach der klassischen Pédicure wird die Haut mit einem Öl-Meersalz-Peeling verfeinert und mit einer Feuchtigkeitspflege verwöhnt. Nach einer kurzen Fussmassage werden die Nägel lackiert, wahlweise im Glamour- oder Nude-Look. Die Füsse sind nun ein echter Hingucker, am liebsten würde man Sandaletten tragen bis zum ersten Schnee.

**Auch zu empfehlen:** Gesichtsbehandlung bei Tanja Guye (Tel. 079 750 42 60), 80 Min. 170 Fr.

Hamam Münstergasse

Fitnesspark  
Blaufahnenstr. 3  
8001 Zürich  
Tel. 044 259 81 82  
[www.fitnesspark.ch](http://www.fitnesspark.ch)  
Mo-Fr 8-21.45, Sa/So 9-19.45 Uhr

*Getestetes Treatment: Malika, Entspannungsmassage mit Seifenschaum oder Öl, Rhassoul, Kopfmassage und Gesichtsbehandlung, 50 Min. 150 Fr.; Malika wird mit dem Hamambesuch verbunden, das Ganze dauert ca. drei Stunden.*

**M-Budget im Hamam.** Die Eingangszone wirkt etwas nüchtern. Ganz anders der Hamam-Bereich: Orientalische Leuchten hüllen die Katakomben in warmes Licht. **Man hört Wassergeplätscher und leises Gemurmel.** In der Hochsaison (Oktober bis April) sind hier fünfzig Masseure und zwölf Hamam-Meisterinnen beschäftigt. Mit einem Peelinghandschuh begibt man sich auf den Rundgang. Der Körper ist durch den Pestemal, ein rot-weiss kariertes Tuch, bedeckt. Nach den Reinigungsritualen und dem Besuch des Rhassoul-Raums bittet die Masseurin zum Malika. Die entspannende Ölmassage vereint Techniken wie Klassische Massage, Hot Stone und Lomi Lomi. Es folgen Kopfmassage und Gesichtsbehandlung. Im Camekan (Ruheraum) lässt man das Erlebnis schliesslich bei orientalischen Köstlichkeiten und Tee ausklingen. Gut zu wissen: Die Ölmassage findet in einem Raum mit vier Massagebetten statt.

**Tipp:** Hamam-Eintritt ohne Rhassoul-Raum, inkl. Pestemal, Peeling-Handschuh und Tee, 40 Fr.

### Apsara Spa

Bahnhofstrasse 66 (Bally-Haus)  
8001 Zürich  
Tel. 043 495 64 64  
[www.apsara-spa.ch](http://www.apsara-spa.ch)  
Mo-Sa 10-21, So 10-18 Uhr

*Getestete Treatment: Sesame Purifier, Peeling für die trockene Haut, 45 Min. 170 Fr.; Apsara-Signature-Massage (verbindet Techniken der königlich-thailändischen Massage mit der Wirkung reiner ätherischer Öle), 60 Min. 210 Fr.*

**Kurzurlaub an der Bahnhofstrasse.** Die grosszügigen Räume mit geschmackvoller Einrichtung im thailändischen Stil laden zum Verweilen ein. Das Team von Natalie Becher umfasst 13 Therapeutinnen, alle aus Thailand stammend, mit fachlicher Kompetenz. Auf den Willkommenstee mit Honig, der auf einem Tablett mit Orchideenblüten und Erfrischungstuch serviert wird, folgt das rituelle Fussbad. Mit Slippers an den Füssen geht es in den Behandlungsraum. Bademantel, Einwegslip und Duschhaube stehen zur Verfügung. Frau Sirinthip trägt zuerst den Sesame Body Purifier auf, ein Körperpeeling mit gemahlenem schwarzem Sesam. Die Apsara-Signature-Massage sensibilisiert dann die Sinne bereits durch den reinen Öle. Sanftes Kneten der Muskeln und Bänder baut Spannungen ab und führt zu einem **wunderbar freien Wärme- und Energiefluss.** Beendet wird die Ganzkörpermassage mit einer Gesichts- und Kopfhautmassage. Zum Tee in der Relax-Lounge erhält man eine Wärmepackung im Nackenbereich, und mit einer zart duftenden Crème werden die Hände eingecremt. Man fühlt sich auf Wolke sieben.

**Auch zu empfehlen:** Thai Herbal Heat Revival, 90 Min. 295 Fr.

### Vanity the Art of Beauty

Bleicherweg 17  
8002 Zürich  
Tel. 044 211 22 25  
[www.vanity.ch](http://www.vanity.ch)  
Mo-Mi 9-18.30, Do 9-20  
Fr 8-18.30, Sa 8-16 Uhr

*Getestetes Treatment: Manicure inklusive Farblack, 60 Min. 75 Fr.*

**Einfach entspannend.** Die hellen Räume wirken gepflegt, Kosmetik- und Coiffure-Bereich verströmen eine einladende Atmosphäre. Im Kosmetikteam sind neun Personen tätig, davon fünf ausgebildete Kosmetikerinnen mit Fähigkeitszeugnis. Die Manicure durch Esma Kadri zeugt von Professionalität, die Beratung ist kompetent. **Die Nägel werden perfekt in Form gebracht, und die aufgeweichte Nagelhaut wird sorgsam entfernt.** Nach dem Polieren der Nagelplatte folgt die klassische Lackierung mit Grundlack, zweimal Farblack und transparentem Decklack. Die entspannende Massage tut einfach gut, und die Hände wirken wieder top gepflegt.

**Auch zu empfehlen:** Antistress-Körperbehandlung mit Algen, 60-90 Min., ab 145 Fr.

### Globus Beauty & Spa

Globus Zürich Bahnhofstrasse (1. Stock)  
Schweizergasse 11  
8001 Zürich  
Tel. 044 226 62 10  
[www.globus.ch](http://www.globus.ch)  
Mo-Fr 9-20,  
Sa 9-17 Uhr

*Getestetes Treatment: Pantai Luar, altostasiatische Massage mit Kräuterstempeln, Ganzkörpermassage, 60 Min. 180 Fr. (Teilkörpermassage, 30 Min. 110 Fr.)*

**Eintauchen - geniessen.** In der überschaubaren Oase mit Fernost- Touch wird man von Spa-Manager Gregor Schulz zuvorkommend und mit einem Willkommensdrink begrüsst. Drei medizinische Masseurinnen mit Zusatzausbildung und drei Kosmetikerinnen stehen in den sechs Behandlungsräumen im Einsatz. Tamara Bürki hat die Frucht-Kräuter-Stempel für die Massage im Wasserdampf quellen lassen und anschliessend in 120 Grad heisses Öl eingelegt. Nachdem man es sich auf der Liege bequem gemacht hat, wird der Körper mit einem erlesenen Kräuteröl einmassiert. **Die heissen Kräuterstempel werden nun kurz entlang den Energiebahnen aufgedrückt.** Sind die Stempel auf Körpertemperatur abgekühlt, werden sie mit sanftem Druck über dieselben Energiebahnen gestrichen. Pantai Luar bedeutet so viel wie «auf zu neuen Ufern», und genau so fühlt man sich nun: himmlisch gut, wohligh durchwärmt und ausgeglichen.

**Auch zu empfehlen:** Pantai-Herbal-Gesichtsmassage, 45 Min. 110 Fr.

### Always-Beauty

Brandschenkestr. 53  
8002 Zürich  
Tel. 043 817 67 00  
[www.always-beauty.ch](http://www.always-beauty.ch)  
[www.xtremelashes.ch](http://www.xtremelashes.ch)  
Mo-Fr 10-19, Sa 10-16 Uhr

*Getestetes Treatment: Wimpernverlängerung (Xtreme Lashes), 30 Wimpern pro Auge, total 280 Fr.*

**Schönheit ohne Skalpell.** In eleganter Ambiente heisst Besitzerin Oxana Uhlmann die Besucherin willkommen. Gemeinsam mit einer zweiten ausgebildeten Kosmetikerin bietet sie eine umfassende Palette von Gesichts- und Körperbehandlungen an, die natürliche Schönheit und ganzheitliches Wohlbefinden in den Mittelpunkt stellt. Nach kompetenter Information über den Ablauf der Wimpernverlängerung beginnt Oxana Uhlmann mit der Behandlung, die schmerzlos und entspannend ist. **Relaxed auf eine Liege gebettet, der sanften Musik lauschend, schliesst man für knapp neunzig Minuten die Augen, während die Kosmetikerin Wimper für Wimper einzeln appliziert.** Das Resultat sieht sehr natürlich aus. Die Wimpern sind nun in der Regel für sechzig bis neunzig Tage verlängert und verdichtet.

**Auch zu empfehlen:** Anti-Aging-Sauerstoff-Therapie für Gesicht und Décolleté, 90 Min. Spezialangebot 220 statt 280 Fr. (bis November 2008).

### Labo Spa

Talacker 41  
8001 Zürich  
Tel. 043 497 34 40  
[www.labospa.ch](http://www.labospa.ch)  
Mo-Fr 10-21, Sa/So 9.30-19.30 Uhr

*Getestetes Treatment: Ultimate, umfassende Gesichtspflege mit natürlichen Aromen, inklusive spezieller Tiefenreinigungsbehandlung mit fünf exklusiven Reinigungsphasen, 90 Min. 200 Fr., kann mit Augenpflege (30 Min. 50 Fr.) und Décolletébehandlung (30 Min. 50 Fr.) kombiniert werden.*

**Have a Break.** Dunkles Holz, helle Vorhänge, sanfte Musik. Designerliegen und Kerzenlicht im Cocooningroom. Das lädt förmlich dazu ein, den Alltag abzustreifen. Umhegt und gepflegt wird man von einem Team von gegen zwanzig top ausgebildeten Kosmetikerinnen, die über die klassische Schule hinaus die speziellen Behandlungen des Hauses beherrschen. Desirée ist es dieses Mal. Sie eröffnet das Verwöhnprogramm mit einer Reihe von Peelingschritten, mit anschliessendem Ausreinigen der Haut inklusive Waxing der Augenbrauen. Die Tiefenmassage des Gesichts fühlt sich wunderbar an. **Während die Maske einwirkt, kann man sich wahlweise Hände oder Füsse massieren lassen.** Wer diese Behandlung einmal erfahren hat, wird sie sich immer wieder gönnen. Denn die Haut intensiv reinigen und etwas aufpäppeln, gerade nach zu viel Sonne, macht nicht nur schön, sondern auch glücklich.

**Auch zu empfehlen:** Regelmässig zur Manicure und die Nägel mit einem Lack von Opi lackieren lassen, die Farbpalette ist riesig.

### Jasmin Gueng Kosmetik

Waldmannstr. 10  
8001 Zürich  
Tel. 044 251 86 35  
[www.mybeautystudio.ch](http://www.mybeautystudio.ch)  
Mo-Fr 8-19 Uhr

*Getestetes Treatment: Luxusgesichtsbehandlung mit Peeling, Ampulle, Massage, Wimpern- und Brauenfärben oder Hand-/Fussmassage und Spezialmaske, 90 Min. 200 Fr.*

**Wellness pur fürs Gesicht.** Klein, aber fein präsentieren sich die zwei Behandlungsräume. Jasmin Gueng, Kosmetikerin mit eidgenössischem Fähigkeitszeugnis und Lehrmeisterprüfung, teilt sich das Studio mit Geschäftspartnerin Margrit Märki, die als Spezialgebiete Permanent-Make-up und das Schrammek-Peeling nennt. Eine Praktikantin und eine Lernende vervollständigen das Team. Den Auftakt der Behandlung bildet eine gründliche Reinigung, verbunden mit einer Hautanalyse. Die Hände tauchen in ein Paraffinbad. Nach dem Brauenzupfen gibt es ein Peeling. **Der Photon-Laser regt mit Infrarot die Zellregeneration an.** Danach kriegen Gesicht und Décolleté eine lymphstimulierende Massage. Vor der Aloe-Vera-Collagen-Maske werden die Wimpern gefärbt. Die Einwirkzeit von Maske und Wimpernfarbe wird mit einer Handmassage überbrückt. Mit einer reichhaltigen Gesichtscrème endet die Behandlung. Die Haut wirkt praller und frischer.

**Auch zu empfehlen:** Bodyform/Kräuterwickel zur Entschlackung, 60 Min. 100 Fr.

### The Dolder Grand Spa

Kurhausstr. 65  
8032 Zürich  
Tel. 044 456 60 00  
[www.thedoldergrand.com](http://www.thedoldergrand.com)  
Mo-So, allgemein 7-22, Behandlungen 9-21 Uhr  
Zutritt haben Gäste des «Dolder Grand», Spa Club Members und Day-Spa-Gäste

*Getestete Treatments: Gesichtsbehandlungen European Classical Facial by Kerstin Florian 235 Fr., Comforting Lavender Facial 185 Fr., The Grand Manicure by Kerstin Florian 120 Fr.*

**Entspannen, regenerieren, geniessen.** Das 4000 Quadratmeter grosse Spa ist ein Hideaway der Superlative. **Auffallend das schicke Styling der Kabinen.** Vor allem das der Partnerlogen. Einladend sind auch der Superpool und der Fitnessbereich. Das Dolder ist absolut State of the Art, sein Spa-Team top. Die klassische Gesichtsbildung beginnt mit einer gründlichen Ausreinigung, gefolgt von Peeling, Massagen und Maske. Das Lavender Facial ist so entspannend, dass man dabei gleich einschlafen könnte. Einfach fantastisch! Die Manicure erweist sich als rundum pflegend, sanft und dennoch gründlich. Und natürlich werden die Nägel mit Lack veredelt. Nach diesem Spa-Aufenthalt fühlt man sich wie auf Wolken. Ab sofort will man das Erlebnis auch seinen Freundinnen und Freunden schenken. Und immer wieder sich selbst.

**Auch zu empfehlen:** La Prairie Pure Gold Radiance Facial, 90 Min. 250 Fr.

### Schminkbar

Beatengasse 9  
8001 Zürich  
Tel. 043 333 08 08  
[www.schminkbar.ch](http://www.schminkbar.ch)  
Mo 11-20, Di-Fr 9-20, Sa 9-17 Uhr

*Getestetes Treatment: Typgerechtes Tages-Make-up, 30 Min. 60 Fr.*

**Verwöhnprogramm im Doppel.** In den hellen Räumen mit ihrem asiatischen Touch wird die erquickende Symbiose von Kosmetik und Gastronomie gepflegt: Man geniesst feine Häppchen und Getränke und lässt sich gleichzeitig verschönern. Ob Hairstyling, Pflege, Massage oder Make-up ? ein kompetentes Team von gegen zwanzig Personen kümmert sich um jeden Wunsch. Dem Bedürfnis nach einem Tages-Make-up kommt Lia Petri nach. Ihr geschulter Blick sieht gleich, ob man es eher extravagant oder schlicht mag. Die Grundierung passt perfekt zum Hautton. Die Basis des Augen-Make-ups besteht aus dünn aufgetragenem Concealer und etwas Puder. In kühlem Braun wird das Lid über die Lidfalte hinaus dezent abschattiert. Ein feiner Eyeliner betont den oberen Wimpernkranz, und ein pastelliger Highlighter wird unterhalb der Brauen appliziert. Zweimaliges Tuschen verdichtet die Wimpern. Die Lippenkonturen werden mit hellem Beige nachgezogen, die Lippen in bräunlichem Roséton ausgemalt. Ein rosig-kühles Rouge bringt Frische auf die Wangen.

**Tipp:** Quick Manicure für Männer, 30 Min. 35 Fr.

### Beauty Villa Valentino

Romana Orieseck  
Bellerivestr. 15  
8008 Zürich  
Tel. 044 388 60 30  
[www.beauty-villa.ch](http://www.beauty-villa.ch)  
Mo-Fr 9-19.30, Sa 9-16 Uhr

*Getestetes Treatment: Aroma-Massage bestehend aus Kopf-, Ganzkörper- und Fussmassage mit Duftöl nach Wahl, 75 Min. 165 Fr.*

**Wohlfühl in italienischem Ambiente.** Die weisse Jugendstilvilla mit viel Marmor, Stuck, Deckengemälden und knarrenden Holzböden bezaubert durch ihre opulente Italianità. Ein fachkundiges Team von 17 Personen widmet sich der Schönheit und dem Wohlbefinden von Kopf bis Fuss. Ob Coiffure, Kosmetik, Permanent-Make-up, Airbrush Tanning, Massagen oder Ernährungsberatung, hier gibts alles unter einem Dach. Herzlich begrüsst von Romana Orieseck, der charmanten Massagechefin, fühlt man sich sogleich gut aufgehoben. Nach einem kurzen Gespräch über allfällige Beschwerden und Operationen sowie der Wahl des Duftöls beginnt die Massage bei den Füßen. **Die diplomierte Masseurin liest aus den Füßen, wo Schwachpunkte liegen, wie schwere Beine, Rückenschmerzen oder organische Schwächen.** Auf diese Problemzonen konzentriert sich Romana Orieseck dann besonders intensiv. Die Behandlung von Kopf bis Fuss soll wie eine Melodie fließen, und genauso fühlt es sich auch an. Klassische Musik mit Meeresrauschen im Hintergrund begleitet das wohltuende Erlebnis.

**Tipp:** Fussreflexzonenmassage bei Romana Orieseck wird von den meisten Krankenkassen übernommen, welche eine Zusatzversicherung für Alternativmedizin anbieten.

### Asia Spa

Sihlcity  
Kalandergerasse 1  
8045 Zürich  
Tel. 044 454 20 40  
[www.asia-spa.com](http://www.asia-spa.com)  
für Tagesgäste Mo-So 9-24, Massagen bis 22 Uhr;  
für Stammgäste/Mitglieder Mo-Fr 6.30-24, So 8-24 Uhr

*Getestetes Treatment: Jamu-Ganzkörpermassage mit individuell ausgewähltem Jamu-Boreh-Massageöl, 60 Min. 120 Fr.*

**Die Vielfalt asiatischer Kultur erleben.** Die fernöstliche Wohlfühlinsel über den Dächern des Sihlcity strahlt eine harmonische Atmosphäre aus. Zusammen mit dem herzlichen Empfang reicht das, um sich umgehend vom Alltagsstress zu lösen. Hier hat man, ob als Tagesgast oder Mitglied, die Wahl zwischen Fitnesstraining und Entspannung in fünf verschiedenen Sauna-Typen oder in den heissen Quellen des japanischen Onsen-Pools. Im Angebot sind zahlreiche Massagen und kosmetische Behandlungen. Das Team besteht aus 25 Personen. **Von Frau Sri aus Bali wird man in das Geheimnis der Jamu-Massage eingeweiht.** Jamu ist ein Synonym für die traditionelle balinesische Medizin und wird als «Elixier des Lebens» bezeichnet. Sein Jamu-Boreh-Massageöl kann man sich seinem Bedürfnis entsprechend aussuchen. Dieser Duft begleitet die sanfte Massage durch Frau Sri. Erholung pur für Körper und Geist.

**Tipp:** Mit einer Mitgliedschaft kann man alle Bereiche des Asia Spa uneingeschränkt nutzen.



## Cosmet

Medizinische und ästhetische Kosmetik HFP  
Landoltstr. 16  
8006 Zürich  
Tel. 044 748 08 87  
[www.cosmet.ch](http://www.cosmet.ch)  
Termine nach Vereinbarung

*Getestete Treatments: Intensive Hautanalyse, 60 Min. 95 Fr., Gesichtsbehandlung mit Wimpernfärben, 90 Min. 192 Fr.*

**Der individuelle Weg zu gesunder und strahlender Haut.** Die Praxis entpuppt sich als wunderschöne Altbauwohnung im Art-déco-Stil. Inhaberin Jacqueline Altenaichinger ist Initiatorin des Cosmet-Konzepts, das sich an drei Prinzipien orientiert: intensive Hautanalyse, individuelles Aufbauprogramm und massgeschneiderte Pflege. Als Kosmetikerin mit Höherer Fachprüfung bildet sie Kosmetikerinnen aus und unterrichtet Hautbeurteilung und Aknebekämpfung. Für die Hautbeurteilung bei der Kundin nimmt sie sich intensiv Zeit. **Mit Auge, Lupe und Apparaten wird jedes Detail gecheckt.** Und im Gespräch viel gefragt. Die Pflegeprodukte, die man von zu Hause mitgebracht hat, werden nach Inhaltsstoffen kontrolliert. Jacqueline Altenaichinger erklärt, welche nicht geeignet sind, und gibt Empfehlungen für eine hautspezifische Pflege. Die anschliessende Gesichtsbehandlung fühlt sich vom Peeling bis zur Massage sehr erholsam an. Schon nach dem ersten Termin wirkt die Haut ungemein frisch.

**Auch zu empfehlen:** Lymphdrainage, 40 Min. 80 Fr.

## Andrea Wiedmer

Beauty-Spa  
Florastrasse 1  
8008 Zürich  
Tel. 044 383 49 19  
[www.andrea-wiedmer.ch](http://www.andrea-wiedmer.ch)  
Mo-Fr 9-20 Uhr, Sa nach Vereinbarung

*Getestetes Treatment: Gesichtsbehandlung mit Phytohormonen von MBR (Medical Beauty Research) inklusive Mikrodermabrasion, 90 Min. 250 Fr.*

**Einfach mal nichts tun.** Wände in warmem Orange-Gelb, ein schöner Parkettboden, indirektes Licht und diskrete Musik prägen die Ambiance. Nebst zwei ausgebildeten Kosmetikerinnen beschäftigt Andrea Wiedmer zwei Freelancer für Lymphdrainagen. Zunächst wird die Kundin im Detail über die bevorstehende Behandlung informiert. An Stelle herkömmlicher Kosmetika kommen bei Andrea Wiedmer Cosmeceuticals zum Einsatz, kosmetisch-pharmazeutische Mischprodukte mit Phytohormonen, die unter dem Label MBR exklusiv von Fachärzten, Schönheitskliniken und speziell ausgebildeten Kosmetikerinnen (mit dem erworbenen Fachtitel Dermaceutin) verwendet werden. Die Behandlung beginnt mit einer intensiven Hautreinigung. **Mit einem Enzym-Peeling-Serum wird die Haut für die Mikrodermabrasion vorbereitet.** Unterdessen werden die Augenbrauen gezupft und sonstige unerwünschte Härchen entfernt. Nun ist es Zeit für die Mikrodermabrasion, bei der die Poren verfeinert werden. Auf eine Sauerstoffapplikation folgt dann eine Gesichtsmassage mit anschliessender Shiatsu-Pressur. Für ein nachhaltiges Ergebnis empfiehlt es sich, die Behandlung des Öfteren zu wiederholen.

**Auch zu empfehlen:** Anti-Stress-Rückenmassage, inklusive Handmassage, 45 Min. 120 Fr.

Erschienen in der annabelle 13/08  
Redaktion: Ursula Schlüter  
Bild: Flurina Rothenberger

**5 Kg Abnehmen in 7 Tagen?**

Ja, das ist möglich mit die hype aus Hollywood.

Abnehmen ohne Diät!

[www.Trimgel.de/Abnehmgel](http://www.Trimgel.de/Abnehmgel)

**Massage**

Riesige Auswahl an Angeboten rund um Ihr Wohlbefinden

bei Piazza.ch

[www.piazza.ch](http://www.piazza.ch)

**Wellness bei Tiffany Cham**

klass. Massage, Aromaölmassage Cellulite, Wickel, Dorn,

Breuss

[www.tiffany-cham.ch](http://www.tiffany-cham.ch)

**Flair des Südens -Marlena**

für Wellness Beauty Tennis Golf Gourmet & Weinwo. &

Specials

[www.marlena.it](http://www.marlena.it)



Google-Anzeigen

© Copyright - annabelle Tamedia AG