

## Die arabische Wellness- und Massagekunst

## Salz, Jade und Honig



Kennt sich aus im Orient:  
Hanneke Cramer

Das neue Purenense Day Spa und die angeschlossene Wellness-Akademie im Kurort Baden-Baden widmen sich der Wellness- und Massagekultur des Orients, speziell in Arabien. Ausbildungsleiterin Hanneke Cramer erzählt, was wir von den Beduinen lernen können

■ spa concept: Was fasziniert Sie an den „Massagen aus der Wüste“?

**Hanneke Cramer:** Arabische Massagen haben ihren Ursprung in der alten Massagekultur der Beduinen. Beduinen sind Wüstenbewohner und Nomaden, ihr Leben ist hart und einfach. Bräuche, Konventionen und Traditionen festigen ihren Alltag, nur so kann man in der Wüste überleben. Deshalb dienen und dienen Massagen den Nomaden in erster Linie der Gesundheitsvorsorge, denn eine ernste Krankheit in der Abgeschiedenheit und Kargheit der Wüste kann den Tod

bedeuten. Aus diesen strengen Lebensverhältnissen haben sich Massage-techniken entwickelt, die einfach sind, aber effektiv wirken können. Bei Purenense verbinden wir die Effizienz mit der orientalischen Kultur der Fülle. Denken Sie an die bunten Märkte mit herrlichen Düften, Kräutern, wunderschönen Farben und an die wohl-schmeckende, arabische Küche mit ihrer Vielfalt an Gewürzen.

■ Wie kann sich ein Spa damit abheben?

Arabische Massagen werden hierzulande noch nicht bzw. kaum angeboten. Die Araber, zu denen die Beduinen zählen, haben ihr Wissen bisher immer für sich behalten. Es ist uns deshalb eine große Ehre, diese Methoden an andere Therapeuten weitergeben zu dürfen. Als Wellness-Hotel oder Day Spa ist man immer auf der Suche nach etwas Neuem. Arabische Massagen bedeuten etwas völlig Neues, einen Mehrwert und gleichzeitig ein Alleinstellungsmerkmal. Noch ein wichtiger Vorteil der arabischen Massagen: Der Kunde sucht immer mehr die schnelle Entspannung und wünscht sich innerhalb kürzester Zeit einen möglichst hohen Erholungswert, was ihm die arabischen Massageformen bieten können. Sie können z.B. einen großen Teil der Energie freisetzen, die vorher durch Verspannung gehalten wurde, und zu einer tief greifenden Veränderung von Haltung und Gesichtsausdruck führen. Der emotionale Aspekt der Massage ist bei uns überaus wichtig. Leider unter-

wandern wir mit unserem gestressten Leben unsere Gesundheit in erheblichem Maße. In unserer westlichen Kultur fehlt die gegenseitige Fürsorge und auch die in körperlich wie geistiger Hinsicht so wichtige Berührung einer Massage.

■ Welche Anwendungen können bei Ihnen erlernt bzw. im Day Spa genossen werden?

Da wären die Kasaath Hawa, die Khiaaah Milhh, die Freehands-Massage, die Jadestein- und die Honigmassage sowie das Hamam. Die **Kasaath Hawa** ist eine fantastische Tiefenmassage mit heißen Sauggläsern. Die **Khiaaah-Milhh-Massage** mit Salzsäckchen ist eine Möglichkeit, um unseren Geist zur Ruhe zu bringen und in der Entspannung wieder ein Gefühl für unsere eigene Ganzheit zu gewinnen. Dabei helfen reine Salzkristalle aus dem Toten Meer, die bei Purenense in kleine Stempel verpackt, anschließend in Öl erwärmt und auf bestimmte Punkte am Körper gedrückt werden. Die **Freehands-Massage** ohne Hände ist eine Art tiefer Bindegewebsmassage. (ah)



**D O W N L O A D**

**Arabische Massagen**

Unter [www.spa-concept.com/downloads](http://www.spa-concept.com/downloads) können Sie eine Erläuterung der Kasaath Hawa, Khiaaah-Milhh und der Freehands-Massage herunterladen.

Benutzername: spa4  
Passwort: body

Weitere Infos

**Purenense Day Spa und  
Wellness Akademie**

D-76530 Baden-Baden  
Tel. +49 (0)7221 704802  
[info@purenense.de](mailto:info@purenense.de)