



**berührung,  
die alle  
sinne weckt.**

Sehnsucht, Lust und Leidenschaft sind wie kleine Geheimnisse in unserem tiefsten Inneren. Wer sich öffnet für die Sinnlichkeit, wird reich beschenkt mit lustvollen Gefühlen und Spaß am eigenen Körper. Lassen Sie sich berühren mit Haut und Haaren, um sich selbst zu entdecken. Unvergessliche Momente – allein oder zu zweit.



**Dakini**  
Massagen & Events

Kriegerstrasse 6  
70191 Stuttgart  
Fon (0711) 29 09 56  
info@dakinimassagen.de  
www.dakinimassagen.de



Im Reich der fernöstlichen Entspannungsmethoden

## Ayurveda ist Medizin

☕ Fordert mich jemand zum Sonnengruß auf, winke ich Richtung Himmel, und Abhyangam klingt so lecker, dass ich es gerne beim Inder als Vorspeise bestellen würde. Meine Erfahrung in Sachen fernöstliche Entspannungsmethoden sind nicht existent, als ich mich den Killesberg hinauf zur viel versprechenden „Quelle der Gesundheit“ mache.

Jetzt liege ich in einem adretten Einwegschlupfer auf der beheizten Liege in Nicole Hallers Praxisraum und spüre am eigenen Leib, dass Abhyangam kein Currysuppenchen sondern eine wohltuende Ölung des ganzen Körpers ist. Über eine Stunde lang streicht die diplomierte Ayurveda-Therapeutin bereits indisches Öl auf Kokosnussbasis in meine Haut und spart dabei weder Ohr läppchen noch kleinen Zeh aus. Nun macht sie sich an meinem Nacken zu schaffen – ich schlafe ein.

„Diese ayurvedische Behandlung ist besonders gut, um Stress abzubauen. Man kann den Alltag loslassen. Es ist gut, wenn Sie dabei einschlafen“, tröstet mich Haller, nachdem sie mich mit einem besinnlichen Gong aufgeweckt hat. Frisch geduscht und überaus gelockert lasse ich mir die Vorteile dieses Jahrtausende alten Verfahrens erklären. Etwa ein Viertel Liter Öl hat Nicole Haller verwendet. Davon nimmt sich meine Haut soviel Fett, wie sie braucht, der Rest perlt ab. „Die Haut ist nun geschmeidig, der Geist erholt und Giftstoffe im Körper werden mit dem überflüssigen Öl abgespült.“

Wichtig ist, dass die schmierige Tinktur zu dem Menschen passt.

Weil ich nach der Ayurvedischen Lehre eher ein Pitta-Typ bin – immer hungrig, zu Entzündungen neigend und mit einer guten Verdauung –, eignet sich für mich eine Essenz mit Kardamom. „Pitta-Typen sind hitzig, das richtige Öl wirkt kühlend auf den Körper.“ Abhyangam ist die einzige ayurvedische Behandlung, die man ‚Well-ness‘ nennen kann. „Ayurveda ist eigentlich Medizin“, betont Haller. Bei chronischen Leiden stellt die 34-Jährige gemeinsam mit einem Arzt individuelle Behandlungspläne zusammen. Dann helfen Nasyam, Vasthi und Shirodhare – denn die klingen zwar auch lecker, stehen aber auch auf keiner indischen Speisekarte. SASCH

☕ **Quelle der Gesundheit** Gunterstr. 9, S-Nord, Tel. 0711/780 24 08 oder 0174/ 986 69 28



Nicole Haller lässt ihre heilenden Hände spielen

**OFFIZIELLE ERÖFFNUNG**  
**29. + 30. September 2007**  
**MEDICAL FITNESS**



Sparen Sie € 99,90

Fit in 20 Minuten!  
Mit dem neuen **miha** Medical Fitness Zirkel



**SERVICE-TELEFON 0 71 45-91 21 70**

ORTEMA GmbH · 71706 Markgröningen · medicalfitness@ortema.de · www.ortema.de

www.palais-thermal.de



**Klang-Wasser  
Cocktail**

**IM SAUNA- & WELLNESS-TEMPEL**

Am 19.10.  
16.11.  
14.12.



**PALAIS THERMAL**  
DAS FÜRSTLICHE ERLEBNIS

Ab 18.00 Uhr

Bad Wildbad - Telefon 07081/3030