



Immer mehr balinesische Pflegerituale haben in den europäischen Spas Einzug gehalten. Eines dieser Rituale, das traditionelle Boreh, ist durch seine wärmenden Eigenschaften ideal in unserer kalten Jahreszeit – und ein herrlich entspannendes und pflegendes Angebot für Ihre Kunden!

Wärmende Verwöhnbehandlung

Das Bali Boreh-Ritual

Wie die meisten Spa-Rituale Balis, so hat auch das Boreh seinen Ursprung in der volkstümlichen Naturheilkunde. Die feuchte und windige Monsunzeit ist noch heute die traditionelle Anwendungszeit für das wärmende Boreh. Die Mischung aus Gewürznelken, Ingwer, Zimtrinde, Muskatnuss und Kaffir-Limettenblätter duftet herrlich warm und würzig. Boreh wärmt intensiv die Muskulatur und verbessert die Durchblutung. Es stimuliert und entspannt die Muskeln und Gelenke. Die Haut wird sanft, aber gründlich gereinigt und ist

nach einem Boreh zart und weich. Die balinesischen Frauen benutzen das Boreh-Pulver außerdem, um Pigmentflecken aufzuhellen. Die Inhaltsstoffe Ingwer und Zimt aktivieren den Stoffwechsel und wirken entgiftend. Diese Eigenschaften machen das Boreh auch für unsere Kunden interessant.

Verwöhnen auf Balinesisch

Boreh ist ein Peelingpulver, das mit heißem Wasser zu einer Paste angerührt wird. Es entfaltet seine reinigende Wirkung ohne Scrubpartikel. Ein Boreh-Peeling wird in Asien nicht an den Anfang einer Behandlung gestellt, sondern erst nach der Massage eingesetzt. Das gesamte Bali Boreh-Ritual umfasst Fußbad, Kräuterstempelmassage, Kräuterkomresse, Boreh-Peeling und eine Ingwer-Lemongrass-Körpermaske.

Begrüßen Sie Ihre Kundin mit einem wärmenden **Ingwer-Lemongrass-Tee** und einer heiteren balinesischen Musik. Dekorieren Sie die Zutaten dieses Pflegerituals auf einem Tablett. Füllen Sie dafür das Boreh-Pulver z.B. in eine Kokosnussschale und halten Sie die schon erwärmten Kräuterstempel auf einem typischen Stempelstövchen warm, so kann sich der Duft der exotischen Kräuter und Gewürze im Raum verbreiten. Füllen Sie eine asiatische **Bambus-Fußschale** mit warmem Wasser und rühren Sie vor den Augen der Kundin das **Salzbad Ingwer-Lemongrass** in das Wasser ein. Das Salzbad enthält bereits getrocknete Limettenstücke, die Sie auf Wunsch noch mit einigen frischen Limettenscheiben ergänzen können. Stark verhornte Füße können vorab gepeelt werden mit einer Mischung aus Ingwer-Lemongrass-Salzbad und etwas Öl. Während des Fußbads verwöhnen Sie Ihre Kundin mit einer warmen Nackenkomresse und einem Tee oder Fruchtsaft.

Die Kräuterstempelmassage

Kräuterstempel haben in Asien eine lange Tradition. Mit immer wieder anderen Füllungen wird mit ihnen massiert, z.T. werden sie einfach nur wie eine Wärmeflasche aufgelegt. So verbinden sich in einer Kräuterstempelmassage Wärme, Aromatherapie und die wohltuende Wirkung der Kräuter zu einer entspannenden und energetisierenden Massage. Die Kräuterstempel werden über Wasserdampf ca. 20 Min. erwärmt, am einfachsten mit Hilfe eines Reiskochers. Sie benötigen für eine Behandlung vier Stempel. Die Stempel werden

INFO+

Weitere Informationen zum Bali Boreh-Ritual und zu der Ausbildung erhalten Sie direkt von der Autorin – wir stellen den Kontakt her. Unser **Leser-Service** gibt Ihnen unter Tel. 0180 5 165-162 gerne Auskunft.

mit Baumwolltüchern für jede Anwendung frisch bezogen und können so mehrfach eingesetzt werden.

Die Kundin zieht sich nun aus und legt sich mit dem Rücken auf das angewärmte Massagebett. Beginnen Sie nun mit einer **Druckpunktmassage** auf den Energiepunkten am Kopf. Arbeiten Sie sich über die Schultern und den Oberkörper bis zum Bauch vor. Der **Bauch** wird im Uhrzeigersinn (Colonverlauf) massiert. Anschließend werden die Energielinien an

den **Beinen** massiert.

Besonders angenehm ist die Massage mit den warmen Stempeln an den **Füßen**. Die Kundin dreht sich nun auf den Bauch und die Massage führt von den Füßen zum Kopf.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, mit den Stempeln zu arbeiten. Klopfbewegungen mit

heißen Stempeln wechseln sich ab mit intensiven Druckpunkten und Streichbewegungen. Solange die Stempel sehr heiß sind, ist die Berührung kurz; wenn die Temperatur angenehm ist, wird der Hautkontakt länger und intensiver. Abgekühlte Stempel werden immer wieder gegen heiße ausgetauscht. Die Kräuterstempelmassage kann auf der geölten oder der trockenen Haut ausgeführt werden. Sie können sogar eine Nacken- und Kopfmassage über der Kleidung machen. Die Massage dauert ca. 40 Min.

Boreh-Peeling & -Körpermaske

Das Herzstück dieser Spa-Behandlung ist das **Boreh-Peeling**. Dazu werden 80-100 g Boreh-Pulver mit heißem Wasser zu einer sämigen Paste angerührt. Legen Sie eine Folie auf die Liege und tragen Sie das Boreh gleichmäßig auf den ganzen Körper auf; danach die Kundin warm einwickeln. Zusätzlich wird die erwärmte Kräuterkompressen, gefüllt mit den Kräutern, als Leberwickel auf den Bauch aufgelegt. Nach einer Einwirkungszeit von ca. 15 Min. wird die Paste mit kräftigen Streichbewegungen abgepeelt. Die Reste mit einer Kompresse abnehmen oder abduschen. Da die Paste ihre gelbe Farbe gerne an die Handtücher weitergibt, empfehle ich für diese Behandlung dunkle Handtücher. Die Haut ist nun aufnahmebereit für die pflegende **Ingwer-Lemongrass-Körpermaske**. Sie besteht aus den kaltgepressten Ölen der Kokosnuss, aus Kakao- und Sheabutter. Die Wirkstoffe Ingwer, Lemongrass, grüner Tee sowie Sandelholz wirken reinigend, stoffwechselaktivierend und straffend. Die Körpermaske wird leicht erwärmt und mit langsamen Pinselstrichen auf den Körper aufgetragen. Nach einer Einwirkungszeit von 15-20 Min. werden die Reste leicht einmassiert. Geben Sie dem Bali Boreh-Ritual noch mehr asiatisches Flair durch eine passende Dekoration, Accessoires und einen exotischen Tee oder Fruchtsaft-Cocktail! ■

Monika Brühl-Dillenburg | Die Inhaberin der Casa Vitale gibt seit 2001 ihr Wissen in Seminaren und Ausbildungen weiter; sie ist Mitglied als Bildungsanbieter im Deutschen Wellnessverband (www.wellness-professionals.de).



Exotische Gefäße für mehr „Bali-Flair“