



MEDIENMITTEILUNG

Neu in Bern:

Ayurveda im vatter espace bien-être

Am 22. März 2004 öffnete vatter espace bien-être, das neuste Unternehmen der vatter-Gruppe seine Türen: auf rund 220 m² sind stimmungsvoll gestaltete Räume für Entspannung und Schönheit mitten im Herzen der Stadt Bern entstanden. Gemäss vatter-Philosophie werden sowohl bei Coiffure Art Création, im Kosmetik-Studio und bei den verschiedenen Massagen nur hochwertige Naturprodukte verwendet. Die Körperbehandlungen basieren auf den Lehren des Ayurveda – eine jahrtausendalte traditionelle indische Lebens- und Heilkunst, die wegen ihrer hohen Wirksamkeit auch in unseren Breitengraden immer beliebter wird.

Ayurveda: Ayurveda – Wohlbefinden für Körper und Seele

Ayurveda ist eine der ältesten Lebens- und Heilkunden der Welt und basiert auf der tiefen Einsicht, dass Körper und Geist stets eine Einheit bilden. Es geht in erster Linie darum, die Lebensenergien zu stärken und im Gleichgewicht zu halten. So bleibt der Körper elastisch und gesund, der Geist beweglich und wach. Ayurveda legt grossen Wert auf Selbstverantwortung und Prävention. Sie ist weit mehr als eine sanft stärkende Heilmethode – Ayurveda ist Lebenskunst.

vatter espace bien-être bietet eine breite Auswahl an Behandlungen an, die der Entspannung, dem Stressabbau und der Regeneration dienen: Beim Abyanga wird der ganze Körper mit hochwertigen natürlichen Ölen massiert. Beim „Shirodara“ läuft während ca. 45 Minuten in einem ganz bestimmten Rhythmus ein warmer Ölstrahl über die Stirne und verbindet die Energie der zwei Gehirnhälften, entspannt das Gehirn und stärkt die Sehkraft. Die wirksame Kopf- und Schultermassage regeneriert die verspannten Muskeln und lässt die Energien wieder frei fließen. Bei einer ganz besonderen Massagetechnik aus Kerala

massiert der Therapeut seinen Kunden mit den Füssen; das ermöglicht eine kraftvollere Massage, setzt aber ein besonderes Können und Feingefühl des Masseurs voraus.

Ayurveda-Therapeuten aus Südindien

Indien ist die Wiege des Ayurveda. Deshalb haben Thomas und Claire-Lise Vatter zwei erfahrene Therapeuten aus Südindien für das espace bien-être engagiert. Herr Stalin Balamma Bhavan Kesavan (Jahrgang 1959) wurde in Kerala, Südindien, geboren und absolvierte seine Ausbildung als Ayurveda-Therapeut an der Universität Trivandrum und in der renommierten Klinik von Dr. V. Franklin. Dort war er während 12 Jahren als Therapeut tätig und bildete zahlreiche jüngere Masseure aus. Zusammen mit Dr. Franklin war er schon mehrmals in der Schweiz, um Ayurveda vorzustellen. Neben seiner langjährigen Erfahrung als Ayurveda Therapeut ist Herr Balamma auch Reiki-Meister und Lehrer.

Frau Lelamma Pathazhapurakkal Benedict (Jahrgang 1966) stammt ebenfalls aus dem südindischen Kerala. Sie hat dieselbe Ausbildung genossen wie ihr Mann und arbeitete während 15 Jahren mit Dr. Franklin zusammen. In seinem Auftrag leitete sie verschiedene Therapeuten-Teams ausserhalb der Klinik. Sie hat auch schon mehrere Länder bereist und war u.a. in Japan, Deutschland, Frankreich und Italien.

Yoga - in der Ruhe liegt die Kraft

Wie Ayurveda, so gründet auch Yoga in der altindischen Tradition der Veden. Deshalb lag es nahe, das Angebot im vatter espace bien-être durch Yoga sinnvoll zu ergänzen. Ab 20. April findet jeweils dienstags und freitags von 7-8 Uhr eine Yoga-Stunde statt, ab September sind tägliche Kurse vorgesehen. Die frühe Morgenstunde ist ideal: Denn die verschiedenen Übungen verbessern die Körperwahrnehmung, verhelfen zu äusserer und innerer Beweglichkeit, unterstützen die Konzentrationsfähigkeit und sorgen für einen wachen Start in den Tag.

23. März 2004

Für weitere Informationen:

Claire-Lise und Thomas Vatter
Vatter espace bien-être
Bärenplatz 2, 3011 Bern
Telefon: 031 313 11 00, Fax: 031 313 11 01