

Wohliges Entspannen mit allen Sinnen

WESTFALEN-BLATT-Leserin genießt bei Eigenzeit ein fast fünfstündiges Verwöhn-Programm

Von Friederike Niemeyer
(Text und Fotos)

Bad Oeynhausen (WB). Das volle Verwöhn-Programm in luxuriöser Atmosphäre – wovon viele nur träumen, das konnte Karin Maaß in vollen Zügen genießen. Die 47-jährige Volmslerin hatte beim WESTFALEN-BLATT-Gewinnspiel einen fast fünfstündigen Wohlfühl-Aufenthalt im Studio Eigenzeit am Westkorsow gewonnen.

»Das war einfach nicht zu toppen«, ist Karin Maaß am Ende ihres Verwöhntages total überzeugt. Wenn sie nicht einfach viel zu entspannt wäre, um lautstark begeistert zu sein... Denn das ist ja auch das Ziel solch eines mehrstündigen Programms, weiß sie zu berichten. Am Rest des Tages wirkt die durch die verschiedenen Anwendungen erzielte Tiefen-Entspannung, und



am Tag danach fühlt man die daraus erwachsenden frischen Kräfte.

Neugierig und auch ein wenig unsicher hatte Karin Maaß am Morgen die Räume von Eigenzeit am Westkorsow betreten. »Ich kannte schließlich nur die üblichen Wellness-Angebote wie Sauna, Whirlpool oder medizinische Massagen«, sagt sie. Doch Tanja Bökamp, die Inhaberin von Eigenzeit, bietet ihren Kunden ein, wie sie sagt, ganzheitliches Prinzip für ein schöneres Leben. Und dazu gehört neben besonderen Anwendungen auch ein Harmonie verströmendes Ambiente. Die sparsame, aber stillichere Gestaltung der Räume, die flauschigen Handtücher und wohlriechenden Pflegeprodukte und die leise Hintergrundmusik tun ihr Übriges. Tanja Bökamp: »Das sind schwebende Entspannungsklänge, die die Schwerelosigkeit unterstützen.«

Mit Hilfe der Alpha-Klangliege soll Karin Maaß den Einstieg in die Entspannung finden. Sie nimmt – komplett an-



Zum ganzheitlichen Entspannungsprogramm bei Eigenzeit gehört auch das Informationsgespräch. Bei einer Tasse Ayurveda-Tee bespricht Eigenzeit-Inhaberin Tanja Bökamp (r.) mit Karin Maaß ihren Wohlfühl-Tag.

gezogen – auf dem S-förmigen Möbel Platz, dass wie von innen in blauem Licht erstrahlt. Vibration und Licht sollen Blockaden im Körper lösen.

Karin Maaß ist dagegen noch mehr von dem nun folgenden Schwebebad angetan. In dem Behälter mit Salzwasser fühlt sich der Entspannung Suchende fast schwerelos. Das farbige Licht in dem Kokon unterstützt das Abschalten. »Das Schwebebad ist eine Form der Entspannung, die gerade unsere männlichen Kunden schätzen«, berichtet Tanja Bökamp. Und auch Karin Maaß kann sich – nach anfänglicher Unsicherheit – immer mehr fallen

Deckel finden, aber am Ende bin ich sogar eingeschlafen.«

Die wohlige Gelassenheit, die sich bei der WESTFALEN-BLATT-Leserin einstellt, wird durch die abschließende hawaiianische Tempelmassage noch verstärkt. Marion von Eyelihra, die diese spezielle Energie-Aufbau-Massage seit drei Jahren praktiziert, bittet Karin Maaß auf die Liege. »Diese Massage kommt ohne Drücken und Kneten aus, sondern löst über streichelnde Bewegungen mit den Fingern und Armen Stressblockaden und Ängste«, sagt Marion von Eyelihra. »Ich erspüre dabei, wo jemand mehr oder weniger Behandlung braucht.« Nach 90 Mi-

