

# LIFESTYLE



Mal ganz bunt: Claudia Schiffer

## GESCHMACKSACHE

Über Stil lässt sich nicht streiten – wir finden schon

SABRINA GOLOMBIEWSKI

Claudia Schiffer wollte als Kind Anwältin werden, gehörte dann aber neben Cindy Crawford, Naomi Campbell und Kate Moss zu den Supermodels. Sie war auf den Covern großer Zeitschriften, lachte von Werbeplakaten und lief für die besten Designer. Das Topmodell war so begehrt, dass Karl Lagerfeld es zu seiner Muse erklärte. Auf den Catwalks war die Schiffer immer topgestylt, trug die heißesten Fummel. Umso schockierender, dass Claudia zur Dinner Party des Designers Michael Kors in Paris in diesem Etwas auftauchte und für die Kamera posierte. Glamour haben wir erwartet, aber nicht in Form dieses glitzernden Minikleides. Die Farben stehen dem Topmodell und lassen sie frühlinghaft frisch wirken. Aber dieses Muster! Das erinnert doch eher an eine Patchwork-Sofadecke, die die Oma liebevoll zusammengenäht hat. Schön für zu Hause, aber nicht für draußen. Mit Ehemann Matthew und den drei Kindern hat sich die Schiffer zurückgezogen. Wenn sie auf ausgesuchten Events auftaucht – dann eigentlich immer noch ganz Topmodell-like. Schlichte Eleganz zeichnet die Mama mit dem Traumkörper sonst aus. Da können wir ihr diesen Griff in den Muster-Topf als Fashion-Fauxpas sicher einmal verzeihen.

Folgen Sie **Sabrina Golombiewski** auf Twitter  
twitter.com/wk\_golombiewski

## Schokoladen-Massage

Griffe der klassischen Massage werden mit langen Streichbewegungen der indischen Massage kombiniert. Der Clou ist das spezielle Öl mit geschmolzenem Rohkaka. Seine Wirkstoffe werden über die Haut aufgenommen und setzen im Körper Glückshormone frei.  
**Fazit:** Im Sinn für die Sinne wird mit viel Liebe zu oft vernachlässigten Partien wie Zehen oder Ellenbogen gearbeitet. Tiefenentspannung pur!

[www.sinnfuerdiesinne.de](http://www.sinnfuerdiesinne.de)

Entspannung: ●●●●●  
Geruch: ●●●●●  
Location: ●●○○○  
Service: ●●○○○



PHOTOLAB BERLIN

## Kalifornische Ganzkörpermassage

Diese Massage ist eine Kombination aus traditionellen Techniken wie Akupressur, Reflexzonentherapie, Schwedischer Massage und Dehnelementen. Sie wurde in den 70er-Jahren im kalifornischen Esalen Institut entwickelt, um nicht nur physisch auf die Muskulatur, sondern ganzheitlich auf den Patienten einzuwirken.  
**Fazit:** Spannend ist der Wechsel von Akupressur, die bei starken Verspannungen schon schmerzhaft sein kann, und den langen Ausstreichungen.

[www.meridianspa.de](http://www.meridianspa.de)

Entspannung: ●●●●○  
Geruch: ●●●●○  
Location: ●●○○○  
Service: ●●○○○

## Royal Thaimassage

Die Ganzkörpermassage besteht aus passiven Streck- und Dehnübungen aus dem Yoga-Bereich und bearbeitet die Druckpunkte am Körper.

**Fazit:** Das Yi Spa hat schöne Massage-Räume, allerdings ist es hellhörig. Das Durchgeknetetwerden durch die warmen, nassen Handtücher war super, aber dafür musste die Massage immer wieder unterbrochen werden.

[www.yi-spa.com](http://www.yi-spa.com)

Entspannung: ●●●○○  
Geruch: ●●●○○  
Location: ●●○○○  
Service: ●●○○○



PHOTOLAB BERLIN

# Mach dich locker!

Um frisch in den Frühling zu starten, haben Sabrina Golombiewski und Gesa Schwanke die populärsten Massagen der Hauptstadt getestet und ihre müden Knochen in Schwung gebracht



PHOTOLAB BERLIN



PHOTOLAB BERLIN

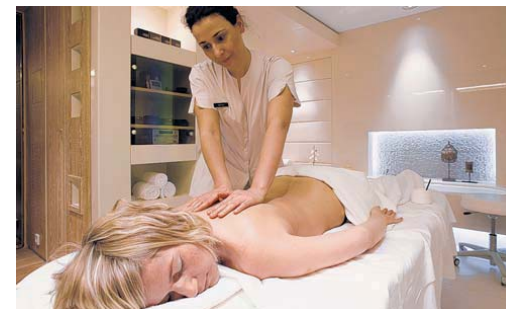
## Bali Royal Massage

Die Bali Massage ist eine Mischung aus chinesischer Therapiemethode und der klassischen Massage mit ayurvedischen Einflüssen. Hier finden sich auch Griffe der hawaiianischen Lomi Lomi Massage. Es wird mit leichtem und starkem Druck über und unter dem Körper gearbeitet.

**Fazit:** Mein absoluter Favorit unter den Massagen. Der Gang in die Panoramasauna sollte beim Besuch im schicken Day Spa Berlin unbedingt zum Pflichtprogramm gehören.

[www.day-spa-berlin.de](http://www.day-spa-berlin.de)

Entspannung: ●●●●●  
Geruch: ●●●●●  
Location: ●●●○○  
Service: ●●●●●



PHOTOLAB BERLIN

## Schwedische Massage

Eine klassische Ganzkörpermassage mit Schwerpunkt auf Rücken und Beinen. Ihren Namen und ihre verschiedenen Techniken (u.a. Streichen, Kneten und Reiben) verdankt sie dem schwedischen Physiotherapeuten Per Henrik Ling.  
**Fazit:** Im Adlon Day Spa beginnt die Erholung mit einem Paar gemütlicher Prottepuschen am Empfang. Das Interieur

aus Naturstein und Holz sowie die zuvorkommenden Wellness-Therapeuten garantieren Entspannung deluxe.  
[www.adlon-day-spa.de](http://www.adlon-day-spa.de)

Entspannung: ●●●○○  
Geruch: ●●○○○  
Location: ●●●○○  
Service: ●●●●●

## Esalen Massage

Die Verbindung von Körper und Seele durch Berührung steht im Mittelpunkt dieser Massage, die verschiedene Techniken verbindet. Griffe der klassischen Schwedischen Massage werden zum Beispiel mit Griffen zur Stimulation des Bindegewebes kombiniert.  
**Fazit:** Der Raum im Aspria war schön, aber für meinen Geschmack leider ein bisschen zu hell. Dafür war die Nackenmassage ein absoluter Traum.

[www.aspria-berlin.de](http://www.aspria-berlin.de)

Entspannung: ●●●●●  
Geruch: ●●●●●  
Location: ●●○○○  
Service: ●●●○○



PHOTOLAB BERLIN



PHOTOLAB BERLIN

## Shi Jyutsu Massage

Diese Massage ist eine spezielle Abwandlung der Shiatsu Massage. Sie kombiniert Dehnungen und Streckungen mit Akupressur, also den Druckpunkten am Körper.  
**Fazit:** Ohne Öl, dafür aber im Massage-Schlafanzug. Im edlen Ono Spa gab es auf dem Boden durch ruhige Griffe Entspan-

nung pur und die beste Fußmassage.  
[www.onospa.de](http://www.onospa.de)

Entspannung: ●●●●●  
Geruch: ●●●●●  
Location: ●●●○○  
Service: ●●●●●