

# WELLNESSIDEEN

TRENDMAGAZIN FÜR DEN PRIVATEN WELLNESSBEREICH



INDOOR

SAUNAS – Von Wärme umhüllt 14

PRIVATE SPA – Ein Raum für die Sinne 44

WELLNESS – Schlaf gut! 56

01



9 771662 471002



# Ein Raum für die Sinne

Nicht immer bietet sich die Möglichkeit für ein Wellnesswochenende oder einen Kurzurlaub. Dann ist das Home Spa als Naherholungsort die perfekte Alternative. Hier kann man die Seele baumeln lassen, den stressigen Alltag vergessen und nach einem anstrengenden Tag entspannen und neue Kraft tanken. Der Unterschied zum klassischen Badezimmer liegt in der Ausstattung: Ein Whirlpool, eine Sauna, ein Dampfbad und ein Entspannungsbereich sind in einem Home Spa keine Seltenheit und unterstützen den Körper beim Regenerationsvorgang. Um einen Raum zu schaffen, der alle Sinne anspricht, spielen neben der technischen Ausstattung auch die Innenarchitektur, Farben, Beleuchtung und der Einrichtungsstil eine wichtige Rolle. Welche genau, haben wir drei ExpertInnen gefragt.

von Silja Cammarata

Foto: AXOR  
Badkonzept: Sarah Pomiatowski



## MANUELA SCHMID

WOHN- UND ARCHITEKTURPSYCHOLOGIN

Die Schweizerin Manuela Schmid ist Architektin und Expertin für Wohn- und Architekturpsychologie. Als Entwurfsarchitektin geht sie ausserdem noch ihrer zweiten Leidenschaft, der Psychologie, im Bachelor-Psychologiestudium nach. Als Mitglied des IWAP (Institut für Wohn- und Architekturpsychologie) legt sie Wert darauf, ihr Umfeld auf architekturpsychologische Themen zu sensibilisieren und diese auch stets in ihren Projekten zu berücksichtigen.

«Mir ist wichtig zu erwähnen, dass Architekturpsychologie auf wissenschaftlicher Basis beruht, und sich dahingehend schon mal von Feng Shui unterscheidet. Sie gilt als ein Teilgebiet der Umweltpsychologie und beschäftigt sich mit der Interaktion zwischen dem Menschen und der gebauten Umwelt.»

[ARCH-PSY.CH](http://ARCH-PSY.CH)



## TORSTEN MÜLLER

BAD-DESIGNER

Torsten Müller ist nicht nur renommierter Bad-/SPA- und Raum-Designer von z.B. Penthäusern, Key-Note Speaker, Kolumnist, TV-Experte und gefragter Berater internationaler Hersteller und Handwerksbetriebe. Er ist vor allem Trendsetter des wohnräumlichen Innendesigns, der inzwischen europaweit Massstäbe in der Spa- und Raum-Architektur setzt. Namhafte Tageszeitungen zählten ihn bereits zu den Top 30 der deutschen Bad-Designer oder

nannten ihn unter den europäischen Top-Adressen der Ritualarchitektur, gleichermassen bekannt für seine Bad-Designs wie auch seine Lichtkonzepte. Ebenso wurde Design by Torsten Müller als «Badplaner des Jahres» 2022 der Handwerkskooperation SHK und mit dem Grohe Award 2022 ausgezeichnet.

[DESIGN-BAD.COM](http://DESIGN-BAD.COM)



## MARLIS MINKENBERG

SPA-EXPERTIN

Als Kosmetikerin, Sportlehrerin, Trainerin und Business Coach verfügt Marlis Minkenberg über ein breit gefächertes Fachwissen: Die anerkannte Expertin berät und begleitet ihre KundInnen mit umfangreichen Erfahrungen aus ihrer langjährigen und praxisnahen Tätigkeit. Für Erfolge als internationale Trainerin und Entwicklerin für Spa-Konzepte wurde Sie dreimal mit dem Award «Person of the Year» geehrt. Die von ihr begleiteten Projekte

erreichten vielfache Awards, zudem ist sie Mitglied im Deutschen Wellness-Verband. Mit dem HIPE Award ist sie seit 2021 eine ausgezeichnete Dienstleisterin im europäischen Raum. Bewertet wurden die Hauptkategorien: Qualität, Leistung, Service und Effektivität.

[MMINKENBERG.DE](http://MMINKENBERG.DE)

**Wo waren Sie das letzte Mal tiefenentspannt?**

**M. Schmid:** Als Entwurfsarchitektin und Psychologiestudentin bleibt mir nicht viel Zeit zur Tiefenentspannung übrig. Aber ich kann mich sehr gut beim Musik hören, Wandern oder beim Reiten entspannen.

**T. Müller:** Ich entspanne bei jeder Reise, die drei bis vier Wochen dauert, ich nicht von aussen gestört werde und mich weder Internet noch Telefon davon abhalten, abzuschalten und runterzufahren. Aber auch ein Tag in einer entsprechenden Spa-Anlage, die mich aufgrund der Gestaltung, der Atmosphäre und des Duftes an eine Reise in den Süden erinnert, kann mir helfen, mich zu entspannen.

**M. Minkenberg:** Bei mir zu Hause im Garten, auf meiner vier Meter hohen Aussen-Schaukel. Diese Schaukel schenkt mir Entspannung, Freiheit und liefert mir neue Impulse für meine Projekte.

**Inwiefern spielen die Erinnerungen an eine entspannte Zeit bei der Planung eines Home Spas eine Rolle?**

**M. Schmid:** Da jeder von uns auf eine andere Art und Weise entspannt, kann es durchaus helfen, z.B. mittels Fotos von eigenen Reisen und Spa-Erinnerungen zu reflektieren, weshalb dieser Urlaub so erholsam war. War es die ansprechende Ausstattung des Hotels, das freundliche Personal, oder das Meeresrauschen? Dieses «mal kurz in sich gehen» ist deshalb bei der Planung besonders wichtig. In welchem Umfeld oder bei welcher Aktivität wir uns erholen, ist individuell unterschiedlich und hängt auch mit der Belastung des Alltags zusammen, von der man sich zuhause Erholung wünscht.

**T. Müller:** Es geht darum, Erinnerungen zu wecken und Emotionen auszulösen, die zum Beispiel in Verbindung mit dem letzten schönen Urlaub stehen. Die Rückblicke daran sorgen für Entspannung. Dementsprechend versuche ich, im Vorfeld herauszufinden, welche persönlichen Erlebnisse Menschen zur Entspannung verhelfen, damit das private Home Spa ein Raum wird, der auf ganz individuelle Weise ihre Sinne anspricht.

**M. Minkenberg:** Erinnerungen spielen eine sehr grosse Rolle. Ein Spa mit integrierter Schaukel ist ein wohltuendes, entspannendes und befreiendes Erlebnis, wie ich selbst schon erleben durfte.



1\_Der Wellnessbereich der «Mori Suite Onsen» im Amanemu Resort in Japan erfüllt alle Anforderungen. AMAN.COM 2\_Ein praktisches Badezimmermöbel bietet Stauraum und Ablageflächen für die wichtigsten Dinge im Bad. Eine indirekte Beleuchtung trägt ausserdem zur wohligen Atmosphäre im Raum bei. Massgefertigtes Badmöbel für das Projekt «Light House» in Norah Head, Australien. Foto: Ben Cole Photography. LOUGHLINFURNITURE.COM.AU 3\_Als Alternative zum Blick ins Grüne kann auch eine Tapete oder ein Wandbild mit einer ruhigen Landschaft wie «Home of Giants» den Bezug zur Natur herstellen. REBELWALLS.COM 4\_Duftkerzen spenden ein warmes Stimmungslicht und geben einen wohligen Geruch ab. Der Duft «Calm & Quiet Place» passt wortwörtlich ins Home Spa. YANKEECANDLE.CH 5\_Ein Daybed wie «Peacock» bietet eine Liegemöglichkeit für entspannte Ruhepausen. CANE-LINE.CH 6\_Leise, klare Hintergrundmusik aus den Lautsprechern «Denon Home 250», allen voran Meditations- und Naturgeräusche, können massgeblich zur Entspannung beitragen. DENON.COM



**Ein Home Spa zum Entspannen aus Sicht der Wohn- und Architekturpsychologin Manuela Schmid.**

Viele GestalterInnen oder PlanerInnen bringen vorrangig Trends und ihre eigenen Vorlieben als Handschrift ein. Doch wie wichtig ist es, die persönlichen Bedürfnisse der KundInnen zu analysieren, um ein massgeschneidertes Spa-Konzept zu entwerfen?

**M. Schmid:** Aus wohn- und architekturpsychologischer Sicht finde ich es sehr wichtig, in einem ersten Schritt die Bedürfnisse der KundInnen zu erfassen und im Falle eines Home Spas den persönlichen Anspruch an Erholung zu analysieren. Wir entspannen uns alle auf unterschiedliche Weise, dabei sind wir uns unserer eigenen Bedürfnisse oftmals nicht so recht bewusst. Wenn Menschen bei Ihrer Home Spa-Planung Unterstützung suchen, macht es also Sinn, zuerst zu erfassen, was es für sie überhaupt zur Erholung braucht. Nicht jeder von uns erholt sich in der Sauna, nur weil er eine im Keller stehen hat.

Trotz aller Unterschiede haben wir viele Bedürfnisse gemeinsam, wie jene nach Schutz und Sicherheit. Bei den einen ist das mehr, bei den anderen weniger stark ausgeprägt, doch ohne das Gefühl von Sicherheit können wir nicht entspannen. Auch die Regulation äusserer Einflüsse wie Lärm oder Licht spielt eine wichtige Rolle. Diese Anforderungen sollte ein Home Spa erfüllen können. Und natürlich werden auch das Design und die Ausstattung persönlich abgestimmt.

**T. Müller:** Meine KundInnen kennen Luxus, teure Hotels, sehen, was ihnen an den verschiedensten Orten dieser Welt vorgelebt wird und bringen dementsprechend Ideen und Vorschläge mit. Am Anfang steht eine detaillierte Bedarfsanalyse, in der ich meine KundInnen richtiggehend lese: Welche Materialien fassen sie an, wie reagieren sie darauf, was verrät mir ihre Mimik – jedes Detail gibt Aufschluss auf die emotionalen Bedürfnisse. Es geht darum, den Menschen zu sehen und ihn individuell zu beraten.

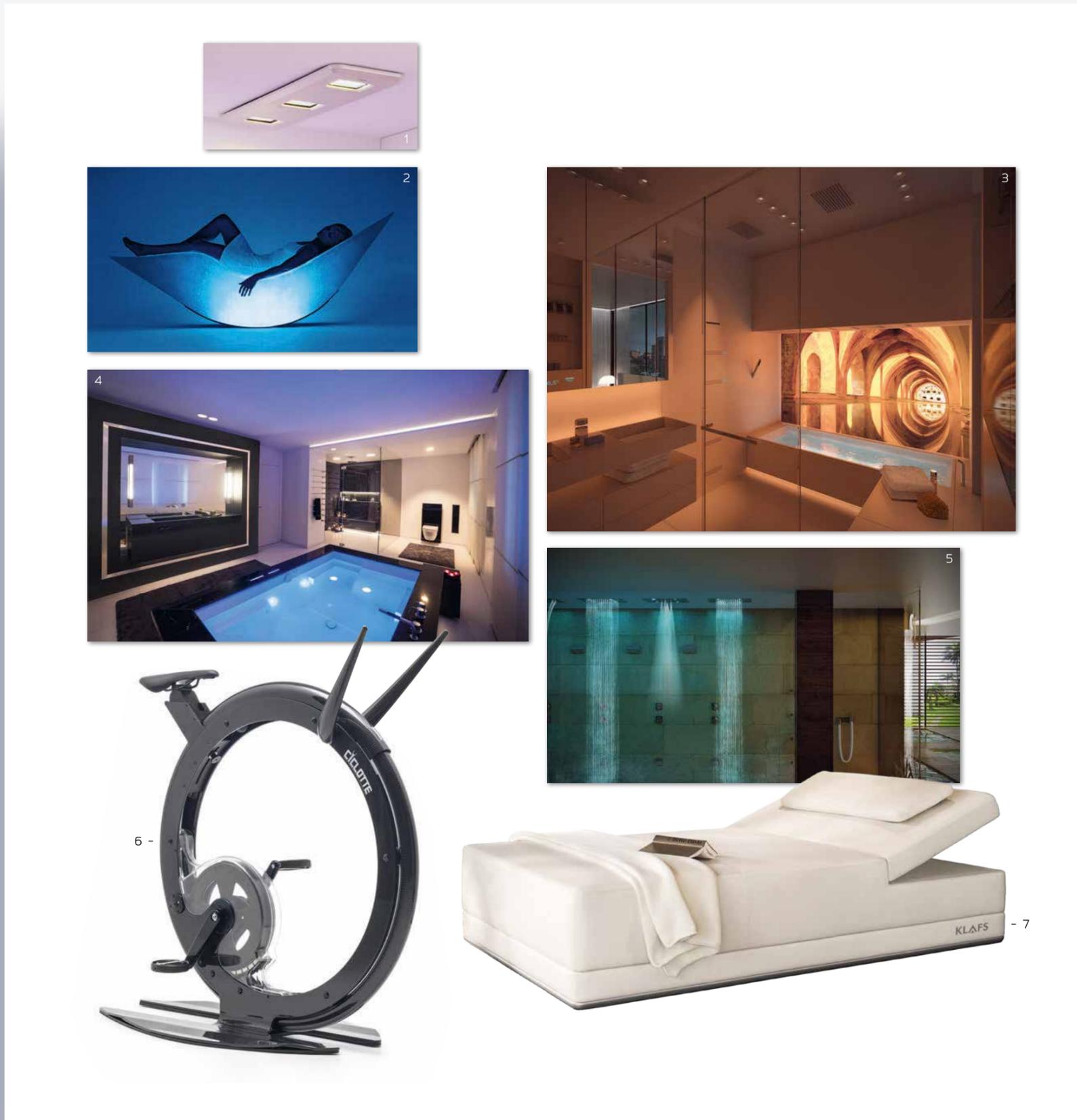
**M. Minkenberg:** Es ist beides gleichermaßen wichtig: Die Analyse der Kundschaft mit dem Ziel des Erkennens und Erfüllens ihrer emotionalen Bedürfnisse. Und darauf aufbauend die individuelle Gestaltung des Spas, wobei regionale Besonderheiten eingebunden werden sollten.

**Beeinflussen die Bedürfnisse Ihrer Kundschaft die Planung der Innenarchitektur?**

**M. Schmid:** Ja, entscheidend sogar. Grundsätzlich beschreibt die Kundschaft als erstes den Wunsch zur Planung, gemeinsam wird dann die Ist-Situation analysiert und schliesslich die Soll-Situation definiert. Vor allem bei einem Home Spa spielt das Wohlbefinden eine ausschlaggebende Rolle. Wenn wir uns dort



**1+7\_**Bei Wärme und Sonnenschein sind wir im Allgemeinen vitaler und entspannter; unsere Laune steigt. Eigenschaften, die man sich durchaus auch für zuhause wünscht. Mit der Besonnungseinrichtung «Sonnenwiese» und der bequemen Pendellege «Sway» steht einem wärmenden Sonnenbad in den eigenen vier Wänden nichts mehr im Wege. **KLAFS.CH** **2\_**«Alpha-sphere» ist weit mehr als eine Wellnessliege: Der österreichische Künstler Andreas Rodler, bekannt als «sha.», hat ein Konzept entwickelt, das auf dem Zusammenspiel von Licht, Klang, Wärme, Schwingung und Duft basiert und durch die Kombination von Sinnesreizen Menschen beim Entspannen hilft. *Foto: js/sha. SHA.ART* **3\_**Es kommt nicht zwingend auf die Raumgrösse an – das zeigt das Architekturkonzept «Small Size Premium Spa», kurz «SSPS», von Sieger Design. Es erfüllt alle Ansprüche eines Premium-Spa, verdichtet auf rund 6 m<sup>2</sup>. Eine durchdachte Zonen-Architektur und funktionsorientierte Anordnung der Elemente sind die Basis. Es lässt sich für verschiedene Design- und Stilwelten interpretieren und in der Ausstattung, der Material-, Oberflächen- und Farbwahl variieren. *Foto/Design: Sieger Design. SIEGER-DESIGN.COM* **4\_**Die Designwelten von Torsten Müller sind unterschiedlich und individuell. Denn jedes einzelne Konzept, vom kleinen Badezimmer bis hin zum grosszügigen Spa-Bereich, wird auf die Kundschaft und ihre Bedürfnisse zugeschnitten. *Design: Torsten Müller. DESIGN-BAD.COM* **5\_**Duschen als Erlebnis für alle Sinne: Die «Duftdusche ESB-II» ermöglicht die Beduftung von Duschwasser mit Magnetmembranpumpe und Dosiereinheit. Die Beduftung startet automatisch, wenn das Wasser in der Dusche aufgedreht wird, optional kann sie auch separat gestartet werden. *Foto: WDT Werner Dosiertechnik – Bossini. WERNER-DOSIERTECHNIK.DE* **6\_**Das Fahrrad «DTales» ist eine Synthese aus Eleganz und Handwerk, fesselnd im Design und stromlinienförmig in der Struktur. Es kombiniert offenporig bearbeitetes Holz, Holzintarsien und matte Kohlefasern in einer Struktur, die in ständiger Bewegung zu sein scheint. **CICLOTTE.COM**



**Torsten Müller ist  
Bad-Designer und hat  
klare Vorstellungen von  
einem Home Spa.**

nicht wohlfühlen, wird sich auch keine Erholung einstellen. Die primäre Anforderung sollte darin bestehen, seiner Gesundheit etwas Gutes tun zu können. Damit positive Emotionen in uns ausgelöst werden, muss unsere Umgebung sowohl anregend sein als auch beruhigend wirken. Beispiel für ein solch «optimales Reizniveau» liefert uns die Natur.

**T. Müller:** Emotionen spielen in jeder Phase eines Projektes eine wichtige Rolle – vor allem bei der finalen Umsetzung. Zum Beispiel, weil ein exklusiver Stein beim Ausschauen im Block (z.B. in Verona) doch ganz anders wirkt, wenn er als Element in der Bad-Architektur verbaut ist. Ich gehe bis zur Realisierung auf die Emotionen meiner KundInnen ein.

**M. Minkenberg:** Ja, sie sind alles entscheidend! Es heisst, dass die Einrichtung unseres Zuhauses dem Spiegel unserer Seele gleicht.

**Gilt das auch für das Badezimmer?**

**M. Schmid:** Dieser Aussage stimme ich nur bedingt zu, weil unser Zuhause leider nicht immer genau so aussieht, wie wir uns das wünschen würden. Dies kann aus finanziellen Gründen sein oder man ist sich mit dem Mitbewohner nicht einig oder es fehlen schlicht die Zeit und Energie, sich damit auseinanderzusetzen. Daher kann aus wohn- und architekturpsychologischer Sicht nicht ein einzelnes Einrichtungselement Aufschluss darüber geben, wie der Charakter des Bewohners ist. Der Mensch sollte immer als ein ganzheitliches System mit vielen Einflüssen und ganz unterschiedlichen Facetten betrachtet werden.

**T. Müller:** Das gilt vor allem für das Badezimmer! Dieser Raum gilt als energetisch bedeutendster im ganzen Haus, auch wenn das den meisten gar nicht bewusst ist. Hier reinigen wir uns nicht nur äusserlich, sondern auch unsere Seele – mit jedem physischen Waschgang werden wir auch emotionale Belastung los. Ganz egal, ob das unter der Dusche, beim Saunieren oder bei einem Vollbad ist. Das Bad ist längst keine reine Nasszelle mehr.

**M. Minkenberg:** Für mich stehen hierbei die fünf Elemente der menschlichen Bedürfnisse im Vordergrund. Diese sind Feuer (Wärme), Wasser, Erde, Metall und Licht unter Berücksichtigung der Feng Shui-Analyse. Hierdurch erreiche ich Zufriedenheit, Wohlgefühl und ein sofortiges Ankommen.

**Badewanne oder Whirlpool, Dampfbad oder Sauna – zu welcher technischen Ausstattung raten Sie?**

**M. Schmid:** Das hängt ganz vom jeweiligen Menschen ab. Wenn jemand im Element Wasser zur Ruhe kommt, ist die Badewanne oder der Whirlpool eine gute Lösung. Wenn jemand gerne schwimmt, wäre sogar ein Aussenpool in



1\_Der Wellness- und Sportbereich des Hotels Bergkristall in Oberstaufen bietet ein ausgewogenes Mass an Bewegungs- und Entspannungsmöglichkeiten, also alles, was es zum Wohlfühlen braucht. Ideal für ein Ganzkörpertraining ist die Fitnesswand «Wall» von Nohrd. Foto: Günter Standl. BERGKRISTALL.DE  
 2+3\_Das basisch-mineralische Körperpflegesalz «Meine Base» ist ein zertifiziertes Naturprodukt mit acht Edelsteinen. Es reinigt, pflegt und entspannt besonders intensiv; empfehlenswert dazu die Energie-Körperbürste, welche die Durchblutung fördert. JENTSCHURA-SHOP.CH  
 4\_Trampolinspringen kräftigt den ganzen Körper und löst Entspannungen im Nacken und Schulterbereich, das Körpergewebe wird gesamthaft trainiert und durchblutet. Über einen Konfigurator lässt sich dieses Mini-Trampolin nach eigenem Geschmack gestalten. BELLICON.COM  
 5\_Mehr Energie und weniger Stress: Yogaübungen sind bestens geeignet, um zu entspannen und sich mental wie körperlich zu stärken. Die «Super.natural Mat» ist frei von Weichmachern und Latex, zudem 100% recyclebar. SUPERNATURAL-MERINO.COM  
 6\_Der «Lumo Ultraschall-Diffuser» ist ideal für die Raumbeduftung mit verschiedenen Aroma-Ölen, inklusive beruhigender Farblicht-Therapie. DOTERRA.COM  
 7\_Sesamöl unterstützt die Gesundheit und sorgt für ein tiefes Wohlbefinden, vor allem bei einer Massage mit dem hochwertigen Öl. Die wertvollen Inhaltsstoffe von Sesam stärken Haut und Körper und versorgen beide mit wichtigen Vitalstoffen. PHARMOS-NATUR-SUISSE.CH



**Spa-Expertin  
 Marlis Minkenberg  
 verrät, was in ihrem  
 Home Spa nicht  
 fehlen darf.**

Betracht zu ziehen. Falls eher eine wärmende, heisse Umgebung den Abstand zum Alltag erleichtert, ist das Dampfbad oder eine Sauna passend. Wenn hingegen weder Hitze noch Wasser die vielversprechende Erholung bringt, könnte auch ein einfacher Massagesessel die Lösung sein.

Schlussendlich ist die technische Ausstattung, die einen Erholungseffekt bietet, sehr individuell. Nicht zu vergessen sind auch Themen wie Musik oder Gerüche, die ebenso wichtig sind wie eine perfekte Ausstattung. Denn auch die schönste Badewanne bringt keinen Erholungseffekt, wenn man von abgestandener Raumluft umgeben ist oder von Lärm abgelenkt wird.

**T. Müller:** Das hängt allein von den persönlichen Bedürfnissen der Kundschaft ab. Einzig ich als Mensch bin wichtig, und das, was ich benötige, um zu entspannen. Da kann selbst eine Dusche zum persönlichen Wellnessbereich werden. Man stelle sich nur eine Mindest-Bodenfläche von 1,40m x 1,40m vor, eine Sitzbank zum Verweilen und verschiedene Brausesysteme...

**M. Minkenberg:** Ich empfehle eine Badewanne für ein regenerierendes Basen-Bad. Weitere «Must Haves» sind für mich ausserdem eine Infrarot- und eine Kälte-Sauna. Eine Fitnesswand mit Bildschirm, ein Bike sowie ein Sound-System runden in meinen Augen die Ausstattung eines perfekten Home Spas ab.

#### Welche Stilwelten unterscheiden Sie und inwiefern spielt der Charakter eines Menschen dabei eine Rolle?

**M. Schmid:** Ich persönlich verfolge keinen spezifischen Architektur- oder Einrichtungsstil, sondern passe die Architektur jeweils dem Ort, den gegebenen Parametern, und – sofern bereits bekannt – der Bewohnerschaft an. Bei Stilwelten spielen eher persönliche Vorlieben zur Einrichtung eine Rolle und können von Trend zu Trend wieder wechseln. Charakterzüge, respektive Persönlichkeitsmerkmale, sind zwar auch formbar, aber bei den meisten Menschen sind sie über das gesamte Leben betrachtet recht stabil. Dies verdeutlicht, warum es wichtig ist, auf die Bedürfnisse von KundInnen zu achten und sich nicht von Trends leiten zu lassen. Trends werden von unserer Gesellschaft vorgegeben und können schnell wieder out sein und womöglich gar nicht den Bedürfnissen der KundInnen entsprechen.

**T. Müller:** Ich tendiere bei meiner Gestaltung generell zu Purismus und Minimalismus. Das heisst aber nicht, dass die Räume steril wirken, ganz im Gegenteil, zurückhaltend in der Grundgestaltung, kombiniert mit einer persönlichen Note und viel Wärme. Ich gehe auf die Vorstellungen und Ideen meiner KundInnen ein und berate sie entsprechend, da sie sich oftmals der Wirkung bestimmter Stile nicht bewusst sind: Ein weisser Raum beispielsweise wirkt auf Ibiza immer elegant. Derselbe Raum in Deutschland erzeugt Kälte und Unbehagen. Oder eine dunkle Einrichtung kann im Hotel unglaublich edel und elegant wirken. Der gleiche dunkle Stil zuhause, 365 Tage im Jahr, kann schnell zu dunkel sein und depressiv machen.

**M. Minkenberg:** Ich achte sehr auf den Charakter eines Menschen, denn nur so kann ich hinsichtlich des Stils die richtigen Entscheidungen treffen und auf die persönlichen Bedürfnisse eines Menschen eingehen.

#### Wie wichtig sind Farben und Materialien, bei der Raumgestaltung und der Einrichtung?

**M. Schmid:** Sehr wichtig! Farben und Materialien bestimmen massgebend, wie ein Raum auf uns wirkt. Beispielsweise bewirken warme Farben, dass wir uns entspannen und lebendig fühlen; im Gegensatz dazu führen sehr bunte Farben eher zur Reizüberflutung. Farben wie Rot wirken aktivierend und wären für einen Erholungsraum wie das Home Spa weniger geeignet. Weiche Oberflächen vermitteln mehr Sicherheit, und wenn es einen Platz zum Sitzen gibt, dann bevorzugen wir generell eine Wand im Rücken, so dass wir den Raum überblicken können.

Ausserdem sollten wir auf ein ausgewogenes Mass an Fenstern achten: Tageslicht ist wichtig, dennoch sollten nicht zu viele und nicht zu grosse Glasflächen geplant werden, weil sonst wiederum die Behaglichkeit und Geborgenheit beeinträchtigt werden können.

Auch das Raumklima sowie der Klang von Materialoberflächen sind nicht ausser acht zu lassen. Holz wirkt sich beispielsweise wohltuend auf das autonome Nervensystem aus. Eine Steinabdeckung hingegen erzeugt zwar mehr Lärm, ist aber beispielsweise in einem feuchten Dampfbad pflegeleichter und sinnvoller. Es sind also immer verschiedene Faktoren zu berücksichtigen.

Auch trägt der Blick ins Grüne zur Entspannung und Erholung bei, weil die Natur ein optimales Reizniveau bietet und unser Gehirn durch den Anblick der Natur Stress abbaut.

Bezüglich der Einrichtung des Home Spa's darf man sich auf die persönlichen Vorlieben für ein bestimmtes Design verlassen und sich von den Empfehlungen der ArchitektInnen, InnenarchitektInnen oder DesignerInnen inspirieren lassen. Schliesslich sollte das gesamte Farb- und Materialkonzept des Raumes harmonisch aufeinander abgestimmt sein und den persönlichen Vorlieben und dem Kostenrahmen entsprechen. Ob es dann schlussendlich ein Keramik- oder Corian-Waschbecken ist, hat zumindest aus wohn- und architekturpsychologischer Sicht weniger Einfluss auf die Erholungsqualität.

**T. Müller:** Wenn ich um einen Tipp gebeten werde, würde ich zu Natursteinboden und neutral gehaltenen Wandflächen raten – obwohl mit neutralen Wandflächen gerne solche mit speziellen Spachtel- oder Marmorieretechniken gemeint sind, die eine dezente Tiefe erzeugen. Und bei den Badmöbeln steht Individualität an erster Stelle. Niemand möchte ein austauschbares Bad. Gefragt sind optisch raue Oberflächen, sowie sanfte Farben bis hin zu Kontrasten, die der Persönlichkeit Ausdruck verleihen. Wir fahren oft mit unseren KundInnen zu exklusiven HerstellerInnen, damit sie sich vor Ort ein Bild machen können. Erst der Naturstein im Steinbruch, nachher ein massgeschneidertes Waschbecken – das ist, worauf die KundInnen Wert legen. Individualität, Persönlichkeit und Wertschätzung.

**M. Minkenberg:** Hier bin ich ein Freund von zeitlosen Materialien, die stilgerecht zur Region und der Architektur passen. Für mich haben eine authentische, natürliche und zeitgemässe Umsetzung Priorität.

#### Welche Ansprüche haben Sie an die Beleuchtung im Home Spa und was lässt sich mit ihr erreichen?

**M. Schmid:** Ebenso wichtig wie die Farben und Materialien ist das Licht. Die Beleuchtung gerät leider oft etwas in Vergessenheit, obwohl sie ganz entscheidend ist für das Raumempfinden. Man stelle sich eine Lagerhalle mit einer Kerzenbeleuchtung vor, die würde sich recht schnell zu einem Angstrraum entpuppen. Allerdings

kann es äusserst romantisch sein, ein kleines Badezimmer mit einigen kleinen Kerzenlichtern diffus zu beleuchten. Licht wirkt sich sehr stark auf unser Sicherheits- und Wohlgefühl aus. Besonders in einem Spa spielt die Beleuchtung eine wichtige Rolle. Wenn es kein Tageslicht gibt, sollte man umso mehr Wert auf Kunstlicht legen. Hier empfehle ich warm-weisses, behagliches Licht, vielleicht mit einer indirekten Leuchte, so dass eine harmonische und weder blendende noch grelle Ausleuchtung entsteht. Ob noch farbiges Leuchtmittel eingesetzt wird, hängt vom Gesamtkonzept ab.

**T. Müller:** Lichtdesign birgt die grösste Fehlerquelle. Seit Kurzem gibt es sogar spezielle Ausbildungsgänge dazu, was zeigt, wie wichtig gute Beleuchtung ist. Ähnlich einem Bühnenbild müssen auch Räumlichkeiten wie Bad und Home Spas richtig inszeniert werden. Eine durchdachte Lichtplanung beinhaltet eine ganze Bandbreite unterschiedlicher Beleuchtungsformen und setzt die einzelnen Komponenten in Szene, verbreitet die jeweils passende Lichtstimmung.

**M. Minkenberg:** Licht ist eine fundamentale Komponente. Unterschiedliche Lichtstimmungen mit Wohlfühlcharakter können die innere biologische Uhr des Nutzers unterstützen. Eine emotional fesselnde Lichtatmosphäre macht den Aufenthalt somit zum Erlebnis. Ich arbeite am liebsten mit natürlichem Licht in Kombination mit Farblicht. Energievoll ist es, wenn unterstützend Aromäole eingesetzt werden und entspannende Musik läuft. So kann das allgemeine Wohlbefinden enorm gesteigert werden und das Licht in unterschiedlichen Farben die verschiedensten Wirkungen erzeugen.

#### Stichwort Smart Home – wie viel Technik verträgt ein Home Spa, das ja der Entspannung dienen soll?

**M. Schmid:** Meine persönliche Haltung dazu ist, so viel Technik wie nötig und so wenig wie möglich. Erholung kann sich «einfach» einstellen, womöglich braucht es dafür gar nicht so viel Intervention – und diesem Prinzip sollte auch die Technik folgen. Ein unumgänglicher Punkt wird aber eine mechanische Lüftung zur Regulierung des Raumklimas sein. Es lohnt sich also, vorgängig mit einem Fachplaner zu definieren, welche technischen Massnahmen überhaupt notwendig sind und inwiefern die

Technik die persönliche Erholung sogar unterstützen kann.

**T. Müller:** Smart Home ja, aber reduziert. Es dürfen keine schwierigen Schaltszenarien hinterlegt sein, die die Handhabung erschweren. Die Bedienung muss einfach, logisch und verständlich sein – man sollte intuitiv damit klarkommen.

**M. Minkenberg:** In der heutigen Zeit trägt die Technik dazu bei, fast jeden Wunsch in einem Home Spa realisieren zu können.

#### Wie wichtig ist das Thema Nachhaltigkeit bei der Planung, welche Auswirkungen machen sich bemerkbar?

**M. Schmid:** Nachhaltigkeit ist ein ganz wichtiger Punkt auf mehreren Ebenen. Was, wenn eines Tages die Sauna nicht mehr gefragt ist, oder ich sie altersbedingt oder aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr benutzen kann? Flexibilität ist ganz entscheidend, vor allem im eigenen Zuhause, wo sich das Wohnen in unterschiedlichen Lebensphasen verändert. Daher würde ich mir überlegen, mit welchem Aufwand das Home Spa auch anderweitig nutzbar wäre und vor allem wie. Nicht wegzudenken ist aber auch die Energiethematik: Pragmatisch betrachtet ist ein Home Spa ein Luxusprodukt, und um den optimalen Nutzen daraus zu ziehen, sollte dafür Energie verwendet werden, die möglichst schonend und aus erneuerbaren Ressourcen gewonnen wird.

**T. Müller:** Ehrlich gesagt macht sich das Thema bisher noch gar nicht bemerkbar; nicht bei meiner Kundschaft.

**M. Minkenberg:** Sehr wichtig. In meinen Projekten lege ich viel Wert auf Regionalität und den achtsamen und schonenden Umgang mit den Ressourcen.

#### Vom funktionalen Raum zum Home Spa. Spielt die Raumgrösse die entscheidende Rolle oder was macht für Sie die Unterschiede aus?

**M. Schmid:** Die Raumgrösse macht vermutlich vor allem dann etwas aus, wenn man den Anspruch an ein besonders abwechslungsreiches Home Spa hat, also viele unterschiedliche und grössere Einrichtungen wie Pool oder Sauna haben möchte. Da braucht es einen gewissen Flächenbedarf. Ansonsten sehe ich eher die Qualität der Einrichtung vordergründig.

**T. Müller:** Die Grösse spielt keine Rolle, dafür wieder die individuellen Kundenwünsche. Manchmal braucht es nicht viel Raum, um die Träume des eigenen Wellness- und Wohlfühlbereiches umzusetzen. Das beste Beispiel ist die konzeptionelle Umsetzung eines Kleinst-Spas von Sieger Design (siehe Foto).

**M. Minkenberg:** Wichtig sind Atmosphäre, Farben, Materialien, Düfte und Klänge, um alle Sinne anzusprechen. Die Grösse ist erstmal zweitrangig. Vielmehr kommt es darauf an, dass das Home Spa zu den Menschen passt, für die es konzipiert wurde.

#### Wie definieren Sie Home Spa?

**M. Schmid:** In meinem Home Spa fühle ich mich wohl, kann mich vom Alltag distanzieren und mich erholen, weil es auf meine Bedürfnisse abgestimmt und nach meinen Wünschen gestaltet ist. Hier bestimme ich selbst, wo, wie, wann, wie lange, und mit wem ich meine persönliche Spa-Zeit nutze, respektive wie ich meinen Energiespeicher wieder auffülle. Schliesslich erfahre ich in meinem Home Spa mehr Privatheit, als wenn ich in ein öffentliches Spa gehen würde.

**T. Müller:** Das ist der Ort, an dem ich Belastung abwaschen und energetisch aufladen kann. Als ob ich einmal den Reset-Knopf drücken würde, um wieder zu mir zu finden.

**M. Minkenberg:** Ein englisches Sprichwort besagt: «Home is where your heart is.» In unserem Zuhause ist das der Ort, an dem wir Geborgenheit erfahren, uns fallen lassen können und uns wohlfühlen – das ist Home Spa. ■