

## **Rücksichtsvolles Verhalten im Spa**

Hamburg, 26. Januar 2019. Die kalte dunkle Jahreszeit ist perfekt geeignet für einen erholsamen Besuch im Spa. Hier einige nützliche Tipps, damit Sie so richtig entspannen können. Machen Sie sich vor Ihrem ersten Besuch in einer Wellness-Oase mit den wichtigsten Gegebenheiten vertraut – persönlich, im Internet oder in einem Prospekt.

Buchen Sie rechtzeitig einen Termin für Ihre gewünschte Behandlung und lassen Sie sich vorab telefonisch über die verschiedenen Angebote beraten. Können Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen, ist er so früh wie möglich abzusagen, damit er anderweitig vergeben werden kann. Pünktlichkeit ist wichtig, sonst kann die Zeit der Behandlung verkürzt werden, da der nächste Spa-Besucher bereits wartet. Nach Möglichkeit kommen Sie 10 – 15 Minuten vor Ihrer Behandlung, damit Sie noch einen Moment zur Ruhe kommen können. Frisch geduscht, ungeschminkt und in bequemer Kleidung können Sie Ihre Anwendungen am besten genießen. Männer sollten für eine Gesichtsbehandlung glattrasiert sein. In den meisten Hotels mit einem Spa-Bereich können Sie im Bademantel erscheinen sofern Sie nicht durch die Hotelhalle oder gar ein Restaurant gehen müssen.

## **Vor der Behandlung in die Sauna**

In Deutschland ist es üblich, die Sauna unbekleidet zu genießen. Deponieren Sie Ihren Bademantel und die Saunaschuhe vor der Saunakabine und nehmen Sie nur ein ausreichend großes Saunatuch mit, damit Ihre Haut nicht mit dem Holz in Berührung kommt. Mit einem zusätzlichen kleinen Handtuch können Sie zwischendurch den Schweiß abwischen. Abschaben mit der Hand ist unhygienisch und stört. Beim Betreten der Sauna ist es üblich zu grüßen. Keinesfalls begrüßt man sich in der Kabine mit Handschlag oder Bussi Bussi. Wenn Sie sich unterhalten möchten, tun Sie es leise und diskret, damit die anderen Gäste nicht gestört werden. Halten Sie Distanz und verzichten Sie auf intensiven Blickkontakt. Zärtlichkeiten und intime Berührungen mit dem Partner sind tabu. Begegnen Sie entweder in der Saunakabine, beim Freiluftgang oder im Pool jemand aus Ihrem beruflichen Umfeld, grüßen Sie nur kurz mit einem Kopfnicken und widmen sich dann weiterhin Ihren Aktivitäten. Lässt es sich nicht verhindern, dass Sie angesprochen werden, ziehen Sie möglichst Ihren Bademantel an oder bedecken Sie sich mit Ihrem Handtuch. Nach einem kurzen Gespräch können Sie sich wieder verabschieden und in einen anderen Bereich begeben.

## **Essen und Trinken**

Im Bistro-Bereich, auf dem Weg zur Behandlung und in der Ruhezone trägt man entweder einen Bademantel oder Sportbekleidung. Mitgebrachte Speisen und Getränke, vor allem Alkohol, sind unerwünscht oder erst gar nicht erlaubt. Wasser und Tee werden in den meisten Spa-Bereichen kostenlos angeboten.

Zur Massage oder zum Körperpeeling wird die Kleidung inklusive Unterwäsche ausgezogen. Slip oder Boxershorts können Sie je nach Behandlung anbehalten oder Sie bekommen einen Einwegslip zur Verfügung gestellt. Die gerade nicht behandelten Körperteile werden mit Handtüchern abgedeckt, damit Sie nicht frieren. Lassen Sie sich über den genauen Ablauf beraten. Am besten entspannen Sie sich bei leiser Musik und ohne Small Talk. Wenn Sie die Augen schließen, machen Sie damit klar, dass Sie sich nicht unterhalten möchten.

Ihr Handy lassen Sie am besten im Hotelzimmer oder schließen es in einem Spind ein nachdem Sie es auf lautlos gestellt haben. Laute Unterhaltungen mit anderen Gästen oder am Handy sind im Spa-Bereich ausgesprochen störend.

Teure Kosmetik- oder Duftproben sind nicht zur exzessiven Benutzung oder zum Mitnehmen gedacht, sondern lediglich zum Testen. Nutzen Sie den Ruhe- und Duschbereich im Spa nicht zur ausgiebigen Körperpflege inklusive Rasur, Maniküre und Pediküre. Haare und Nägel verstopfen die Abflüsse und werden als ausgesprochen eklig empfunden.

Wenn Sie den Spa-Bereich zufrieden verlassen, freut sich der Masseur oder die Kosmetikerin über ein Trinkgeld von 5 – 10 Prozent des Rechnungsbetrages, das Sie mit einem entsprechenden Vermerk an der Rezeption hinterlassen oder in eine dafür vorgesehene Schale im Behandlungsraum legen können.

#### 4.056 Zeichen

*Redaktion: Lis Droste, Stil und Etikette, Imme Vogelsang*

#### **ETI: Etikette Trainer International**

ETI ist ein Zusammenschluss von internationalen Etikette Trainern, die gesellschaftliche Entwicklungen diskutieren, mit traditionellen Formen vergleichen und gegebenenfalls neue Standards setzen. Diese Empfehlungen werden in Seminaren, Pressegesprächen und Veröffentlichungen transportiert. Alle Mitglieder haben eine qualifizierte Ausbildung in den Bereichen Umgangsformen, Hotellerie, Gastronomie oder Protokoll und bilden sich ständig weiter. Dieses Netzwerk von Spezialisten steht für Aktualität, Kompetenz und Qualität.