

Vertrauen Sie auf die Weisheit Ihres Körpers



Schön, dass Sie sich Zeit nehmen.

Mein Name ist Karin Ute Reuter, geboren 1973 in Alzenau.

Seit 2007 bin ich staatl. geprüfte Spa- & Wellnesstrainerin und biete Ihnen, individuell abgestimmt auf Ihre Wünsche und Bedürfnisse, eine Gegenwelt zum Zeit- und Erfolgsdruck.

Mit meinem hochwertigen Angebot, meinem exklusiven Service der mobilen Wellness und meiner qualifizierten Ausbildung, möchte ich Ihnen ein Stück Lebensqualität zurückgeben und Sie motivieren, dauerhaft etwas für Ihre Gesundheit zu tun.

Ich helfe Ihnen wie Sie:

- sich leichter motivieren
- besser mit Stress umgehen
- jederzeit Entspannung finden
- körperlich und seelisch fit werden
- Ihr Wohlbefinden gezielt verbessern können



Ein umfassendes Wohlbefinden ist keine unerreichbare Traumvorstellung. Es sind oft nur kleine Veränderungen nötig und die Umsetzung ist viel leichter als Sie denken.

Lust auf Bewegung, sinnvolle Nahrung für Leib und Seele, die Kunst der Entspannung - das sind die besten Voraussetzungen für unser Wohlbefinden.

Rücken-Nacken-Massage „Classic“

Diese druckvoll ausgeführte klassische Massage löst Verspannungen und lindert Schmerzen. Streichungen, Knetungen und Friktionen lockern die Muskulatur und fördern die Durchblutung. Genießen Sie diese wohltuende Anwendung für Ihren stark beanspruchten Rücken.

Aromaöl-Massage

Individuell ausgesuchte ätherische Öle werden sanft in die Haut einmassiert. Je nach Art der verwendeten Duftstoffe wirkt die Aromaöl-Massage entspannend oder anregend. Neben der eigentlichen Wirksamkeit der Pflanzenessenzen steigert ihr Duft das individuelle Wohlbefinden.



Rücken-Fit-Massage

Vitalisierende, durchblutungsfördernde Massage, die den gesamten Schulter-, Nacken- und Rückenbereich belebt.

Wellness-Energie-Massage

Vergessen Sie Stress, Leistungsdruck und Hektik. Genießen Sie sanfte Massagegriffe, die zur Lockerung der Muskulatur beitragen und Verspannungen lösen. So bringen Sie Körper, Geist und Seele in Einklang.

Kopfmassage „Kopf frei“

Entspannung und Ruhe finden, während Kopf, Gesicht und Dekolleté sanft massiert werden. Wechselnde Techniken lockern Nacken- und Schultermuskulatur. Die Massage regt zusätzlich die Durchblutung der Kopfhaut an, wodurch Schlackstoffe aktiv abgebaut werden.

Thalasso-Anwendungen

„Holen Sie sich das Meer nach Hause“

Thalasso, griech. „thalassa“ bedeutet: „das Meer“. Thalasso nutzt die Kraft des Meeres mit seinem Potenzial an Spurenelementen, Vitaminen, Proteinen, Mineralstoffen und Aminosäuren, welche in Meersalz, Meeresalgen und Meeresschlamm enthalten sind.

Laminaria-Algen-Vital-Massage

Fördert die Durchblutung der Haut, lockert die Muskulatur und hilft Verspannungen abzubauen. Das Ergebnis ist ein weiches und glattes Hautbild.

Meereslotion-Massage

Die Massage mit Jojobaöl und Aloe gibt der Haut mehr Geschmeidigkeit und sorgt für vitales Wohlbefinden. Hamameliswasser steigert die hautstraffende und vitalisierende Wirkung des Algenextraktes.

Lomi Lomi Nui

–traditionelle hawaiianische Massage–



Lomi Lomi Nui dient nicht nur der Entspannung, sondern auch der körperlichen, seelischen und geistigen Reinigung. Bei dieser Massage wird nicht nur mit den Händen, sondern mit den gesamten Unterarmen einschließlich der Ellenbogen gearbeitet. Sie wirkt tief im Gewebe, wo viele alte und junge Verspannungen wohnen. Lange Streichungen verbinden alle Körperregionen und vermitteln das Gefühl von tiefer Geborgenheit. Nach wenigen Minuten beginnen die Muskeln loszulassen, der Geist fängt an sich zu entspannen und sämtliche störenden Gedanken verschwinden.