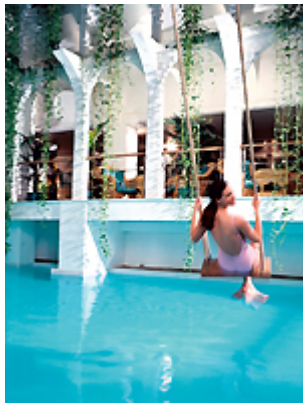


WO FRAU EINFACH FRAU SEIN KANN



Schon lange nicht mehr so relaxed gefühlt: Der Atrium-Pool im Sanctuary
Ansprüchen genügend.

» Kein Zutritt für Männer: Londons Wellness-Oase The Sanctuary



Wellnessen in London

VON VALESKA JANSEN

Der Regen und das hektische Treiben auf Londons Strassen sind vor der Tür geblieben. Entspannt sitze ich im Empfangsraum und beobachte neugierig, was im Wohlfühltempel läuft. Männer sind nicht in Sicht, die haben hier keinen Zutritt. The Sanctuary ist Londons ältester und grösster Day Spa, der ausschliesslich Frauen vorbehalten ist. Ein riesige Wohlfühl-Oase auf sechs Etagen, höchsten

Es ist ein eigenartiges, aber gleichzeitig angenehmes Gefühl, sich hier als Frau vollkommen ungeniert bewegen zu können: kein Schaulaufen, kein Bauch-rein-oder-Brust-Raus, keine Hemmungen wegen Zellulitis. Frau darf einfach Frau sein.

Anni Hood, die Managerin des Sanctuary Spa, erzählt, dass viele Männer ihren Gattinnen einen Gutschein für einen Sanctuary-Tag schenken. Besonders Väter beschenken der gestressten Mama ein paar erholsame Stunden.

Mir gegenüber sitzt eine junge Mutter, die von ihrem Mann mit einem Wellness-Tag überrascht wurde. Sie studiert ein Magazin nach dem anderen. Josseline sagt, sie habe sich schon lange nicht mehr so relaxed gefühlt. Sie ist glücklich an diesem Tag ohne Baby-Geschrei.

1964 eröffnete der amerikanische Tänzer und Choreograf Gary Cockrell in der Floral Street 12, nahe dem Covent Garden, ein grosses Ballett-Studio. Weltberühmte Tänzer wie Gene Kelly, Dame Margot Fonteyn und Nureyev trainierten, Schauspieler wie Dustin Hoffman oder Donald Sutherland schwitzten hier.

1977 kam Gary Cockrell die Idee, einen Teil seines Studios zum Wellness-Tempel nur für Frauen umzubauen. Es entstand das Sanctuary. Überall ist die ehemalige Bestimmung des Hauses noch zu sehen. Handläufe im Flur erinnern an Ballettunterricht, das Parkett an darüber tanzende Spitzenschuhe.

Es duftet nach Vanille und ätherischen Ölen

Angestellte verwöhnen die Damen mit diversen Köstlichkeiten, Fruchtsäften, Tee und reichhaltigen Obsttellern. In der Mitte der Lounge flackert ein Feuer in einer grossen Steinschale. Die Fenster sind mit hellen Rollos verhangen. Es duftet nach Vanille und ätherischen Ölen.

Hier sehen alle Frauen gleich aus: Bademantel aus Frottee und Badeschuhe, feuchte Haare, ungeschminkt und schmucklos. Frau fühlt sich wie in einer anderen Welt, einer Welt ohne Männer.

Mehr als 50 000 Frauen nutzen jährlich diese Oase der Entspannung und Ruhe mitten in London. Viereinhalb Millionen Franken wurden 2002 in die komplette Renovierung investiert. Das Sanctuary soll modernsten und höchsten Ansprüchen gerecht werden. 43 Behandlungsräume, vier Pools, zwei Lounges, eine Sauna, ein Sanarium - eine den Kreislauf schonende Sauna - und ein Hammam verteilen sich auf sechs Stockwerke. Im Restaurant ist das Champagner-Frühstück ein Renner. An jedem Tag der Woche, von früh morgens bis spät abends, sorgen 75

Therapeutinnen und Therapeuten für entspannte und gepflegte Frauenkörper.

Am beliebtesten sind Mande-Lular-Massagen, eine Gesichtsbehandlung unter dem Titel «Acu Spa Facial Experienc» und ein himmlisches Haar-Crème-Bad. Fast alle verwendeten Produkte wurden exklusiv für das Sanctuary entwickelt und können im internen Shop auch gekauft werden.

Michelle ruft mich auf, sie ist meine Therapeutin für die nächste knappe Stunde. Ich genieße die Mande-Lular-Massage, eine Spezialität aus Indonesien: Waschen, peelen, massieren, crèmen, mit köstlich duftenden Essenzen aus Reis, Honig, Kokosnussmilch, Gelbwurz, Rosskastanie und Kamille.

Viele Models und Musikerinnen besuchen das Sanctuary

Michelle sagt, sie sei stolz, hier arbeiten zu dürfen. Ihre Zufriedenheit überträgt sich sofort. Sie erzählt mir, dass viele Models und Musikerinnen das Sanctuary besuchen würden. Es fallen Namen wie Atomic Kitten, Sophie Anderton und Joanna Taylo.

Da kann ich leicht mitreden, denn Prominenz bin ich erst gestern in einem andern Londoner Wohlfühl-Tempel begegnet. Während ich am Empfang des zum Mandarin Oriental Hotel gehörenden Spas wartete, lief mir Ronan Keating über den Weg.

Im Unterschied zum Sanctuary, wo ich unter Frauen jegliche Anflüge von Eitelkeit vergessen darf, zog ich bei Keatings Anblick reflexartig den Bauch ein und fragte mich: Sitzt die Frisur auch richtig?

Nach Michelles Mande-Lular-Behandlung im Sanctuary wäre eine kleine Erfrischung in einem Pool nicht schlecht. Auf einer Hinweistafel im Treppenhaus steht neben einer Tür «Koi Carp Lounge». Neugierig trete ich ein. Liegen mit dicken Kissen in Pastelltönen und Korbsessel umgeben einen Teich in der Mitte des Raumes. Im Wasser Dutzende von riesigen Koi-Karpfen, die der Lounge den Namen gaben. Über eine kleine Brücke erreiche ich einen Korbstuhl. Die Kois strecken neugierig ihre Mäuler aus dem Wasser. Auf den Liegen schlafen oder lesen Frauen. In der Saftbar in der Ecke surrt von Zeit zu Zeit der Mixer. Vom Korbstuhl aus genieße ich den Blick auf den Atrium-Pool, der ein Stockwerk tiefer türkisblau leuchtet. Langsam schwingt eine leere Schaukel über dem Wasser. Der Londoner Regen prasselt auf eine Glaskuppel.

Im kleinen Whirlpool tummeln sich fünf Frauen. Sie lachen und unterhalten sich angeregt. Von Prüderie ist hier nichts zu spüren. Kein Wunder, Frau ist ja unter sich. Dicke, dünne, junge, alte, hübsche, weniger hübsche - das Sanctuary ist ein Paradies für alle Frauen.

Wellnessen in London

The Sanctuary, 12 Floral Street, Covent Garden, London WC2E 9DH, Tel 0044 870 770 3350, www.thesanctuary.co.uk Täglich von 9.30 bis 20 Uhr geöffnet. Ein Tagesbesuch inklusive einer 25-minütigen Behandlung kostet ab 230 Franken. Die Mande Lular Body Indulgence kostet 136 Franken und dauert 55 Minuten, das Crèmehaarbad gibt es für 80 Franken pro 25 Minuten. Die Jahresmitgliedschaft wird ab 4900 Franken angeboten.

The Mandarin Oriental Hyde Park, 66 Knightsbridge, London SW1X 7LA, Tel 0044 20 7235 2000, www.mandarinoriental.com Doppelzimmer ab 700 Franken. Bei Falcon (Tel 01 295 55 11, www.falcon-travel.ch) kostet ein Dreitagearrangement mit Flug und zwei Übernachtungen im DZ ab 735 Franken pro Person. Spa: Täglich von 7 bis 22 Uhr geöffnet. Ayurvedic Holistic Body Treatment kostet 390 Franken (zwei Stunden), orientalische Kopfmassage 95 Franken (25 Minuten).