

# TAG EN PAUSE FRA HVERDAGEN

Glem vintervej og stress for en stund og forkæl alle sanser med massage, olier, peeling og paraffin. Momento lagde krop til en omfattende luksusbehandling fra top til tå.

Af Maria Lützen

**Kulde, stress og dagligdagens trummerum har det med at sætte sig i kroppen.** Her bliver det til spændinger, urenheder, flossede negle og knastør hud, som kan gøre den mørke tid endnu tungere at komme igennem. Heldigvis er der hjælp at hente. Med en spa-behandling bliver hele kroppen forkælet og plejet, og en følelse af velvære afløser de stive lemmer og den vintertrætte hud. Mine personlige erfaringer med spa- og skønhedsbehandlinger var begrænset til enkelte besøg hos negleklivniker i New York, hvor de små klinikker ligger gavmildt spredt ud over hele byen. Så da Momento blev inviteret til at prøve behandlingen "Wellness i den 7. himmel" hos klinikken Art of Style i det indre København, slog jeg til. Hos Art of Style, som uddanner bl.a. kosmetologer, stylisten, frisører og makeupartister, kan man vælge at blive behandlet af en elev til en pris, der er væsentligt lavere end traditionelle spa-behandlinger.

## MASSAGE LØSNER SPÆNDINGER

Det er onsdag eftermiddag, da jeg træder ind ad døren hos klinikken og straks bliver mødt af det smilende



Det er vigtigt at bruge de rigtige produkter til de forskellige hudtyper. Hos Art of Style bruges bl.a. Guinot, som er uden parabener.

Mens vipper og bryn farves, bliver halsen plejet af en særlig creme, som er udviklet specielt til huden på halsen, forklarer Helena.



Den kosmetologstuderende Helena lægger alle kræfter i for at få bugt med journalistens spændinger.

personale. Første del af behandlingen er en dybdegående kropsmassage, og jeg bliver bedt om at smide tøjet. Tanken om at skulle ud af min varme jakke og blotte mit skummetmælksfarvede vinterlegeme, virker ikke umiddelbart tillokkende, men det varme lokale og den stemningsfulde musik og behagelige belysning får mig til at slappe af. Helena, den kosmetologstuderende, der behandler mig, pakker mig ind i et blødt tæppe og går i gang med at massere min ryg og nakke.

"Du er lidt anspændt," konstaterer hun. Og hun har ret. Muskelspændinger fra alt for meget arbejde foran computeren har lagt sig som et tungt bælte over min nakke. Mens Helena masserer med olie, bliver der langsomt løst op, og musklerne slapper af. Så er turen kommet til underkroppen. "Peel du din hud," spørger Helena, og jeg må med skam meddele, at det ikke altid er hver uge, jeg husker at skrubbe huden med en bodyscrub eller peelingcreme. "Det er en rigtig god idé at gøre. Det fjerner de døde hudceller og sørger for, at fugt fra creme og bodylotion kan trænge dybere ned i huden," forklarer hun, mens hun lægger hele sin kropsvægt i at massere min ryg. En dyb varme har bredt sig i hele min krop. Massagen har sat gang i blodomløbet, hvilket kan øge udskillelsen af affaldsstoffer, siger Helena. "Så det er vigtigt,

at du husker at drikke en masse vand for at få affaldsstofferne ud af systemet," råder hun.

## HVERDAGEN FORSVINDER

Næste del af behandlingen er en paraffinbehandling af enten hænder eller fødder. Med tanke på mine udsatte hænder, der dagligt må gennem flere cykelture (ofte uden vante), bliver det dem, jeg vælger at dyppe i det lille fad med flydende paraffin, som Helena stiller frem. Hænderne bliver smurt ind i fugtplejende creme først. Det føles som flydende stearin, når hænderne blidt bliver lagt i karret, bare knap så varmt, og stivner hurtigt som en beskyttende håndmaske. Herefter bliver mine hænder pakket ind i plastic og derudover et par tykke luffer, som holder på varmen og sikrer, at paraffinen fugter i dybden.

Så er turen kommet til mit ansigt. Helena bruger en kraftig lampe og en lup til at fastslå min hudtype. "Du har fugttør hud, men slår også lidt ud," konstaterer hun og vælger produkter af mærket Guinot til at rense, pleje og fugte min hud. Med varm, masseret krop, indpakkede hænder og velduftende, parabene-fri ansigtsmaske i hovedet virker den stressede dagligdag udenfor pludselig meget langt væk.

Endnu længere væk forsvinder den, da Helena forsigtigt putter mine fødder i et varmt

fodbad, som forberedelse til den pedicure, der er en del af behandlingen. Jeg føler mig gennemplejet i alle leder og kanter, men mangler stadig endnu en behandling: farvning af bryn og vipper. Helena anbefaler en blå-sort farve til mine vipper for at give dem så intens en nuance som muligt, og jeg lader hendes kyndige hænder duppe farven på. Til sidst bliver mine fødder peelet, neglene klippet og filet, og efter en skøn fodmassage, får jeg lagt en lak på, med en farve efter eget ønske. Jeg siger farvel og forlader stedet svævende på en sky af wellness. ●●●

## ART OF STYLES "WELLNESS I DEN 7. HIMMEL"

Med i behandlingen følger: En dybdegående ansigtsbehandling med farvning af bryn og vipper, kropsmassage, manicure eller pedicure og paraffinbehandling af enten hænder eller fødder.

"Wellness i den 7. Himmel" varer 3,5 time og kan fås på Art of Styles skoler i København, Århus, Aalborg, Odense og Kolding. En elevbehandling koster 545 kr.

Udføres den af en professionel er prisen 910 kr.