



**"antura" health & beauty**

---

## **Immer in Balance**

### **Das neue Münchner Ethno-Wellness-Zentrum bietet eine einzigartige Palette westlich-moderner und asiatisch-traditioneller Therapien**

East meets West zum Wohlfühlen: Im neuen, ärztlich geleiteten "antura" health & beauty Zentrum im Münchner Stadtteil Alt-Bogenhausen bilden europäische Medizin und fernöstliches Heilwissen eine einzigartige Symbiose.

Fast drei Dutzend verschiedene Therapieangebote stehen zur Wahl, um den Menschen zu seiner ruhigen Mitte zu führen; ihm seine – durch Stress, Krankheit, Alter oder andere Faktoren - gestörte Balance wieder zu geben.

Das Spektrum reicht von medizinisch betreuter Leistungs- und Labordiagnostik über Anti-Aging-Behandlungen (auch für Männer !), Ernährungsberatung, Gewichtsmanagement, Natur- und Hightech-Kosmetik (benutzt werden Produkte von der Karibikinsel St. Barth, aus der Palette von MBR – Medical Beauty Research sowie die Silk-Kosmetik von Kanebo) bis hin zur Physiotherapie und zu traditionellen asiatischen Entspannungstechniken bzw. Heilmethoden.

Ob sanfte Massage mit tropischen Elixieren, Power-Plate, La Stone-Therapie oder Rückenschule, ob mentales Coaching, Faltenbehandlung, Shiatsu oder Holopathie, Ayurveda, Pilates, Yoga – "antura" hat alles im Programm.

Qualifizierte Experten, vom Mediziner bis zur Psychologin, vom Heilpraktiker bis zum Sportwissenschaftler, sorgen in asiatisch-puristischem Wohlfühlambiente für vollkommenes Wohlbefinden und individuelle Lösungen. Spezielle Therapiekonzepte wurden u.a. entwickelt für Cellulite, Übergewicht und die alternde Haut.

Der Ansatz von "antura" ist stets ein ganzheitlicher.

Bei der **Cellulite-Behandlung** zum Beispiel setzt "antura" auf das Zusammenwirken u.a. der Faktoren Fettabbau (durch spezielle Ernährung), Cellutron (äußere Anwendung) und Mesotherapie (Unterspritzung).

Mit Hilfe des neuen Bodyshapers, der derzeit bei "antura" exklusiv in Deutschland zur Verfügung steht, werden zudem die Fettzellen eingeschmolzen und abtransportiert. Die Fettverbrennung wiederum wird unterstützt durch die Power Plate. Dieses ebenfalls neuartige Ganzkörpertrainingsgerät führt zu einem erhöhten Grundumsatz und reduziert damit die Fettgewebeschichten. Zehn Minuten Power Plate ersetzen 1,5 Stunden herkömmliches Training.

Einige weitere Beispiele aus dem umfangreichen Gesundheits-, Entspannungs- und Wohlfühlangebot von "antura":

### **Lomi-Lomi-Nui**

Hinter dem melodischen Begriff verbirgt sich eine spezielle Form der Stimulation von Muskel- und Lymphsystem. Ausgeführt wird diese hawaiianische Tempelmassage mit Handflächen, Daumen, Fingerknöcheln und Unterarmen in Form einer rhythmischen tänzerischen Bewegung. Ihr Ziel ist es, den unterbrochenen Energiefluss auszugleichen, die Durchblutung und Nährstoffversorgung der Muskeln anzuregen und das Lymphsystem zu stimulieren. Auf der Gefühlsebene kann Lomi-Lomi-Nui von Angst und negativen Gedanken befreien.

### **Craniosacrale Therapie**

Craniosacral leitet sich ab von Schädel (lat. *cranium*) und Kreuzbein (lat. *sacrum*). Zwischen diesen beiden Polen befindet sich die Hirn- und Rückenmarksflüssigkeit. Sie sorgt u.a. dafür, dass sich die durch Nähte miteinander verbundenen Teile des Schädels bewegen ("atmen"). Durch Ertasten dieser winzigen Atembewegungen am Schädelknochen und an der Wirbelsäule kann der Osteopath Störungen oder Schäden ablesen und behandeln. Die Craniosacrale Therapie ist sowohl eine manuelle Behandlung, die korrigierende Arbeit auf der körperlichen Ebene leistet als auch eine energetische und emotionale Ausgleichs- und Lösungsmethode.

### **Dermabrasion**

Bei der Dermabrasion handelt es sich um ein schonendes Peeling der Haut. Mit einem Kristall werden dabei die oberflächlichen Verhornungen abgeschliffen. Pflegende und regenerierende Produkte können danach besser aufgenommen werden. Die Therapie ist völlig schmerzfrei, jederzeit durchführbar und verursacht keinerlei Nebenwirkungen. Die Haut zeigt sich nach der Behandlung rosig; ohne jegliche Irritation oder andere sichtbare Hinweise auf das sanfte Schleifen. Die Dermabrasion hilft bei Akne und im Rahmen der Anti-Aging-Therapie.

### **La Stone Therapie**

Diese Therapie entspringt indianischen und chinesischen Heilweisen. Sie basiert auf dem Ansatz, die Reflexzonen bzw. Energiezentren des Körpers durch punktuell zugeführte Wärme zu stimulieren. Als Wärmeträger werden

Lavasteine unterschiedlicher Größe eingesetzt. Ihre Hitze lockert die Muskulatur und führt zu besserer Durchblutung, wodurch wiederum das Lymphsystem angeregt und der Körper entgiftet wird. Nach der "hochgradigen" ersten Behandlungsphase folgt eine zweite mit kalten Steinen zur Stärkung des Immunsystems. Die La Stone Therapie führt zu tiefer Entspannung und Regeneration.

### **Tibetanische Klangschaalenmassage**

Die sphärischen Klänge der Klangschaalen bringen den Menschen an den Ursprung seines Werdens, den Kosmos. Sie führen ihn zurück zu seinem Urvertrauen. Das bringt Sicherheit und macht stark. Die tibetanische Klangschaalenmassage zeigt gute Erfolge bei Kindern mit Verhaltens- und Lernstörungen.

"antura"-Angebote werden ab 60 Euro angeboten (z.B. für eine kürzere kosmetische Behandlung). Für eine Dermabrasion sind mit circa 100 Euro zu rechnen. Das Gros der Therapien (z.B. Craniosacraltherapie, Klangschaalenthherapie, Shiatsu) liegt bei circa 70 bis 80 Euro pro Stunde; eine Ayurveda-Einheit kostet circa 100 Euro. Für jede Therapie gibt es auch ein halbstündiges Kennenlernangebot zum halben Preis.

Darüber hinaus bietet "antura" in allen Bereichen immer wieder preisgünstige Monats-Specials sowie großzügig kalkulierte All-Round-Pakete mit Therapien verschiedener Art an, z.B. Wellnessbehandlung, Kosmetik, Solarium plus ein Geschenk für circa 150 Euro. Diese Angebote können jeweils auf der "antura"-Internetseite aktuell abgefragt werden.

Kosmetische Verjüngungsmethoden wie z.B. Botoxspritzen sind ab 250 Euro erhältlich (drei Regionen 500 Euro); Faltenunterspritzung mit Fillern kostet circa 330 Euro je nach Ausmaß und Menge des Spritzmaterials.

## **"Der Weg zur Gesundheit besteht aus einem duftenden Bad und einer Ölmassage"**

**Hippocrates, 5. Jh. v. Chr.**

### Pressekontakt:

antura-health & beauty GmbH & Co.KG  
Dr. Lieselotte Kuch  
Schreinerstraße 9  
81679 München  
Tel. ++ 49 89 / 98 24 78 80  
Fax ++ 49 89 / 90 77 48 99  
E-mail: [info@antura-muenchen.de](mailto:info@antura-muenchen.de)  
[www.antura-muenchen.de](http://www.antura-muenchen.de)

Kleber PR Network GmbH  
Hamburger Allee 45  
60486 Frankfurt  
Tel. + 49 69 / 71 91 36-0  
Fax. +49 69 / 71 91 36-51  
E-mail: [kprn@kprn.de](mailto:kprn@kprn.de)  
[www.kprn.de](http://www.kprn.de)