



Foto: Fotolia/Christian Jung

Orange Dreams

Kündigen sich die kalten Tage an, liegen Sie mit regenerierenden und aufmunternden Treatments genau richtig. Eine spritzige Vitaminbombe kann nie schaden.

Die Menschen bewegen sich in der dunkleren und kühleren Jahreszeit langsamer – egal ob bei der Arbeit, Freizeit oder beim Sport. Dadurch wird auch die Durchblutung eingeschränkt, wozu z. B. auch enge Strümpfe und Schuhe beitragen. Um die Körpertemperatur konstant zu halten, wird die Durchblutung der gesamten Haut reduziert. Dadurch verlangsamt sich die Erneuerung der obersten Hautschichten; die Infektionsgefahr

durch Viren, Pilze und Bakterien ist erhöht, weil ein geschwächtes Abwehrsystem nicht so schnell reagieren kann wie gewohnt.

Vorsicht Erkrankung

Untersuchungen zeigen, dass eine schlechte Durchblutung der Füße, die über einen längeren Zeitraum andauert, auch zu einer gedrosselten Blutversorgung im Rachenraum führt. Das beeinträchtigt auch hier

die Infektabwehr: Viren und Bakterien können leichter eindringen und sich vermehren, wodurch man insgesamt krankheitsanfälliger wird. Gerade an den Füßen sitzen auch besonders viele Schweißdrüsen. Wird der Schuh ausgezogen, verdunstet der Schweiß allmählich – der Fuß bleibt kalt und feucht. Durch die warme Heizungsluft trocknet die feuchte, kalte Haut relativ schnell ab, die Hautgefäße werden wieder geöffnet: Es zeigen sich rote, kribbelnde Füße. Durch diese vorübergehend vermehrte Durchblutung geht Hautfeuchtigkeit verloren. Es kann zu Entzündungen oder Ekzemen kommen. Die Haut wird trocken und rissig, sie spannt, schuppt und juckt. Es entstehen Verhornungen mit feinen Einrissen



Bereiten Sie das Fußbad vor den Augen des Kunden zu und garnieren es mit frischen Orangenscheiben



Ein Orangen-Zucker-Peeling wird mit einer Bürste mit Naturborsten auf der Haut verteilt



Ein öliger Fruchtguss direkt aus der Orangeschale mit einer Massage bildet das Highlight der Behandlung



Spröden und verhärteten Haut- und Nagelpartien kann man mit einem Extra-Tauchbad in Öl beikommen

Fotos: Drehpunkt Fuß

(Rhagaden). Spätestens jetzt – aber eigentlich schon viel früher – ist es höchste Zeit, den Körper bis in die Fußspitzen vitaminreich zu versorgen und somit auch die Immunabwehr zu stärken, z. B. mit dem Treatment „Orange Dreams“, das die Kraft der Orange nutzt. Machen Sie die Hautproblematik transparent und überraschen mit hochwertigen Wirkstoffen und wohlrigem Duft.

Die süßen Orangen sind etwa seit dem 15. Jahrhundert in Europa beheimatet. Ursprünglich stammt diese saftige Frucht aus China, wo sie bereits vor rund 3 000 Jahren bekannt war. Daher kommt auch der Name Apfelsine (sine: chinesisch, chinesischer Apfel). Im 16. Jahrhundert ließ der europäische Adel ganze Orangerien einrichten. Heute ist die Orange die am häufigsten angebaute Zitrusfrucht der Welt. Hauptlieferanten sind die USA und Brasilien. Orangen dienen jedoch nicht nur als Nahrungs- und Verschönerungsmittel, sondern sind auch

wichtige Duftstofflieferanten, speziell für den Wellness-Bereich. Auch in Fußanwendungen lässt sich die Frucht kreativ einbinden, wie die einzelnen Schritte des Specials gleich zeigen. Doch vorab erst noch zur Ausstattung.

Das Pflege-Zubehör

Sie benötigen:

- eine Bambus-Fußbadschale oder alternativ eine Glasschale
- eine Orangen-Schwimmkerze
- frische Orangenscheiben zur Dekoration des Fußbads
- eine Orange – in der Mitte geteilt: eine Hälfte wird ausgehöhlt, die andere mit Fruchtfleisch belassen
- körniges Orangenbadesalz
- Orangen-Zucker-Peeling
- Body Butter Orange und/oder Fußbalsam Orange
- Stövchen, Duftlampe
- Ätherisches Orangen- oder Vanille-Öl: für die Aromalampe und zum Mischen mit einem erwärmten Ba-

sisöl, z. B. Mandelöl, für die wohltuende Fußmassage

- zwei orangefarbene Handtücher für das Fußbad
- ein orangefarbenes Gästetuch für die Aromakompresse
- eine leichte Wolldecke in Gelb oder Orange
- ein Tablett zum Anrichten Ihrer Arbeitsprodukte
- kleine Schalen für die Präparate, z. B. Bambusschälchen oder Tulpenbaumschiffchen mit kleinem Holzlöffel. Die Tulpenbaumschiffchen eignen sich auch gut dafür, Schmuck aufzubewahren, den die Kundin ablegen möchte
- eine Naturborsten-Rundbürste zum Einarbeiten des Fußpeelings

Jetzt geht's los

- Step 1: Begrüßen Sie Ihren Kunden mit einem frisch gepressten Orangensaft oder – im Winter – auch mit einem Orangenblütentee. Zusätzlich bzw. alternativ können

Special für „Orangenhaut“

Bei einer aktivierenden Orangenmassage für Cellulite-Kunden können Sie sich die bindegewebsstärkende Eigenschaft von Orangen zunutze machen. Legen Sie den unteren Teil der Liege vorher mit einer transparenten, wasserdichten Folie aus. Benutzen Sie für diese Massage möglichst Rundorangen. Ihre Form kommt der Massage entgegen, zum anderen enthält diese Art meist keine Kerne. Ölen Sie die Haut an den Oberschenkeln mit warmem Mandelöl ein und beginnen Sie dann mit zwei gleichen Orangenhälften, den Saft der Orange mit dem Öl in die Haut zu transportieren. Üben Sie hierbei einen leichten Druck auf die Orangenhälften aus. Ziehen Sie abwechselnde Kreise (Bewegung wie beim Radfahren) und arbeiten Sie sowohl an der Vorder- als auch an der Rückseite. Hierzu stellen Sie das Bein der Kundin leicht auf. Der angenehme Duft berührt auch die Sinne. Zum Abschluss können Sie auch hier einen Vitamin C-reichen Orangensaft anbieten. Schneiden Sie hierfür eine Rundorange in zwei Hälften und höhlen Sie die eine Hälfte leicht aus. In das restliche Fruchtfleisch gießen Sie den gepressten Orangensaft der anderen Hälfte und bieten der Kundin direkt die gefüllte Orange an.



Foto: Fotolia/Rido

Sie auch Orangenscheiben/-stückchen auf kleinen Spießen als Fingerfood präsentieren. Stimmen Sie mit einer angenehmen Raumbeduftung auf das gebuchte Programm ein. Fragen Sie nach der Tagesform des Kunden. In einem kurzen Gespräch können Sie Empfindlichkeiten abklären und Wünsche notieren. Begleiten Sie ihn nach der kurzen Aufwärmphase zum Fußpflegestuhl, bitten ihn, Schuhe und Strümpfe auszuziehen und bereiten ihm das Duftfußbad aus frischen Orangen-

scheiben, einer Schwimmkerze und einem Löffel Orangenbadesalz zu. Das Meersalz erfrischt und entspannt zugleich. Lassen Sie die Füße des Kunden fünf bis sieben Minuten in wohliger Wärme baumeln. Parallel dazu platzieren Sie eine Aromakompresse, für die Sie ein feuchtes Gästetuch mit einer Orangen-/Vanille-Essenz benetzen, entweder im Nacken oder auf der Stirn des Kunden. Sie können diese alternativ auch für eine erfrischende Abreibung der Hände und/oder Arme nutzen. Die

Präparate, die Sie für die Behandlung benötigen, sollten Sie vorher alle schon vorbereitet und nett drapiert haben.

Fruchtig gepeelt

■ Step 2: Trocknen Sie beide Füße gut ab und verpacken einen Fuß in einem vorgewärmten Handtuch. Der andere wird behandelt. Reiben Sie die komplette Ferse mit der noch gefüllten Hälfte der Orange (Fruchtfleisch) ab. Arbeiten Sie sich dann bis zum Ballen hoch. Der Saft erfrischt angenehm und erfüllt den Raum mit seinem Duft.

Nun nehmen Sie die Naturbürste zur Hand und verreiben das vorher mit einem Spatel aufgetragene Orangen-Zucker-Peeling auf der feuchten Haut von Ferse und Sohle. Das entfernt schonend abgestorbene Hautzellen, reinigt die Haut, verbessert das Hautbild und verfeinert die Poren. Die Fußhaut wird weich und geschmeidig. Peelingreste können mit einem feuchten Tuch oder einer Kompresse abgenommen werden.

■ Step 3: Aus dem Fruchtfleisch der Orange können Sie eine Fußmaske auf Naturbasis anmischen. Pürieren Sie hierzu das Fruchtfleisch in einem Mixer und fügen zwei bis drei Esslöffel Speisequark (Sahnstufe) hinzu. Füllen Sie die Naturmaske in ein Schälchen und präsentieren diese dem Kunden „frisch angerührt“. Mit einem breiten Pinsel tragen Sie die Masse auf die komplette Fußsohle auf und lassen diese „Vitaminbombe“ rund 15 Minuten einwirken. Alternativ können Sie auch mit einer fertigen Orangen-Body Butter mit Ölkomplexen, Kakao-Butter und erfrischenden ätherischen Ölen arbeiten, die Sie für die Maske verwenden. Ummanteln Sie die Füße anschließend mit einer Folie. Die Wärme, die sich darin staut, sorgt dafür, dass die Wirkstoffe tiefer in die Haut eindringen können.

■ Step 4: Highlight des Programms ist die fruchtige Orangenöl-Massage. Hierzu benötigen Sie die ausgehöhlte Orangenhälfte, in die Sie erwärmtes Orangenöl (Mandelöl als Basis und vier bis fünf Tropfen ätherisches Orangenöl) einfüllen. Sie benutzen die ausgehöhlte Orange dann quasi als „Ölgießer“ für den „Fruchtguss“. Hierbei verfahren Sie wie folgt: Beginnen Sie am Fußrücken und verteilen das warme Öl bis zum Oberschenkel. Massieren Sie es in kreisenden Bewegungen in den Fuß-/Beinbereich ein. Verwenden Sie bei der Massage beide Hände, die innerhalb der Massage immer wieder in einem Kreis zusammenfinden. Die gleiche Technik setzen Sie an der Rückseite der Ober-/Unterschenkel ein.

Zum Schluss kommt das „Tauchbad“. Füllen Sie hierfür die leere Orangenhälfte wieder mit etwas warmem Öl und tauchen die Ferse des Kunden darin ein. Mit kreisenden Bewegungen verteilen Sie anschließend auch hier das Öl. Verfahren Sie genauso mit den Zehenspitzen. Dieses kleine Ölbad eignet sich besonders für verhornte Nagel-

und Hautpartien. Sie können das Tauchbad auch dem Ölguss vorziehen und mit der Ferse beginnen. Bringen Sie das Öl dann mit dem Faustgriff in die Ferse ein: Stellen Sie sich einfach vor, Ihre Faust ist ein

Stempel, mit dem Sie die Bewegung rechtsdrehend im „Stop and Go“ setzen. Nach der Massage sollte der Kunde noch rund zehn Minuten in eine warme Decke eingekuschelt entspannen. Leise Musik kann ihn

Kalkulieren und verkaufen

Kunden an sich binden: „Orange Dreams“ hat insgesamt eine Dauer von 60 Minuten. Die Preisempfehlung liegt zwischen 48 und 60 €. Mit Bonuskarten können Sie für Ihre Kunden immer wieder eine „Scheibe Pflege“ abschneiden. So zahlt der Kunde bei sechs gebuchten Treatments z. B. nur fünf oder bei Teil-Treatments bei der fünften Behandlung nur die Hälfte des Preises. Das gleiche Programm lässt sich übrigens auch für die Hände und Arme anbieten, man kann es dann mit einer klassischen Maniküre verbinden. Die Dauer läge hier bei rund 90 Minuten.

Tipp: Halten Sie gerade in der kalten Jahreszeit für jeden Bucher eine frische Orange bereit, die Sie in edles Papier, das vielleicht sogar Ihr Logo trägt, einwickeln. Das unterstreicht Ihr CI. Übrigens wurden Orangen früher in Papier eingeschlagen, um Transportschäden zu vermeiden und die gegenseitige Ansteckung mit Fäulnis zu reduzieren. Zunächst blieb dieses Einwickelpapier unbedruckt. Dann aber begannen die Erzeuger, ihren Namen in schön geschwungener Schreibschrift darauf anzubringen. Kleine Abbildungen kamen hinzu; das Orangenpapier wurde Träger von Reklame.

dabei begleiten. Sie können ihn auch mit einem kleinen Orangerie-Kino überraschen: schöne Urlaubsbilder von Orangenhainen z. B., die Sie per Beamer an eine freie Wand werfen.

■ **Step 5:** Ein erfrischendes Fuß-spray auf Ölbasis kann – wenn der Kunde das möchte – den Schlusspunkt dieses süßen Traums bilden. Es hilft dem Kunden wieder auf die Füße. Klopfen Sie die Ferse anschließend mit Ihrem flachen Handrücken ab und benetzen auch die Aura des Kunden mit dem Spray. Alternativ können Sie ihm ein kleines Taschentuch mit auf den Weg geben, das Sie mit dem Spray

besprühen – eine fruchtige Begleitung in oder aus dem Tag.

Empfiehl ein Kunde Sie und Ihr Vitamin-Treatment weiter, dann können Sie sich mit einem Pflegeprodukt, etwa einem Orangen-Fußbalsam, bei ihm bedanken.

Äußerst sortenreich

Auch wenn man es kaum glauben mag: Insgesamt gibt es über tausend verschiedene Orangensorten. Sie alle haben gemein, dass sie kleine Vitamin C-Bomben sind: 100 g Orange enthalten rund 50 mg Vitamin C. Man unterscheidet drei Gruppen:

■ **Navelorangen** (Nabelorangen)

wurden nach einer kleinen Ausbuchtung am Ende der Frucht benannt, die an einen Bauchnabel erinnert. Diese sehr großen Orangen lassen sich gut schälen und zerteilen, darüber hinaus besitzen sie keine Samen.

■ **Blutorangen:** Die Bezeichnung leitet sich von ihrem Aussehen ab. Ihr Fruchtfleisch ist rot gefärbt statt orange, wofür der Pflanzenfarbstoff Anthozyanin verantwortlich ist. Blutorangen haben einen leicht bitteren Geschmack.

■ **Rundorangen** sind rund geformt und haben meist keine Kerne. Sie sind sehr saftig und eignen sich zur Saftproduktion. *Ursula Maria Schneider*

Pflege-Verstärker: mollig-warm und extra entspannend

Wolke Sieben So heißen neuartige Socken und Handschuhe von venvita, mit denen die Kunden die Ergebnisse der Fußpflege-Behandlungen bei Ihnen auch daheim unterstützen können. Die Produkte sind aus einem besonderen Gel gemacht, das die natürlichen Inhaltsstoffe wie Jojobaöl, Shea-Butter, Kräuter und Avocado-Öl beim Tragen kontinuierlich an die Haut abgeben soll – etwa bei einer Extra-Pflegeeinheit vor dem Fernseher oder beim Zeitung- oder Bücherlesen. Durch die Körperwärme wird das Material so auf Temperatur gebracht, dass es die enthaltenen Wirkstoffe an die Haut abgibt. Die Handschuhe und Socken können bis zu 60 Mal getragen und im kalten Wasser oder der Waschmaschine (kalt, Wolle-Programm) gereinigt werden. Für Fachhändler, die die Produkte weiterverkaufen wollen, wird ein Partnerprogramm angeboten.

Infos: www.femio.de

Zappsack Das sind aus Asien stammende Kalt-Warm-Naturkompressen, die sich auch in Fußpflege-Praxen nutzen lassen, um das Wohlbefinden zu steigern und Entspannungs-Elemente zu unterstreichen. Die Ingwer Energie Komresse z. B. lässt sich einfach in der Mikrowelle erwärmen und mit einem schützenden Hygienebezug etwa während des Fußbads in den Nackenbereich des Kunden legen. Anstelle eines vorgewärmten Handtuchs lässt sich mit dem Kissen auch der unbehandelte Fuß warmhalten. Spezielle Zappsack Schuhe können die Füße z. B. nach der Fußreflexmassage erwärmen und in der Ruhephase dafür genutzt werden, der Energie nachzuspüren.

Infos: www.zappsack.de