

Einfach wohltuend

# Wellness für die Füße

Wellnessdienstleistungen sind lukrativ und bei der Kundschaft sehr beliebt. Kein Wunder, denn der Berufsalltag wird immer hektischer. Wer klagt heute nicht über Stress und Zeitknappheit? Verwöhnende Kosmetikbehandlungen helfen dabei, zu entspannen und Energie zu tanken. Gönnen Sie Ihren Kunden eine Auszeit vom Alltag und ein ganz besonderes Wohlgefühl – mit einem Wellness-Programm für die Füße.

**G**ibt es Tage, an denen Ihre Kosmetik-Kunden über Schmerzen an den Füßen klagen? Dann überraschen Sie Ihre Kundschaft mit einem Fuss-Wellness-Verwöhnprogramm, das Sie nach zeitlicher Möglichkeit in die gebuchte Gesichtsbildung integrieren und selbstverständlich auch verrechnen. Dies fördert nicht nur die Kundenbindung, sondern lädt die Kunden dazu ein, beim nächsten Termin auch an eine reguläre Fussbehandlung zu denken.

Sie können die Fuss-Wellness-Verwöhnbehandlung auch als Weihnachtsangebot verpacken, damit Ihre Kundinnen rechtzeitig auf das Weihnachtsfest oder die noch pompösere Silvesterparty ihre zarten Füße in den schicken Schuhen präsentieren können.

## Entspannender Einstieg

Bevor Sie mit der Gesichtsbildung beginnen, begrüssen Sie Ihre Kunden mit einem warmen Getränk und giessen Sie ihnen ein warmes Fussbad ein. Die Wärme entspannt und beruhigt. Die Wassertemperatur sollte allerdings 38°C nicht übersteigen. Zusätzlich können Sie dem Fussbad ätherische Öle beimengen. Mit Hilfe der Aromatherapie können Sie die Entspannung unterstützen und noch weitere Effekte erzielen.

Fragen Sie vorab Ihre Kunden, ob irgendwelche Fussbeschwerden bestehen. Darauf abgestimmt können Sie dann ganz gezielt geeignete Badezusätze auswählen:

Für jemanden, der an kalten Füßen leidet – Zeichen für eine schlechte Durchblutung oder einen niedrigen Blutdruck – eignen sich besonders die ätherischen Öle aus Nelkenblättern, Arnika und Rosmarinextrakt.

Bei eher heissen Füßen, die auf Lymphstauungen zurückzuführen sind, sollten besser Minze, Salbei und Eichenrinde beigefügt werden.

Wenn Blasen an den Füßen vorhanden sind, empfiehlt es sich, ein Salzbad anzuwenden, das mineralisierend und entzündungshemmend wirkt.

Nach dem Fussbad ist es wichtig, die Füße vor allem zwischen den Zehen gut abzutrocknen. Dort bilden sich gerne Bakterienherde, die einen optimalen Nährboden für Pilzkrankungen und Entzündungen bieten.



**Tipp:** Als Alternative zum Fussbad können sie auch Kräuter-Kompressen einsetzen, die Sie ebenfalls vor Beginn der Gesichtsbehandlung um die Füsse und um die Unterschenkel bis hinauf zu den Knien wickeln.

## Anregen und reinigen

Nach dem Abtrocknen oder dem Entfernen der Kompressen können es sich Ihre Kunden wie gewohnt auf der Behandlungsliege gemütlich machen, und Sie beginnen mit dem Gesichtsprogramm.

Im Behandlungsschritt der Gesichtsvorbereitungsmaske, also vor der Wirkstoffgabe, widmen Sie sich während der Maskeneinwirkzeit erneut den Füssen Ihrer Kunden. Verwöhnen Sie die diese zum Beispiel mit einem vitalisierenden und wohlriechenden Orangenblütenpeeling mit Lycheekernen. Die darauf folgenden Wirkstoffe können dank des Peelings noch besser in die Haut eindringen. Waschen Sie das Peeling mit einem feuchtwarmen orangefarbenen Frotteetuch ab.

## Wohltuende Massage

Nach der Gesichtsmassage führen Sie auch eine kleine Fussmassage durch. Massagen kurbeln bekanntlich die Durchblutung an und helfen bei Lymphstau und geschwollenen Füssen. Verwenden Sie dafür ein gut greifendes Massageöl oder eine entsprechende Massagecreme. Ideal für die Behandlung ist es, alle Produkte aufeinander abzustimmen, zum Beispiel ein Zitrusbad mit entsprechend duftendem Peeling und Massageöl oder -creme, die anregend wirken.

Auch für die Füsse gibt es verschiedene Massage-Techniken. Die wohl effektivste ist die Fussreflexzonen-(FRZ)-Massage, bei der gezielt Fussbereiche, die einem bestimmten Körperteil und Organ zugeschrieben werden, mit Druck- und Effleuragebewegungen massiert werden. Es werden entsprechende Kurse dazu angeboten, die unbedingt für eine professionelle Durchführung der FRZ-Massage vorab besucht werden sollten.

**Tipp:** Vergessen Sie nicht, die Beine in die Massage einzubeziehen; denn viele Muskeln des Fusses enden im Un-

terschenkel, einige sogar erst im Oberschenkel.

Ideal für die abschliessende Pflege sind erfrischende und möglichst fettarme Fusscremes und Gele, die ein samtweiches, trockenes Hautgefühl zurücklassen. Für quicklebendige Beine benutzen Sie ein kühlendes und vitalisierendes Gel. Um die Fuss-Wellness-Ver-

wöhnbehandlung gebührend zu beenden, lackieren Sie die Zehennägel nach Farbwunsch der Kundin.

**Tipp:** Planen Sie die Fuss-Wellness-Verwöhnbehandlung als Weihnachtsangebot, so können Sie der Kundin und dem Kunden als Präsent einen Gutschein für eine Peel-off-Fussmaske schenken, der zum Beispiel bei der

Buchung einer Fussbehandlung im neuen Jahr eingelöst werden kann.

Mit dem Fuss-Wellness-Verwöhnprogramm schenken Sie Ihrer Kundschaft viel Entspannung und ein freudiges Fuss-Wohlgefühl! Vergessen Sie aber nicht, auch Ihren eigenen Füssen Gutes zu gönnen. Widmen Sie sich ihnen regelmässig; denn nur so können Sie Ihrer Kundschaft vorschwärmen, dass ein Fussbad, eine Fussmaske oder -massage nicht nur den Füssen gut tut, sondern auch der Seele! ■

### Carmela L. Ramundo Zulauf |

Die Geschäftsgründerin und -führerin der Leonessa AG powerful trading and consulting ([www.leonessa.com](http://www.leonessa.com)) in Zürich erteilt Seminare im Bereich Marketing/Werbung/Verkauf sowie Wirkstofflehre.

