



”

Das indische Heilsystem
Ayurveda hat schon vor
über 2.000 Jahren auf
Prävention gesetzt.“

CLAUDIA GNANT,
INITIATORIN AYURVIENNA



Energie-Schub

**Die indische Heilkunst Ayurveda bringt
Körper und Seele ins Gleichgewicht**

Jahrtausendealtes medizinisches Wissen bietet das indische Ayurveda. Doch man muss nicht gleich auf den Subkontinent reisen, das gibt es auch in Wien. *Ayurvienna* ist ein **Netzwerk von bestens ausgebildeten Medizinerinnen und Spezialisten**, die Gesundheitsprogramme nach der indischen Philosophie anbieten. Auch Frühlings-Entgiftungskuren sind im Programm – zum besseren Abschalten etwas außerhalb, und zwar im idyllischen Geras im Waldviertel. Termine: 18.4. bis 2.5.2020. Ab € 760,-, ayurvienna.at

DAS TUT MIR GUT



Wohlfühl-Oase

**Top-Salon mit der Expertise von
„Biologique Recherche“**

In Los Angeles gehen die Stars dort ein und aus – in Wien profitieren jetzt Pflegebewusste von der 40-jährigen Forschung bei „Biologique Recherche“. Das feine Wiener Schönheitsinstitut „Beauty Clinic“ im 1. Bezirk bietet genau diese Expertise. Eine eigene Massagetechnik lässt tatsächlich Falten weniger werden. Besonders zu empfehlen: die hochwirksamen, weil hochkonzentrierten Pflegeprodukte, die man auch für zu Hause kaufen kann. **Spitzenqualität hat seinen Preis.** brclinic.at

Gönnen Sie sich eine Auszeit. Egal ob mit indischer Ayurveda-Expertise mitten in Wien, kostbaren Düften, die ganz auf die eigene Persönlichkeit abgestimmt sind, oder beim spirituellen Soundhealing im Yogastudio. Wir haben **NEUE HOTSPOTS FÜR SELF CARE** in und um Wien gesucht und für gut befunden.

RED.: SERMIN KAYA, PIA KRUCKENHAUSER

Auf Neustart

**Eine Kombi-Behandlung von Susanne Kaufmann
resettet das Gesicht & den Körper für den Frühling**

Im Spa des *Ritz Carlton Hotel* erneuert die „Spring Renewal Experience“ die fahle Winterhaut und bringt den Body wieder auf Trab. Gleich **zwei Treatments von Susanne Kaufmann kommen dabei zum Einsatz**: ein 40-minütiges Facial und eine 80-minütige ausleitende

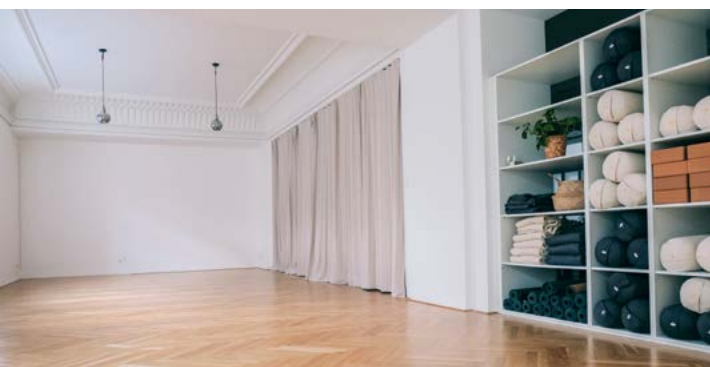


Massage mit Ingwer-Öl, das das Tiefengewebe anregt und Schadstoffe löst. € 280,- inkl. vier Stunden Day Spa. ritzcarlton.com/vienna

Einzigartiger Duft

**Ein außergewöhnlicher Mix, der auf
die eigene Duft-DNA eingeht**

Ein Parfum, das keiner außer Ihnen trägt und Sie stärkt? Gibt es. Bei *Das Parfum* & dem Parfümeur Yogesh Kumar. Der Inder mit tiefer Ayurveda-Duftexpertise **kreiert anhand des Eigengeruchs am Nacken & eines Riech-Workshops ein maßgeschneidertes Parfum**, das das Wohlbefinden und die Persönlichkeit positiv beeinflusst. Preis auf Anfrage, dasparfum.com



Hier geht es wild zu ...

The Wyld Thing heißt ein neues Yogastudio im 9. Bezirk

Ein offenes Herz, wilde Freude und Ekstase – dafür steht die Yogaposition „Wild Thing“ (auch bekannt als Flipdog). Und genau diesen Spirit möchte das neue Yogastudio mit gleichem Namen im Alsergrund vermitteln. **Bloggerin Julia Hofgartner (@yogaandjuliet) hat sich hier einen Traum erfüllt** und bietet inspirierendes Vinyasa Flow an. Powerklassen gibt es ebenso wie langsame Yin-Einheiten oder Soundhealing. Und das Ambiente ist einfach wunderschön. thewyldthing.com



20 Jahre

Kompetenz
für morgen.

MANAGEMENT
FORUM



Führung ist weiblich

Das WIFI Management Forum feiert 20 Jahre geballte Führungskompetenz. Über 45.000 Führungskräfte haben in den letzten 20 Jahren Seminare des WIFI Management Forums besucht. Dabei steigt der Frauenanteil stetig.

Nutzen auch Sie unsere exklusive Plattform für neue Impulse, wie z.B.

„Als Frau erfolgreich im Job“

- sich selbst stärken und Ziele erreichen
- souverän agieren, weibliche Potenziale nützen

Kursstart: 5. Mai 2020



Online buchen unter
wifi.at/managementforum