



Ein eingespieltes Team: Gabriela Haug (Mitte) mit ihren beiden Mitarbeiterinnen Sonja Schild (links) und Monika Rieder

## Aare-Praxis, Interlaken

Begeistert von der Idee eines Freundes, der rund um die Welt Fitness- und Wellness-Oasen baut, erfüllte sich Gabriela Haug im Januar 2004 ihren Traum vom eigenen Institut. Inzwischen gehört die „Aare-Praxis“ zu den Topadressen in Interlaken. Im Gespräch mit BEAUTY FORUM verrät Gabriela Haug ihr Erfolgsrezept.

■ **BEAUTY FORUM: Wie erklären Sie sich den Erfolg der „Aare-Praxis“?**

**Gabriela Haug:** Da waren am Anfang sicher die schnell sichtbaren Erfolge ausschlaggebend, die ich z.B. mit der Endermologie bei Figurproblemen und Cellulite erzielt hatte. Mein Moto zum Erfolg war: Endermologie – Bewegung

vielen ästhetischen und später vielleicht gesundheitlichen Problemen. Mir gefiel der ganzheitliche Aspekt ihrer „BodyReset“-Methode, mit der man über die richtige Ernährung und Körperpflege den Stoffwechsel erst einmal wieder in sein naturgegebenes Gleichgewicht bringt. Erst dann sind Abbau-

ersten 4–6 Wochen aus säurearmen vitalstoffreichen Lebensmitteln und pflanzlichen Nahrungsergänzungen. Mit Basenbädern und basischer Körperpflege können überschüssige Säuren über die Haut ausgeleitet werden. Auch zu wenig oder übertriebener Sport kann zu einer Säurebildung im Körper führen. Hier arbeite ich mit dem Fitnesscenter „Go Sport“ und dem Hotel „Victoria Jungfrau“ zusammen.



Eine Kundin vor (jeweils links) und nach (jeweils rechts) 16 Endermologie-Behandlungen und zwölf Wochen Ernährung nach „BodyReset“

– Ernährung. Ich wollte jedoch mehr bieten als nur eine Symptombehandlung. An der BEAUTY FORUM SWISS in Zürich zeigte mir die Therapeutin Jacky Gehring den Zusammenhang auf zwischen unseren modernen Ess-, Trink- und Lebensgewohnheiten und

und anschließende Regenerationsprozesse überhaupt möglich. Die Kombination Endermologie, „BodyReset“ und gezielte Bewegung ist für mich die wirksamste Synergie, die ich bis heute kennengelernt habe.

■ **Worauf legen Sie besonderen Wert?** Ganz wichtig für mich und meine Mitarbeiterinnen sind der Kontakt zur Kundin, die Betreuung und das ehrliche Anliegen, eine langfristige Lösung zu finden – nicht nur für die Problemzonen. Die Kundin soll sich wohlfühlen – und mit den sicht- und spürbaren Resultaten kehren Lebensfreude und Selbstsicherheit zurück; die gesundheitliche Verbesserung ist die logische Folge. Die „Aare-Praxis“ ist für viele Kundinnen ihre persönliche Wohlfühl- und Selbstsicherheitszone, in die sie immer wieder gerne zurückkehren.

■ **Sind weitere Projekte geplant?** Der Erfolg meines Kombinationsprogramms hat sich schon so weit herumgesprochen, dass mein Know-how inklusive Ausbildung und Feedback-Control als Gesamtpaket gefragt und gebucht wird. Ein von mir zertifiziertes Endermologie- und BodyReset-Institut ist z.B. das „Home of Balance“ in Dornbirn. Weitere Projekte in Zürich, Hamburg, Kiel und St. Moritz sind in Planung. ■

INFO+

**Kontakt**

„Aare-Praxis“, Gabriela Haug  
Kanalpromenade 1  
3800 Interlaken, Tel.: 033 822 23 24  
E-Mail: gabriela@haugworld.com  
Internet: www.aare-praxis.ch

■ **Wie sieht so ein Kombinationsprogramm konkret aus?**

In einem ersten Beratungsgespräch werden Ess- und Lebensgewohnheiten der Kundin analysiert. Da Cellulite ein Problem von im Organismus eingelagerten Neutralsalzen aus dem Säurestoffwechsel ist, besteht die empfohlene Ernährung in den