



**EIN PAAR
RUHIGE STUNDEN
IN DER „AUSZEIT“**

**REVIERKIND
hat den Test
gemacht**

„Lassen Sie den Alltagsstress vor der Tür, und genießen Sie erst einmal einen Wellness-Molke-Drink, bevor Sie sich von mir verwöhnen lassen.“ Mit diesen Worten empfing mich Bettina Zünkeler in ihrem „Institut Auszeit“ in Bochum. Das Titelthema unserer letzten Ausgabe hat mich nachdenken lassen: Habe ich mir als dreifache, berufstätige Mutter nicht eigentlich auch mal eine Auszeit verdient?

Gefragt – getan: Der Termin ist schnell gemacht, die Kinder sind gut bei Freunden untergebracht, und schon kann es losgehen mit meinen kleinen Wellness-Ferien. Und bei Bettina Zünkeler erwartet mich tatsächlich eine Oase der Ruhe. Die Räumlichkeiten, die mit viel Liebe zum Detail eingerichtet sind, wecken sofort Urlaubsgefühle in mir. Die Kosmetikbehandlung zu Beginn und die daran anschließende Wohlfühlmassage der gelernten Physiotherapeutin und Kosmetikerin lassen mich Kinder, Job, Wäsche und Einkauf für eine angenehme

Weile vergessen. Pure Entspannung.

Die Inhaberin, selbst Mutter einer knapp einjährigen Tochter, hat es sich zur Aufgabe gemacht, gerade Schwangeren und Müttern einen Ort der Ruhe und Erholung zu bieten. Dies ist ihr vollkommen gelungen. Wer sich also etwas gönnen und einfach mal die Seele baumeln lassen möchte, ist hier bestens aufgehoben.

Weitere Infos unter: www.institut-auszeit.de

REVIERKIND verlost:

1 x eine 75-minütige Entspannungsbehandlung in der „Auszeit“. „Mama Wellness“ heißt das Programm – speziell für Schwangere und junge Mütter. Einfach eine E-Mail mit dem Stichwort „Auszeit“ an verlosung@revierkind.de senden. Einsendeschluss ist der 30. April 2012. Weitere Gewinnspielbedingungen siehe Impressum S. 32