

# Schwerelose Entspannung

Einatmen, ausatmen ...  
und vom Druck befreit ins  
Schweben kommen – mit  
dem Körper, dem Herzen  
und mit der Seele. Im Hirn  
verhakte Gedanken verwandeln  
sich in Wolken und ziehen  
müheles vor dem inneren Auge  
vorbei. Totale Entspannung  
stellt sich ein.

Um diese Erfahrung zu machen, muss man nicht fasten und auch kein mehrmonatiges Meditationsretreat in Bangalore buchen. Nein, das schwerelose Glück gibt es gleich um die Ecke im Floating Center Luzern. Wie kleine Raumschiffe wirken die eleganten Tanks, in denen man sich für eine Stunde in ein Solebad auf Körpertemperatur legt und sich vom Alltag weg transportieren lässt. «Wegen dem hohen Salzgehalt treibt der Körper an der Wasseroberfläche», erklärt Inhaber Michael Studer. «Die Schwerkraft scheint aufgehoben. Weil auch die Ohren mit Stöpseln verschlossen unter Wasser liegen und das Licht gedämpft ist, fehlen Sinnesreize – eine Erfahrung, die man in der normalen Welt kaum je machen kann. So wird neben der körperlichen Entspannung auch eine innere, mentale Ruhe ermöglicht.»

Michael Studer hat einen beruflichen Zickzackweg hinter sich, auf dem Sinnsuche früh eine Rolle spielte. Ein Jahr vor seinem Abschluss musste sein Lehrbetrieb Konkurs anmelden, er schloss die HWV ab, war unerfüllt im Investmentbanking, um dann komplett umzusatteln. Er arbeitete dann in verschiedenen sozialen Betrieben und Institutionen – eine spannende und aufreibende Zeit. Bis



ihm dann ein Licht aufging: «Warum nicht eine sinnstiftende Tätigkeit mit der betriebswirtschaftlichen Expertise kombinieren – das eine schliesst das andere doch keineswegs aus?» Es war die Geburtsstunde vom Floating Center Luzern. Dort empfängt er seit 2009 an sechs Tagen in der Woche Ruhe- und Entspannungssuchende. Nach dem Floatingerlebnis steht ein Ruheraum mit feinem Tee zur Verfügung, wo man der Erfahrung nachspüren kann.

Das Schweben im Tank sei übrigens mehr als Wellness, bekräftigt Michael Studer: «Zahlreiche Studien haben nachgewiesen, dass Floating zur Stressreduktion beiträgt. Und gleichzeitig wächst die Stresstoleranz. Zum Beispiel im Zusammenhang mit Burn-out, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder einem Leistungsknick. Auch der Körper reagiert positiv auf das Floating. Schmerzen werden gelindert – insbesondere bei Muskel- und Gelenksbeschwerden, Rücken- und Nackenschmerzen, bei Spannungskopfweg oder bei Migräne. Die sportliche und mentale

Leistungsfähigkeit wird gesteigert. Zudem pflegt das hochkonzentrierte Salzwasser die Haut.»

Auch wer sich für seinen privaten Sauna- oder Spabereich einen Floatingtank anschaffen will, wird bei Michael Studer fündig. Er vertreibt Tanks der Marke I-Sopod, die mit ihrem eleganten Design etwas an eine gigantische Computermaus erinnern und technisch auf dem neusten Stand sind: eigentlich das perfekte Geschenk. Wer es eine Nummer kleiner mag, für den gibts attraktive Gutscheine. So kann man sich regelmässig für eine Stunde wegtragen lassen und dem stressigen Alltag «Auf Wiedersehen» sagen



Floating Center Luzern

Buchenstrasse 4, 6020 Emmenbrücke

Telefon +41 41 410 88 44

E-Mail luzern@esthron.com

 [www.floating-tank.com](http://www.floating-tank.com)