

Sehr geehrter Herr Walker,

nachdem ich nun das Floating bei Ihnen kennen gelernt habe, kann ich mir vorstellen, dass es Sie eventuell interessieren könnte, wie es mir denn so ergangen ist. Ich habe versucht, ein paar Stichworte aufzulisten und mir dazu meine Eindrücke und Gedanken aufgeschrieben. Vielleicht können Sie es ja in irgendeiner Form in Ihrer Arbeit einmal verwenden oder als Erfahrungsbericht einbringen.

Meine Erwartungen:

Erwartungen hatte ich eigentlich keine oder nur sehr ungenaue. Ich wusste lediglich von Ihrem Prospekt, dass ich wohl im Salzwasser liegen würde. Wie groß das Becken sein würde, wie warm das Wasser sei - kurz ich hatte keine Vorstellung, ich war deswegen aber auch keineswegs beunruhigt oder ängstlich. Ich vertraute einfach Frau Weigle, die meinte, dass das echt spitze sei.

Die örtlichen Gegebenheiten:

In der Tat - ich hatte mir ein größeres Institut vorgestellt und war etwas überrascht, dass ich mich in einem gemütlichen Haus wieder fand, das eine unheimlich private und nette Ausstrahlung hat. Keine Anonymität eines großen Badebetriebes oder ähnliches.

Raumgestaltung:

Ich empfand es ausgesprochen hilfreich, dass Sie mir zuerst Ihr gesamtes Institut gezeigt und vorgestellt haben. Die Atmosphäre in den Räumen hat mich sofort angesprochen. Die Farbgebungen an den Wänden und die Raumgestaltungen und einfach das ganze Ambiente sind wunderbar. Obwohl es ein regnerischer und nasskalter Tag war sind mir Ihre Kosmetik-Behandlungsräume, der Ayurveda-Behandlungsraum und die Räume im Dachgeschoss besonders hell und freundlich in Erinnerung - hier geht auch an trüben Tagen einfach die Sonne auf! - Ein dickes Lob an den Farbberater und auch an Sie, dass Sie sich diese Mühe und den finanziellen Aufwand betrieben haben und betreiben - das lohnt sich!

Einführung:

Ihre Einführung in das Floating war sehr wichtig. Nicht nur das Organisatorische (Wo liegt der Kopf, wo die Beine?, wann ist die Sitzung beendet?, wo finde ich den Notknopf?, kann ich mich im Wasser auch hinsitzen? ...) auch der kleine Einblick in die Geschichte des Floatings und so ein paar „technische Daten“ (was passiert mit dem Wasser?, wie oft wird es gereinigt?, wie salzhaltig ist das Wasser?...) sind unabdingbar, um sich richtig auf diese neue Art der Entspannung einlassen zu können. Vielleicht können Sie dazu ja noch ein extra „Einführungsblatt“ oder ähnliches gestalten. Ich könnte mir vorstellen, dass man damit vielen Menschen einen kleinen Einblick in das Floating geben könnte und gleichzeitig jede Menge Neugierde weckt. Wenn ich von mir ausgehe, dann ist dies eine recht unbekannt Art der Entspannung, aber sie muss ja nicht unbekannt bleiben!

Das Floating selbst:

Die Temperatur - einfach spitze! Gerade richtig für einen recht verfrorenen Menschen wie mich. Was ich allerdings nicht bedacht hatte, waren meine rauhen und im Winter total rissigen Hände. Das Salzwasser hat anfangs ganz schön gebrannt und das nahm mich doch die ersten Minuten etwas in Beschlag. Auch die ungewohnte Atmosphäre muss man einfach erst mal auf sich wirken lassen. Und dann will man sich doch eigentlich entspannen. Aber das ist gar nicht so einfach - noch überwältigt von der neuen Umgebung, lag ich nun also im Salzwasser und versuchte anfangs etwas krampfhaft mich zu entspannen. Das kann natürlich nichts werden. Jedoch bringt die Zeit einen doch dazu, seinen Gedanken einfach nachzugehen, sie wieder ziehen lassen und ohne Druck sich einfach dem „Nichts“ zu überlassen. Ich lag einfach da. Zuerst noch etwas unsicher, aber dann konnte mich irgendwie nichts aus der Ruhe bringen. Normalerweise bin ich eher der Typ, der sofort nachschauen muss, wie z. B. die Ecken und Kanten der Tonne verarbeitet sind, wie die Schrauben aussehen und wie die Belüftungsdüsen angebracht sind. Aber dieses Mal hat mich das eigentlich gar nicht interessiert. Ich war einfach zu faul meine Augen aufzumachen - also blieben sie zu. Nur ab und zu kam mir mal der Gedanke, wie viel Zeit ist schon vergangen???? Zuletz war ich mir nicht sicher, ob

ich eingeschlafen bin oder ob es noch ein dösender Zustand war in dem ich mich befand. Jedenfalls war die Stunde wie im Flug vorbei.

Die Musik war wunderbar entspannend und ich konnte total abschalten. Anfangs war ich noch etwas unsicher, ob mich das Wasser auch tatsächlich voll tragen würde, aber das gab sich ganz schnell und ich lag wie im tollsten Sofa auf der ganzen Welt - ganz ohne Druckstellen!

Der Eindruck der Schwangeren / das Baby:

Grundsätzlich hatte ich am ehesten Bedenken, ob mir die Rückenlage für einen so langen Zeitraum wohl zusagen würde, da ich zwischenzeitlich fast gar nicht mehr auf dem Rücken liegen kann, ohne dass es mir übel wird oder ich Wehen bekomme. Als ich dann so im Wasser lag musste ich einfach etwas grinsen. Der Bauch ragte so hoch aus dem Wasser raus - das sah einfach witzig aus. Ich hatte nicht eine Sekunde das Gefühl, dass mir die Rückenlage unangenehm war. Nein, es war eine riesige Entlastung für den Rücken und auch das Baby war wohl sehr angetan von der Schwerelosigkeit. Anfangs strampelte es doch ganz fest, wurde dann aber auch ruhig und erst als am Ende der Sitzung das Licht aus und an ging wurde es wieder wach und lebendig. Zur Zeit schaffe ich es abends kaum vom Sofa ins Bad, weil mir mein Rücken solche Schmerzen bereitet, wenn ich Ihnen nun erzähle, dass ich am gleichen Abend noch die Ausstellung Körperwelten angeschaut habe und dabei 1 Stunde angestanden bin und 2 Stunden laufend / stehend durch die Ausstellung ging und das mit fast keinen Schmerzen - dann sagt das wohl alles. Das Floating ist Erholung pur für einen stark beanspruchten Schwangeren-Rücken!

Anschließende Erholungsphase:

Die Erholungsphase nach dem Floating ist total wichtig. Das ist mir zwar erst im Nachhinein so richtig bewusst geworden, aber sie erscheint mir nicht nur sinnvoll sondern ein ganz wichtiger Bestandteil der Sitzung. So hatte ich nach dem Duschen einfach nochmals die Zeit wieder langsam auf der Erde anzukommen.

Kurz und bündig:

Es war einfach phantastisch und hat mir unheimlich gut getan. Ich kann das Floating wirklich nur weiterempfehlen - besonders auch für Schwangere. Der Erholungsfaktor ist unglaublich.

Ihnen ein herzliches Dankeschön, dass Sie mir dieses Erlebnis ermöglicht haben. Ich werde Sie gerne weiterempfehlen und komme bestimmt nochmals auf Ihre Angebote zurück. Vielleicht nicht gleich in den nächsten Monaten - da werde ich es bestimmt nicht schaffen, aber wenn es die Zeit mal wieder zulässt und ich mir etwas ganz besonderes gönnen möchte...

Ihre

Frau C. Gaugel

März 2003