





In einem Floatingbecken setzt nach kurzer Zeit bei absoluter Stille oder meditativer Musik eine totale Entspannung ein. Die Badenden schweben in dem Solewasser – entrückt von Raum und Zeit. Das Salzwasser ist sehr hautfreundlich. Haut und Haare trocknen nicht aus.

## DER RICHTIGE WÄRME- UND KÄLTE-KICK

**Wärme und Kälte gehören zusammen. So wie bei einem Saunabad die anschließende Abkühlung in einer Eiskabine, im Tauchbecken oder unter der kalten Dusche dazugehört, sind Schwitzen und Abkühlen Blutsbrüder, die in vielfältiger Weise kombiniert und gesundheitsfördernd genutzt werden können.**

**S**ven Warth, Geschäftsführer von **Openfloat** in Oberursel, setzt speziell für gewerbliche Kunden auf beide Bereiche: **Wärme und Kälte** in unterschiedlichen Anwendungsformen. Zum einen bietet er schon seit Jahren **Floatingwannen** an, die in Wellness-Hotels, Spa-Anlagen, aber auch in Privathäusern mit Wellnessbereich breite Anwendung gefunden haben. Mit seinem neuen zweiten Standbein deckt er nun auch das Thema Kälte ab: Die **Cryokabinen** sind einer breiten Öffentlichkeit noch wenig bekannt und allenfalls in Kureinrichtungen und Hotels mit Medical-Wellness-Abteilungen zu finden. Doch das soll sich nach dem Willen von Sven Warth ändern: „Wir empfehlen jedem Betreiber, seinen Gästen eine Kombination aus Wärme- und Kältetherapie anzubieten, was wir bereits mehrere Jahre in eigenen Wellnesscentern erprobt haben.“





**Die Entspannung nach dem Baden in einem Floatingbecken trägt nachhaltig zum physischen und psychischen Wohlbefinden bei. Erwiesenermaßen wird durch das Baden im Salzwasser verschiedene Leiden wie Kreislaufstörungen, Kopfschmerzen, Rheuma und Hautleiden gelindert.**

**Was verbirgt sich hinter dem Begriff Floating?** Die Menschen müssen heute große Mengen an Reizen verarbeiten, um den täglichen Anforderungen gewachsen zu sein. Diese Reizüberflutung löst Stress aus und erzeugt Müdigkeit sowie körperliche Probleme wie Kopf- und Gliederschmerzen bis hin zu Krankheiten. Floaten oder floating (englisch schweben) bedeutet, an der Oberfläche einer auf Körpertemperatur geheizten Sole zu schweben. Die Last des eigenen Körpergewichts entfällt. Dank der konstanten

Wassertemperatur von 35° Celsius, die der Außenhauttemperatur entspricht, nehmen die Badenden keinen Temperaturunterschied wahr und empfinden weder Wärme noch Kälte. Beim Floaten ist das Bewusstsein von allen Sinneswahrnehmungen entlastet. Körper und Geist können sich der vollkommenen Entspannung hingeben. Gäste floaten in völliger Dunkelheit oder bei gedämpftem Licht, absoluter Stille oder bei meditativer Musik, um so für ein paar Stunden den Alltag zu vergessen und einfach nur entspannen. >>





In der Vergangenheit wurde die Kältetherapie vor allem zur Rheumabehandlung eingesetzt. Mittlerweile haben aber auch viele Sportler die Kältekabine für sich entdeckt. Sie nutzen die Kältekammer zur Regeneration, Trainingsvorbereitung und zur Gewichtsreduktion.



## »Mit den Heilkräften des Salzes können viele Leiden gelindert werden«

Das Floaten wurde in den 1950er-Jahren von Dr. John Lilly in den USA entwickelt. Trotz guter Erfolge bei Forschungsprojekten und nachweislichen Erfolgen gegen chronische Leiden, bei Stresstherapie und Suchtentwöhnung führte das Floating lange ein Schattendasein. Erst der Weg über den Leistungssport sowie die Anwendung im Bereich Medical Wellness weckten allgemeines Interesse. Durch die tiefe, körperliche und mentale Entspannung in Verbindung mit den Heilkräften des Salzes können viele Leiden gelindert werden: Kreislaufstörungen, Hexenschuss, Rheumatismus, Hautleiden, Ischiasprobleme, Kopfschmerzen, Zerrungen, um nur einige zu nennen. Mittlerweile findet man in vielen privaten Wellness-Oasen, Wellness-Hotels und SPAs die Floating-Tanks. Je nach Hersteller fassen die Tanks zwischen 600 und 800 Litern Wasser. Dazu kommt ein Salz bis zum Sättigungsgrad zwischen 25 bis 30 % bei 36° Celsius Wassertemperatur. Verwendet wird Magnesiumsulfat, da es sehr hautfreundlich ist und Haut und Haare nicht austrocknen.

### Automatische Kontrolle

Eine Floating-Anlage für den Privatnutzer unterscheidet sich von einer gewerblichen Anlage darin, dass im gewerblichen Bereich die hygienischen Anforderungen wesentlich höher sind. Aber auch bei einer privaten Nutzung sollte eine für den Einsatz ausreichende Filtertechnik vorhanden sein und das Solewasser desinfiziert werden.



**In einer Zwei-Kammer-Kabine betreten die Gäste zuerst einen Vorraum, in dem eine Temperatur von -30° Celsius herrscht. Nach einer halben Minute, wenn der Körper abgetrocknet ist, wechseln sie in die eigentliche Kältekammer mit -120° Celsius über und verbleiben dann rund drei Minuten. Die extreme Kälte stimuliert den Kreislauf, den Stoffwechsel und die Fettverbrennung.**

Wie bei einem normalen Schwimmbad gibt es Mess- und Regelanlagen, die die automatische Kontrolle aller Parameter übernehmen.

### Kältetraining zur Gewichtsreduktion

Kommen wir nun zum Thema Kälte. Hier arbeitet Openfloat mit den Kälte-Experten von j3cryo in Gelnhausen zusammen. j3cryo übernimmt die Produktion, Openfloat den Vertrieb. Schon Pfarrer Kneipp wusste: Genauso wie Wärme haben auch Kältereize einen positiven gesundheitlichen Effekt. In den vergangenen Jahren wurden die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten der Kältetherapie in den Bereichen Sport, Wellness und Medizin untersucht.

Die Ergebnisse zeigen, dass eine richtig angewendete Ganzkörper-Kältetherapie zahlreiche gesundheitlich positive Effekte aufweist wie zum Beispiel: Stärkung des Immunsystems, Verbesserung der Durchblutung, Stärkung des Gewebes, Verbesserung der körperlichen und geistigen Leistung, Gewichtsreduktion, Regeneration, und sogar in der Schmerztherapie bei Rheuma und Arthrosen zeigten sich gute Ergebnisse. Ihren Ursprung fand die Kältebehandlung in der Rheumatologie. Auch Leistungssportler nutzen mittlerweile die Kammer zum Regenerieren und während der Trainingsvorbereitung. Die extreme Kälte stimuliert auch die Fettverbrennung. Untersuchungen haben gezeigt, dass Polarforscher rund 5.000 Kalorien am Tag benötigen, um ihr Gewicht bei der extremen Kälte zu halten. So lässt sich durch das Kältetraining eine signifikante Gewichtsreduktion erreichen.

Die Kältekabine gibt es als Ein- oder Zwei-Kammer-Kabine. Bei der Zwei-Kammer-Kabine betreten die Gäste einen Vorraum, in dem eine Temperatur von -30° Celsius herrscht.

Nach rund 30 Sekunden ist die normal vorhandene Körperfeuchte abgetrocknet, und man wechselt in den Hauptraum über. Hier herrscht eine original gemessene Temperatur von maximal -120° Celsius. Da der Luft die Feuchtigkeit entzogen ist, wird die Kälte bei einem Aufenthalt von ca. drei Minuten als sehr angenehm empfunden. Die Nutzer betreten die Kabine in Badebekleidung. Zusätzlich wird der Kopf mit einer Mütze oder einem Stirnband, die Atemwege mit einem Mundschutz sowie Hände und Füße mit Handschuhen bzw. Schuhen geschützt. Ein wichtiger Aspekt für Betreiber: Die kompakte Technik und geringer Platzbedarf eröffnen vielfältige Aufstellmöglichkeiten. Ein separater Technikraum wird nicht benötigt. In einem Showroom von OpenFloat können sich Interessenten nach Terminvereinbarung von der tollen Wirkung der Kältebehandlung überzeugen.

Zielgruppen für die Cryo-Kabine sind in erster Linie Arztpraxen, Kliniken, Sport- und Reha-Zentren, aber auch Hotels mit Medical-Wellness-Abteilung, Gesundheitsresorts, Schönheits-Kliniken und Beauty-Farmen. Diesen eröffnen sich durch die Kältekabine ganz neue Geschäftsmöglichkeiten und neue Zielgruppen. ~

**Openfloat Gbr, Sven Warth**  
**Strackgasse 22, 61440 Oberursel, Tel.: 06171/2964282**  
**s.warth@openfloat.com, www.openfloat.com**