



Claudia, en ekte spadronning

Lillehammer SPA avdeling Skeikampen

Infrarød sauna, boblebad og massasje

Rygg- og nakkemassasje, aromaterapi, bodyskrubb, ansikt- og hodebunnsmassasje, eller kanskje manicure? Her er det bare å velge og vrake alt etter hva du ønsker. Du får pleie av kroppen, avslapning, og fysisk og mental mosjon.

Av Åse Kari Gravråk



I det jeg åpner døra inn til spa-avdelingen på Thon Hotel Skeikampen merker jeg umiddelbart en rolig og behagelig stemning. Og da jeg hilser på Claudia som er en ekte spa-dronning føles det nesten som jeg har kommet til et annet kontinent. Hun er eksotisk, mørk og vakker, kledd i knallblå kjole, er perfekt sminket og har negler som i seg selv er et lite kunstverk. Det er en smule kontrast mellom oss to der jeg buser inn i ullgenser, olabukse, bustete hestehale og vinterblek hud. Men vi finner tonen mens hun viser meg rundt og forteller om hvilke typer behandling de kan tilby.

Administrator og terapeut

Claudia Desales har mye kunnskap og lang erfaring innen bransjen. Tidligere har hun jobbet både på Rondane Spa, Savalen, Gol og Sanderstølen. Nå er hun eier og driver av Lillehammer Spa som består av tre avdelinger; Strandpromenaden, Scandic Lillehammer Hotel og Skeikampen som åpnet desember i fjor. Selve spa-anlegget på hotellet har eksistert lenger, men i flere år har det kun vært åpent for badstue og boblebad. Men i fjor tok Skeikampen kontakt med Claudia på Lillehammer og spurte om hun kunne være interessert i å drive Skeikampen som en avdeling under Lillehammer, og det takket hun ja til.

- Vi har åpent torsdag, fredag og lørdag, og vi er minimum to terapeuter her, noen ganger fire, alt etter som hvor mange behandlinger vi har. Vi tilbyr mange ulike kombinasjoner, bl.a. en pakke som består av massasje, skrubbe og ansikt. Det kan ta fra halvannen time og oppover. Men du kan også bare komme hit for å ta badstue og boblebad hvis du ønsker det. Her er det mange muligheter.

God effekt og bra for helsa

Vi setter oss ned på kanten ved boblebadet der vi er omgitt av hvit vinter utenfor glassvegger og glasstak.

- Her kan du ligge i boblebadet og se ut på snøkrystallene som daler ned, sier Claudia.

Det må jo være perfekt for snøbad først, sier jeg, og spør om hun selv pleier å ta snøbad.

- Haha, nei det har jeg foreløpig ikke gjort, men jeg skal tenke på det, ler hun.

Men merker du noen forskjell på hvordan folk forholder seg til spa nå i dag og ti år tilbake?

- Ja, tidligere tenkte nok mange at dette var luksus, men nå forstår flere at dette har en god effekt på kroppen og at det er en god investering. Det er tydelig at flere er opptatt av å ta vare på helsa nå enn før, og det er jo det viktigste vi har.

Hva liker du aller best å jobbe med innen spa?

- Jeg jobber jo både med terapi og administrasjon. Men av terapi liker jeg



Ewelina Wojciechowska (til venstre) og Christine Wilms tar gjerne et velfortjent avbrekk i spa-avdelingen. De jobber begge på hotellet.

veldig godt ansiktsbehandling, og jeg liker å behandle litt over tid så vi kan se resultater, det er spennende. Hvis noen har en plage har jeg lyst til å gjøre noe med det. Jeg bruker tid på å finne ut hvilken helse-tilstand kunden har før jeg anbefaler en passende behandling.

Ønsker alle velkommen

Claudia forteller om infrarød sauna, at det har en spesiell god effekt på kroppen da den øker sirkulasjonen i kroppen, oksygenopptaket blir høyere og muskulaturen blir avslappet. Infrarød sauna gir kroppen god oppvarming før du får massasje.



Infrarød sauna

- Her på Skeikampen er det stort sett hotellgjestene som benytter spa, men vi har også noen lillehamringer og gausdøler. Men vi vil absolutt oppfordre flere gausdøler og hyttefolk til å komme å teste hvor bra tilbud vi har, alle er hjertelig velkommen, smiler Claudia.

Ja hvorfor ikke? Hva med en lang skitur først, etterfulgt av boblebad, snøbad, infrarød sauna og massasje? Og kanskje avslutte hele seansen med en bedre middag på Thon Hotel Skeikampen?



Et stille hjørne

FAKTA

Spa, tidligere ofte kalt bade-
sted, kurbad eller badeanstalt,
er tradisjonelt et sted der det
finnes vann med antatt helse-
bringende egenskaper.

Vannkurer (hydroterapi) har
røtter tilbake til antikken,
og bad i forskjellige former
var populære allerede i
Romerriket. I Norge kjenner
vi badstuer helt tilbake til Olav
den helliges tid på begynnel-
sen av 1000-tallet. Olavs navn
er i ettertiden
særlig blitt knyttet til kilder
med "undergjørende" vann,
som spesielt var virksomt
St. Hans natten.

I boblebadet kan du ligge og se på snøkrystallene dale