



NJUTNING
Yasuragi Hassel-
udden har stans
kanske kändas-
te kombo av spa
och mat.

Njutning på högsta nivå

Skönheten kommer inifrån, säger de.

Tror man inte på det får man se till att den finns i närheten.

När man äter och dricker alltså.

► Luxury Spa/First Hotel Reisen Skeppsbron 12 08-22 32 60

Luxury spa håller till på First Hotel Reisen och där har man tagit det lite annorlunda greppet att ge dryckesrekommendationer till varje behandling.

Bland annat kan man dricka ett glas kall champagne i bubbelbadet.

– Det är så härligt att njuta. Gurkvatten, som de serverar på andra spa, tycker jag är äckligt. Men champagne däremot är gott, säger Tomas Ekenman, vd på Luxury spa.

Kombinationerna har man kommit fram till genom provning.

– Jag är vinintresse-

rad så jag provade olika viner och andra drycker med de olika örterna som är i baden och krämerna, säger Tomas Ekenman.

Det ledde bland annat till att en massage med lavendelolja bäst avslutas med en

Chablis och under ett örtbad med citronella rekommenderas man att sippa kamomillte.

► Centralbadet Drottninggatan 88 08-24 10 81

Har alla upptänkliga skönhets- och hälso-behandlingar från topp till tå.

Lätt att hitta sitt eget tema med maten som serveras i restaurangen. En alginpackning följs bäst av en skaldjurssoppa med saffran och muss-

lor som toppas med marinerade alger eller röd quinoa med räkor, sjögrässallad och örtoghurt. Som efterrätt finns en "antioxidantbomb", med hudfrämjande ingredienser som granatäpple, björnbär, hallon och nötströssel. Dessutom frukostbuffé för 120 kronor.

► Sturebadet Sturegallerian 36 08-545 015 00

Med utsikt över Sturebadets vackra bassäng kan man avnjuta frukostbuffé eller lunch. Sedan väntar ett smörgåsbord av behandlingar med Kerstin Florian-produkter. Till hösten börjar de servera sin söndagssalladsbrunch igen.

► Yasuragi Hasseludden Hamndalsvägen 6, Saltsjö-Boo 08-747 61 00

Stans kanske mest kända kombo av spa och mat. Japanskt tema på båda.

SPA FÖR ALLA SMAKER

Spa är egentligen en förkortning av *salus per aqua* – hälsa genom vatten. Men det är tydligen inte den enda vätskan som är bra att bada i.

Ölspa

■ ■ Familjebryggeriet Chodovar

i Tjeckien låter sina gäster bada i deras specialbrygd "Bathing Beer", som innehåller bland annat öljäst och olika örter. I stora badkar i viktoriansk stil kan man avnjuta bryggeriets drycker från ölpumpar intill karen.

Vinspa

■ ■ Hos Caudalie i Frankrike kan

man bada i rödvinsextrakt medan man äter druvor. Merlot- eller Cabernet-skrubb erbjuds också.

Chokladspa

■ ■ Kända amerikanska företaget Hersheys ligger i Pennsylvania och där kan man checka in på deras chokladspa och bland annat testa "Whipped cocoa bath".

Choklad är inte bara gott – det är bra att bada i också.