MAHADEVA
Health and Beauty Care
Ayurveda · Kosmetik · Personal Styling
STUDIO
Birgit Bonk-Hollerbach

Liebe Kundinnen und Kunden,

in meiner Arbeit setze ich mich persönlich dafür ein, dass Sie sich von Kopf bis Fuß in Ihrer Haut wohlfühlen.

Mit kompetenter Beratung, achtsamer Berührung, Energiearbeit und reiner Pflanzenkraft bringe ich Ihre innere Schönheit wieder zum Aufleuchten.

Genießen Sie Ihre individuelle, einfühlsame Behandlung und Beratung in meinem Studio MAHADEVA in Heidelberg-Handschuhsheim.

Ich freue mich auf Ihr Kommen,

Birgit Bonk-Hollerbach

Inhalt Seite

Ayurveda 4
- Teilkörper-Behandlungen 5 – 7
- Ganzkörper-Behandlungen 8 – 9

Für die Seele
- Klangschalen-Massage 10
- Heilenergetische Behandlung 11

Kosmetik
- Methode TEAM D[R] JOSEPH 12 – 13
- Gesichtsbehandlungen 14 – 15

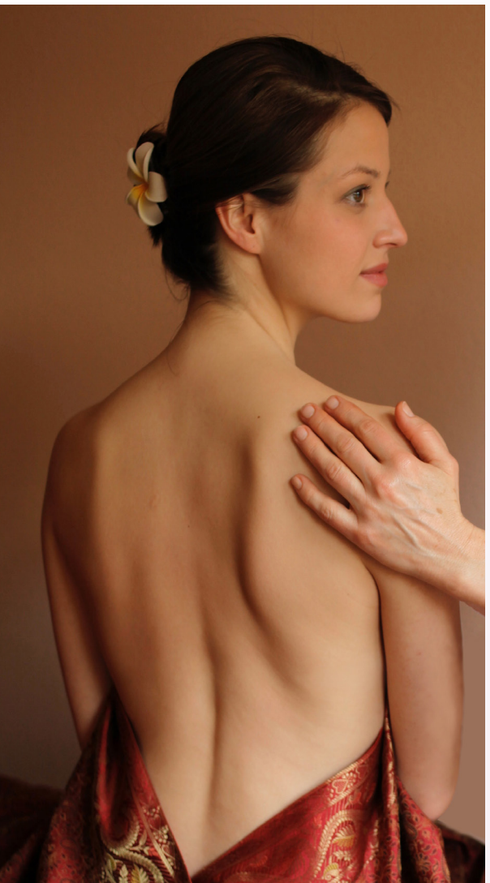
Personal Styling 16
- Farbberatung – Farbstyling 17
- Stilberatung – Typstyling 18
- Beispiel eines Typstylings 19 – 20

Make-up Coaching 21

Über mich / Qualifikation 22 – 23

Gesundheit gedeiht
mit der Freude
am Leben

Thomas von Aquin



Ayurveda

Ein Geschenk an die Menschheit

Ayurveda, die »Wissenschaft vom langen und gesunden Leben«, ist eines der größten Vermächtnisse, das die Weisen und Ayurveda-Ärzte des alten Indien der Menschheit hinterlassen haben. Diese Jahrtausende alte Philosophie ist universal und zeitlos, die Therapie ist vielseitig und individuell.

Ayurveda sieht den Menschen in seiner Geist-Körper-Seele-Einheit und zeigt, wie wir unser Leben in Harmonie mit uns und der Umwelt führen können. Spezielle Behandlungen und Massagen, typgerechte Ernährung, Kuren und Meditation helfen dabei, zu einer gesunden Lebensweise, einer positiven Lebenseinstellung und zu innerer Balance zu finden.

Gesundheitspflege und Wohlgefühl

Ayurvedische Behandlungen werden individuell zur Gesundheitserhaltung, Harmonisierung, Schönheitspflege und in der Therapie von Krankheiten eingesetzt. Massagen mit ayurvedischen Kräuterölen regen die Selbstheilungskräfte an, sie wirken reinigend, stärkend und verjüngend. Die nach alter Tradition hergestellten Öle erhalten Haut, Muskulatur und Gelenke gesund, weich und geschmeidig. Sie verbessern die körperliche Beweglichkeit und fördern die tiefe Entspannung.

Ayurveda Teilkörper-Behandlungen

Augenbehandlung – *Netra*

Energie und neuer Glanz für müde Augen. Blütenstempel, Kompressen mit Ghee und eine Augenmaske mit Mikroalgen sind eine Wohltat für beanspruchte Augen und deren zarte Umgebung. Wirkstoffe aus Augentrost, Kamille, Lavendel und Schachtelhalm unterstützen deren Regeneration. Die Behandlung mildert Flüssigkeitsstauungen, Rötungen, Schatten und auch kleine Fältchen. Ihre Augenpartie wirkt erholt, frisch und strahlend.

Bauchmassage – *Udara*

Dampfkompressen und eine sanfte Bauchmassage mit Kräuterölen entspannen wohlig alle Organe Ihres Unterleibs und stärken Ihre Mitte. Die Massage stellt Ihr gutes Bauchgefühl wieder her und kann Sie auch darin unterstützen, neue Entscheidungen zu treffen.

Beinmassage – *Gamathi*

Die aktivierende Beinmassage mit ayurvedischen Kräuterölen stimuliert den Lymphfluss und lindert Empfindungen wie Schwere und Hitze. Sie entspannt die Waden- und Beinmuskulatur und verhilft Ihnen zu neuer Leichtigkeit.

Fußmassage – *Padabhyanga*

Erholung für müde Füße und strapazierte Nerven. Die sanfte Massage mit Ghee verbessert nicht nur den venösen Rückfluss und mildert Stauungen und Schwellungen, sondern schenkt Ihnen auch innere Ruhe, bessere Konzentration und einen guten Schlaf. Darüber hinaus sorgt eine regenerierende, gewebereinigende Kräuter-Fußpackung für einen federleichten Auftritt.

Gesichtsmassage – *Mukabhyanga*

Die Massage mit einer zart duftenden Creme verwöhnt Haut und Sinne. Sie schenkt Ihrem Gesicht weiche Konturen und entspannte Züge. Die sanfte Lymphstimulation und eine Behandlung der Nerven- und Vitalpunkte befreien Sie von Druck und geistiger Anspannung.

Kopfmassage – *Shiroabhyanga*

Eine Ölmassage des Kopfes und des Schulter-/Nackenbereichs ist sehr entspannend und vertreibt sogar Sorgen. Ayurvedische Kräuteröle wie »Brahmi« oder »Neelyadi« beruhigen das Nervenkostüm und stärken den Geist. Außerdem erhält diese Massage die Kopfhaut gesund und verschönert das Haar.

Rückenmassage – *Pristhabhyanga*

Die wirkstarke Massage mit ayurvedischen Ölen wie »Mahanarayan« und »Ashwagandha« sorgt für mehr Beweglichkeit, sie entspannt und vitalisiert Ihren ganzen Körper. Eine ergänzende Behandlung mit dampfenden Kräuterstempeln oder auch mit einer warmen Packung berührt tiefere Gewebeschichten und fördert die Gewebereinigung.

Stirn-Ölguss – *Shirodhara*

Diese Ölanwendung für den Kopf ist eine zentrale ayurvedische Technik, die das vegetative Nervensystem anspricht. Sie hilft Sinneseindrücke besser zu verarbeiten und mentale Überlastung abzustreifen. Die Behandlung stimuliert den Parasympathikus, was einen erholsamen Schlaf fördert und die Regeneration unterstützt.

Nach der einleitenden Kopf-, Nacken- und Gesichtsmassage führt Sie ein kontinuierlich fließender warmer Ölstrahl in einen heilsamen Zustand innerer Stille und tiefer Entspannung.

Optional stehen dafür therapeutisch wirksame ayurvedische Kräuteröle zur Auswahl, wie »Kumari«, »Neelyadi« oder »Triphala«. Am besten wirkt die Behandlung, wenn Sie das Öl anschließend zu Hause mindestens fünf Stunden in Ruhe einwirken lassen, bevor Sie Ihre Haare waschen.

Ayurveda Ganzkörper-Behandlungen (nur für Frauen)

Ölmassage Abhyanga – *harmonisierend*

Die harmonisierende Ölmassage lockert verspannte Muskeln und nährt das Nervensystem. Mit meditativen Bewegungen werden warme ayurvedische Kräuteröle wie »Mahanarayan« und »Ashwagandha« in Ihre Haut eingearbeitet. Die sanfte Massage verbessert die Geschmeidigkeit des ganzen Körpers und beschenkt Sie mit dem Gefühl des wohligen Eingehülltseins.

Ölmassage Rathna-Abhyanga – *energetisierend*

Bestimmten Edelsteinen wird ein heilkräftiger Einfluss zugeschrieben. Die sanfte Massage mit Massage-Edelsteinen und warmen Kräuterölen beruhigt und stärkt das vegetative Nervensystem. Die Variation der Abhyanga-Massage verleiht Ihnen neue Energie.

Ölmassage Marmani – *umstimmend*

Marmapunkte, auch Vitalpunkte genannt, gelten im Ayurveda als »Sitz des Lebens«. Die rhythmisch ausgeführte Massage verbindet wieder wichtige Vitalpunkte des Körpers miteinander. Das bewirkt nicht nur eine tiefe Entspannung, sondern hilft auch dabei, emotionale Unausgeglichenheit und seelische Verstimmung zu überwinden. Die Massage fördert die Zentrierung und sorgt für mentale Klarheit und Stärke.

Ölmassage Marma Nadi – *anregend*

Diese Massage wirkt sowohl auf körperliche als auch auf mentale Beschwerden umstimmend, die mit einer inneren Antriebslosigkeit verbunden sind. Die belebende Massage mit anregenden Kräuterölen aktiviert die Gewebereinigung. Sie unterstützt das lebendige Fließen, die mentale Frische und sorgt für neuen Schwung.

In den Pflanzen steckt
die ganze Kraft der Welt.
Derjenige, der ihre geheimen
Fähigkeiten kennt,
ist allmächtig.

Indische Weisheit

Wohlfühlen, Entspannen, Regenerieren

Seidenhandschuh- & Ölmassage Garshan – *reinigend*

Die rhythmische Ganzkörpermassage mit Naturseidenhandschuhen lässt Sie das lebendige Fließen in Ihrem Körper wieder spüren. Die anschließende Ölmassage mit Centella Asiatica-Öl öffnet die Entgiftungskanäle Ihres Körpers und wirkt auf wundersame Weise auch reinigend auf die Seele. Eine abschließende Körperpackung kurbelt den Stoffwechsel an und verschönert Ihre Haut.

Neben den regenerierenden Eigenschaften, die der ayurvedischen Heilpflanze inne sind, wirkt Centella Asiatica auch gegen Erschöpfung und mentale Leere.

Centella Asiatica ist auch bekannt unter den Namen »Gotu Kola«, »Tigergras« und »Asiatischer Wassernabel«.

Der Klangmassage liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zugrunde, die schon vor über 5000 Jahren in der indischen Heilkunst Anwendung fanden. In der östlichen Vorstellung entstand der Mensch aus Klang, er ist also Klang. Der Ton der Klangschale berührt unser Innerstes, er bringt die Seele zum Schwingen. Der Klang löst Spannungen, mobilisiert die Selbstheilungskräfte und setzt schöpferische Energien frei.

Peter Hess

Behandlungen für die Seele

Klangschalen-Massage

In Wirkung und Resultat ist die Klangmassage vergleichbar mit einer manuellen Massage. Nur ist sie wesentlich subtiler und benötigt weder Öl noch manuelle Grifftechniken. Die Klangschalen platziere ich dabei auf Ihrem Körper und bringe sie zum Erklingen. Der Klang durchströmt Sie in sanften Schwingungen und führt Sie in eine Tiefenentspannung.

Die sphärischen Klänge lösen auch chronische Verspannungen, sie wirken heilsam auf Körper und Seele. In einem erweiterten Bewusstseinszustand des All-Ein-Seins gewinnen Sie neue Kraft und Zuversicht.

In einem einzigen Klang
ist das ganze Universum versammelt.

Indische Weisheit

Heilenergetische Behandlung

Heilenergie durch Handauflegen spendet Kraft, Trost und Zuversicht. Sie unterstützt Transformationsprozesse und fördert die Erkenntnis dessen, wer wir wirklich sind und was wir zu tun vermögen. Sie hilft uns das eigene Potential zu erschließen und zu entfalten. Über die Reinigung und Harmonisierung des Energiefeldes können mentale, emotionale und physische Blockaden gelöst werden.

Schicht für Schicht beginnt sich das Herz als Zentrum des Lebens zu öffnen und wird empfänglich für die umfassende Wahrheit und Schönheit des Seins.

HIGHTECH NATURAL COSMETICS

TEAM D[R] JOSEPH

SÜDTIROL

Kosmetik

Methode TEAM D[R] JOSEPH

Basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und Ihren Hautbedürfnissen setzt die manuelle Behandlungsmethode TEAM D[R] JOSEPH in der Tiefe des Gewebes an. Den natürlichen Funktionsgesetzen folgend wird der Hautstoffwechsel in Balance gebracht:

Beruhigung des Nervensystems, Entspannung der Mimik, Harmonie des Fließgleichgewichts, Normalisierung der Mikrozirkulation mit dem Ziel Ihr ganzheitliches Hautgefühl, Ihre Hautgesundheit und Ihre unvergleichliche Schönheit zu pflegen und zu erhalten.

Erleben Sie selbst die individuelle Schönheitspflege nach der Methode von TEAM D[R] JOSEPH: pureness. recreation. protection.

Nur das Beste aus zwei Welten

Hinter jeder Philosophie steckt eine Perspektive. Man kann das Kleine oder das Große im Auge haben, die Dinge getrennt oder verbunden sehen.

TEAM D[R] JOSEPH sucht gemeinsam mit Forschern, Entwicklern und Mitarbeitern nach den Schnittstellen und verbindet sie.

In TEAM D[R] JOSEPH Produkten treffen zwei Welten aufeinander: antike Weisheiten der Volksmedizin auf modernste, wissenschaftliche Erkenntnisse, reinste Stoffe auf feinste Technologie, die Genialität der Natur auf hochentwickeltes Know-How.

Qualität heißt für TEAM D[R] JOSEPH, diese zwei Welten im Respekt vor dem natürlichen Gleichgewicht der Haut zu harmonischen und synergetischen Produkten zu verbinden:

»Hightech Natural Cosmetics«.

Kein Labor ist größer als unser Garten.

Nichts ist uns wichtiger, als die Vielfalt und Kreativität der Natur schonend einzufangen. Nur so werden unsere Produkte zu Qualitätsprodukten.

Wenn man sich Tag für Tag mit Pflanzen beschäftigt, mit ihrer Struktur, ihrer Seele und ihrem Wirkstoff, wird man schnell demütig. Das teuerste Labor der Welt kann mit der Intelligenz einer Pflanze nicht mithalten. Drum ist uns nichts wichtiger, als die Kreativität und Vielfalt der Natur so schonend wie möglich einzufangen. Es liegt ein Hauch von Ehrfurcht in der Luft, wenn wir im Garten arbeiten.

Bei der Auswahl der Wirkstoffe legen wir höchsten Wert auf Reinheit, Qualität und eine nachhaltige biologische Anbauweise. Wir prüfen jeden Hersteller und bevorzugen Wildwuchssammlungen. Auch die Zertifizierung unserer Produkte erfolgt auf höchstem Niveau. Das sind wir nicht nur unseren anspruchsvollen Kunden schuldig, sondern auch dem größten aller Vorbilder: der Natur.

TEAM D[R] JOSEPH

Gesichtsbehandlungen

Methode TEAM D[R] JOSEPH

Cellular Recreation Face Treatment
Tiefenwirksame Schönheitspflege

Eine wunderbar natürliche Wirkstoffpflege speziell abgestimmt auf Ihre Hautbedürfnisse mit Sofort-Effekt und einem tief entspannenden Verwöhnprogramm:

Hautdiagnostik, lymphstimulierende Massage, Kräuter-Dampfkompressen, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern, Spezial-Serum, modulierte Gesichtsmassage, Intensivmaske und eine abschließende individuelle Tagespflege.

Hochwirksame natürliche Aktivstoffe sorgen für eine gesunde und intensiv gepflegte Haut.

Advanced Bio Lifting Face Treatment
Intensivbehandlung mit biodynamischem Lifting

Erleben Sie eine wahrhaft einzigartige Schönheitsbehandlung mit Hautdiagnostik, lymphstimulierender Massage, Kräuter-Dampfkompressen, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern, Spezial-Serum, bioenergetischer Blütenstempel-Lifting Massage, Intensivmaske und einer abschließenden individuellen Tagespflege sowie Stabilisation.

Hightech der Natur für nachhaltige Wirkung, sofortige Sichtbarkeit und maximalen Effekt.

Purifying Face Treatment
Intensiv reinigende Gesichtsbehandlung

Im Mittelpunkt dieser Gesichtsbehandlung steht eine Tiefenreinigung der Haut.

Die Haut wird mit erlesenen, pflanzlichen Wirkstoffen porentief gereinigt. Verstopfungen werden sanft gelöst und die Talgproduktion normalisiert. Das Behandlungsritual wird mit einer tonisierenden Gesichtspackung und der Peel-Off-Maske zur optimalen Feuchtigkeitsversorgung abgerundet.

Für ein sichtbar frisches, gereinigtes und ebenmäßiges Hautbild.

Express Power Lift for Men
Wirkstarke, naturnahe Pflege für den Mann

Hautdiagnostik, lymphstimulierende Massage, Kräuter-Dampfkompressen, Peeling, Tiefenreinigung, Spezial-Serum, Intensivmaske mit Gesichtsmassage und eine abschließende individuelle Tagespflege.

Natürliche Hightech Power für eine kraftvolle und gepflegte Ausstrahlung.

Supreme Ultrasonic Facial Lift
Die Königsklasse des Ultraschall-Liftings

Diese Premium-Intensivkur setzt ein völlig neues Verfahren ein, um das Gesicht praller, frischer und jugendlich straff erstrahlen zu lassen.

Dank der Ultraschallfrequenzen werden die natürlichen Wirkstoffe sicher in tiefere Hautschichten gebracht. So kann sich das Potenzial der Wirkstoffe besser entfalten und die Haut wird in der Tiefe maximal gefestigt.

Je nach Hautzustand wird das Treatment individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst: Lymphstimulation, Dampfkompressen, Reinigung, Enzym- und Ultraschalltiefenpeeling, Alginatmaske, Ultrasonic-Repair und Lifting, vitalisierende Gesichtsmassage, Tagespflege.

Personal Styling

Ihr individueller Stil macht Sie ausdrucksstark und unverwechselbar.

Betrachten wir Kleidung als eine Art Sprache, dann können wir unter persönlichem Stil auch eines verstehen: SEBSTAUSDRUCK.

Mit Ihrer Kleidung kommunizieren Sie tagtäglich Ihre Wertevorstellungen, Stimmungen, Empfindungen, Emotionen und offenbaren auch Ihre innere Haltung und Lebenseinstellung. Welchen Gesamteindruck Sie als Persönlichkeit bei Ihren Mitmenschen hinterlassen, entscheidet sich oft schon in wenigen Sekunden. Daher ist es klug, auf Ihren Kleidungsstil zu achten.

Wie erfolgreich Sie im Beruf und im Alltag sind, ist nämlich auch eine Stilfrage.

Sobald Ihr Stil Ihre Persönlichkeit widerspiegelt, wirken Sie authentisch. Dann geben Sie nur das von sich preis, von dessen Wirksamkeit Sie schon wissen. Das gibt Ihnen Sicherheit, verschafft Ihnen mehr Akzeptanz und hilft Ihnen, das eigene Selbstbild zum Positiven zu verändern.

Weil Farben auch eine stilistische Aussage haben, lassen sich Stil und Farbe kaum voneinander trennen. Ihre besten Farben, Ihre »Herz-Farben« oder auch Ihre »Signature-Farbe«, weisen bereits in die Richtung, wo Sie als Stilpersönlichkeit »zu Hause sind«.

In nur zwei Schritten erfahren Sie alles über die Wirkung Ihrer individuellen Farb- und Stilpersönlichkeit.

Machen Sie sich selbst ein Bild.

Farbanalyse – Farbberatung – Farbstyling

Ihre besten Farben spiegeln Ihre Persönlichkeit im Außen wider und sorgen für »good vibrations«. Diese Farben zeigen sofort Wirkung, wenn sie nahe am Gesicht getragen werden: Müdigkeit weicht einer Frische und Präsenz, als kämen Sie gerade aus dem Urlaub oder als seien Sie frisch verliebt. Sie fühlen eine Zunahme Ihrer persönlichen Lebens- und Ausdruckskraft und wirken überzeugend.

Vor dem Tageslichtspiegel ermittle ich mit Hilfe von Farbanalyse-Tüchern Ihre besten

- Farbgruppen
- Lichtwerte
- Intensitäten
- Herzfarben

In der Farb-Stylingberatung zeige ich Ihnen, wie Sie Ihre »Best-of-Farben« ideal zusammenstellen und in welcher Körperregion Sie Akzent- und Kombifarben geschickt einsetzen können. Außerdem gebe ich Ihnen Empfehlungen zu Ihrem farbtypgerechten Make-up, Schmuck, Brillengestell und zur Haarfarbe.

Die Ergebnisse aus der Beratung übertrage ich für Sie in einen individuellen Farbpass. Dieser wertvolle Einkaufsbegleiter schützt Sie vor Fehlkäufen.

Stilanalyse – Stilberatung – Typstyling

Der Wow-Effekt lässt nicht lange auf sich warten, genauso wenig wie die Komplimente, die Sie zu hören bekommen werden. Sie gewinnen ein neues Selbstverständnis, machen eine gute Figur und wirken unglaublich attraktiv und anziehend. Ihre Umwelt wird Sie ganz anders wahrnehmen und viel mehr sehen. Gut möglich, dass Sie auch beruflich einen richtigen Schub bekommen.

Die Reise in Ihre Stilwelt beginnt vor dem Stylingspiegel. Ihre Stilpersönlichkeit entwickelt sich direkt vor Ihren Augen:

Sie sehen, welche Materialien, Muster und Formen Ihnen am besten stehen und in welchem Maß Ihre Extravaganz ausgeprägt ist.

Sie erleben, wie die

- perfekten Schnitte
- besten Ausschnitt- und Kragenformen
- richtigen Längenverhältnisse Ihrer Kleidung
- stilistisch passende Frisur

Ihre gesamte Persönlichkeit noch mehr zur Geltung bringen.

Die idealen Accessoires, Ihr stilsicheres Make-up und die schönsten Formen bei Schmuck und Brillengestell bringen Sie zum Strahlen.

Die Stärken Ihrer Persönlichkeit und Ihres Charakters leuchten dann so richtig auf, wenn Ihre besten Farben und ihr individuelles Stilprofil zusammenwirken. Damit rücken auch ihre Proportionen ins rechte Licht.

Während des Typstylings überprüfen wir gemeinsam Ihre Garderobe. Dabei zeige ich Ihnen auch, wie Sie Ihre Garderobe neu kombinieren können und gebe Ihnen kostbare Tipps für Neuanschaffungen.

Optional halte ich die Ergebnisse für Sie in einem individuellen Look-Book fest. Mit inspirierenden Fotos und wertvollen Tipps dient es Ihnen als Orientierung für zu Hause.

Beispiele aus einem Typstyling

Stiltyp
Bei meiner Kundin, Ananda, verbinden sich Seriosität mit Sinnlichkeit, liebevolle Weiblichkeit mit Klarheit und Hochwertigkeit gepaart mit einer leichten Strenge und einer Note Tradition zu ihrer individuellen Stilrezeptur.

Ihre Stilthemen werden am besten gespiegelt durch klassische Schnitte mit sinnlichen Linien und durch weichfallende Materialien mit leichtem Eigenstand. Seidenmatt, Matt mit Seidenglänzend oder leichter Changeant sowie Perlmuttglanz sind besonders schön. Das Kleidungsstück, welches Ananda am besten steht, ist das (Etui-)Kleid.

Schnittführung
Vorteilhaft sind taillierte Schnittformen mit geradem oder leicht ausgestelltem Rock in knieumspielender Länge (1 u. 6). Unvorteilhaft dagegen sind Schnitte in A-Linie oder mit Empire-Taille (2 u. 3). Sowohl zu kurze Arm- und Saumlängen als auch ein wadenlanger Saum sind ungünstig (4 u. 5). Indem Ananda ihre schmale Taille und ihre schlanken Waden und Fesseln inszeniert, streckt sie optisch ihre Silhouette.

Mustergröße und Farben
Am schönsten wirken abgegrenzte Musterelemente mit etwas Raum dazwischen in mittlerer Größe (5). Im Vergleich dazu repräsentieren kleine Muster und eine unpassende Farbe Anandas Persönlichkeit nur mäßig (3, 4). Dunkles, strahlendes Blau ist eine ihrer besten Farben. Im taillierten blauen Kleid wirkt Ananda authentisch und sehr apart (1).

1

2 3 4

5 6

7

8

9

10

Neben Kleidern kann Ananda sehr gut hüftumspielende Röcke, Kostüme, Hosenanzüge und gerade geschnittene Hosen sowie Blazer und Capes aus weichfallenden, seidenmatten Materialien mit runden Kanten tragen.

Wenn Ananda ihr Augenmerk auf die Betonung der Körpermitte legt, zentriert sie sichtbar ihre Lebenskraft (8 u. 9). Fehlt diese Zentrierung, verliert sie als Persönlichkeit leicht an Überzeugungskraft (9 u. 10).

Dafür bietet sich ein Schmuckgürtel an als Akzent aus der Stilwelt »Tracht« (9 u. 11). Schmuckknöpfe am Blazer (8), Lederstiefel (8), ein Fellbesatz am Cape (12) sowie der hochgestellte Rüschenkragen an der Bluse (8 u. 11) sind weitere Details aus dieser Stilwelt und verkörpern den Aspekt der »Tradition«.

11

12

13

Lichtwerte
Sofern Ananda einen hellen Farbton außen am Körper trägt, wirkt sie etwas müde und unverbunden mit ihrem Kraftzentrum. (13). Dagegen gewinnt sie sofort an Präsenz, wenn sie den helleren Ton in Gesichtsnähe platziert und den dunkleren Farbton außen dazu kombiniert (11). Ihr Outfit mutet nun einhüllend und schützend an.

Kragenform und Ärmellänge
Stimmig wirken ein klassisches Revers, ein V-Ausschnitt, ein runder Ausschnitt sowie leicht dekorierte Blusen- und Stehkragen. Ärmel sind schön in der ⅞-Länge sowie als kurzer und langer Arm.

Schuhe
Stilistisch passen Pumps, Sandaletten und Stiefeletten aus Wild- oder Glattleder mit runder Zehenkappe und mittelhohem Blockabsatz. Je nach Outfit kommen sowohl dünne Sohlen als auch leichte Profillaufsohlen in Frage. Auch Schnürstiefeletten und Trachtenpumps betonen Anandas Look ganz besonders.

Make-up Coaching

Ein stilsicheres Make-up unterstreicht Ihre Persönlichkeit aufs Schönste. Sie wirken in jedem Alter und zu jedem Anlass gepflegt, selbstbewusst, souverän und feminin.

Während des Make-up Coachings zeige ich Ihnen, wie Sie die schönsten Seiten Ihres Gesichts gestalten und Ihre Augen, Wangen und Lippen zum Strahlen bringen können. Damit Ihnen das Nachschminken zu Hause kinderleicht gelingt, erkläre ich Ihnen alles Wichtige über die vorbereitende Hautpflege bis hin zur richtigen Anwendung der verschiedenen Schminkprodukte.

Sie lernen, wie Sie mit einem Hauch Farbe im Nu eine natürliche gesunde Frische und eine neue Lebendigkeit auf Ihr Antlitz zaubern. Wie Sie Ihrem Gesicht durch definierte Konturen mehr Ausdruck, Präsenz und Jugendlichkeit verleihen. Sie erfahren, wie Sie mit einem Make-up in Ihren besten Farben Ihren individuellen Selbstausdruck und Stil betonen, wodurch Ihr Make-up perfekt zu allem passt, was Sie tragen.

Über mich...

Birgit Bonk-Hollerbach – Inhaberin

Qualifikation

Ausbildungen

- Kosmetikerin und Visagistin
- Farb- und Typstylistin an der »Identity Styling Academy ImagoBerlin«
- Klangmassage-Praktikerin am »Peter Hess-Institut«
- Ayurvedische Massage, Panchakarma-Therapie, Ayurvedische Kosmetologie an der »Habichtswald-Klinik Ayurveda« in Kassel

Weiterbildungen

- Physiognomik
- Meditation
- Energiearbeit / Geistheilung

Beruflicher Werdegang

- Seit 2008 eigenes Studio »MAHADEVA Health and Beauty Care« in Heidelberg
- Zusammenarbeit mit meinem Ehemann, Dr. med. Lothar Hollerbach, in Heidelberg
- Guest Relations Managerin / Yogalehrerin am »Ayurvedic Health Care Resorts Greystones-Villa« in Sri Lanka
- Mitgründerin der »Schule für Ayurveda – Akademie der Kulturen« in Arnsberg
- Mitgründerin des »Ayurveda-Zentrums Mannheim«

Kosmetikerin, Ayurveda-Therapeutin und Personal-Stylistin bin ich mit Leib und Seele.

Mit Herzblut übe ich »meine Berufung« seit mehr als 20 Jahren im eigenen Studio aus und kann mir nichts Schöneres vorstellen. Der heilsinnige und kreative Umgang mit Menschen begeistert mich dabei jeden Tag aufs Neue.

Unter einer gelungenen Kosmetikanwendung oder einer ayurvedischen Massage verstehe ich das synergetische Zusammenwirken von hellfühlenden, energetischen Berührungen mit den Heilkräften der Pflanzen.

Eine solche Behandlung ist eine kostbare Hand- und Seelenarbeit und eine wahre Kunst. Sie hilft Ihnen, wieder ganz zu Sinnen zu kommen und sich neu mit dem Leben zu verbinden.

Um für Sie das bestmögliche Behandlungsergebnis zu erreichen, verwende ich neben der heilsamen Berührung nur hochwertige Kosmetika und reine ayurvedische Massageöle nach Originalrezepturen.
Diese biete ich Ihnen gern auch zum Kauf in meinem Studio oder online über **www.mahadeva.shop** an.

Ich begegne Ihnen mit Empathie, einem offenen Herzen, Kreativität und reichlich Know-How.

Schön, wenn wir uns kennenlernen!
Birgit Bonk-Hollerbach

MAHADEVA
Health and Beauty Care
Ayurveda · Kosmetik · Personal Styling
STUDIO

Birgit Bonk-Hollerbach

Dossenheimer Weg 13
69121 Heidelberg
Telefon: 06221-6733390
E-Mail: info@ayurveda-mahadeva.de

Terminbuchung
Gerne online über: **www.ayurveda-mahadeva.de**

Produkte bestellen und bequem nach Hause liefern lassen über den
Online-Shop: www.mahadeva.shop