

Thema Wellness

Marit Overbeek

Rust: de nieuwe luxe. Ontwerpen voor wellness

115

Marit Overbeek

Conservatorium Hotel, Amsterdam, Piero Lissoni

120

Marit Overbeek

Hair spa, Kerobokan, Bath Ruud van Oosterhout Design

124

Manon Pierre

Chalet Béranger, Saint-Martin de Belleville, Noé Duchaufour-Lawrance

128

Rust: de nieuwe luxe

Ontwerpen voor wellness

Lichaam en geest onthaasten, tot bezinning laten komen en weer opladen, is een van de belangrijkste behoeften van de hardwerkende en communicerende westerse mens. Daarvoor wordt massaal gegrepen naar klassieke en moderne rituelen van de badcultuur. Waar de badcomplexen vroeger ziekten genazen, worden nu wellnesscomplexen bezocht om stress te bestrijden.

Auteur Marit Overbeek

We werken harder en langer dan ooit tevoren en communiceren 24/7 met elkaar. Rust lijkt een schaars goed in de welvarende westerse wereld. Zo gaven Nederlanders in een onderzoek¹ van het SCP aan dat zij de balans tussen werk en privé graag willen verbeteren. Een ontwikkeling als Het Nieuwe Werken² komt hier in principe aan tegemoet, maar niet alle kenniswerkers ervaren dat zo. Met dank aan de nieuwe informatietechnologie en internet kun je overal werken en dat gebeurt dus ook. In de file rustig genieten van het uitzicht is er amper bij, wanneer je kunt overleggen met collega's op de zaak of op je iPhone de werkmil kan checken. Dankzij wifi in de intercity's wordt reistijd werktijd. Thuis is ook een werkplek, in plaats van een plek waar je aan jezelf toekomt. Gevolg is dat de momenten waarop wordt gewerkt zijn uitgesmeerd over de hele dag. In plaats van aaneengesloten perioden van werk en vrije tijd, lopen deze door elkaar. Daar komt bij dat via WhatsApp of Facebook contacten met anderen ook overal en altijd plaatsvin-

den. De versnipperde vrije momenten worden daardoor als niet-bevredigend ervaren. De term 'vrije tijd' verdwijnt, tijd is niet meer vrij.

Heilzaam water

Als rust niet zo gemakkelijk voorhanden is, worden er plekken opgezocht waar dit wel in ruime mate aanwezig is. En dat doen Nederlanders steeds vaker in zogenoemde wellness centers, spa's en thermaalbaden, in de volksmond 'een dagje sauna' genoemd. De Finse sauna is tegenwoordig echter een klein onderdeel van de honderden manieren waarop lichaam en geest zijn te ontspannen en opnieuw zijn op te laden.

Wellness is een verzamelnaam voor allerlei behandelingen die een positief effect hebben op je lichaam. Dit zijn onder andere floatingcabines, rasulsessies, lichaamsspakkingen, aromatherapie en allerlei soorten massages, van de klassieke bindweefsel- tot een hot stone- of watsu-massage.



Kuren

De vroegere kuuroorden waren toeristische trekpleisters die ontspanning, recreatie en genezing van lichamelijke klachten boden. Beroemde kuuroorden als Spa in België (daar komt de Engelse term spa vandaan) en Bath in Engeland trokken in de negentiende eeuw mensen van heinde en verre vanwege de medicinale krachten die aan de natuurlijke heetwaterbronnen werden toegeschreven. Het water, boordevol mineralen als zout, ijzer en jodium, zou een positieve uitwerking hebben op de gezondheid. Ook benadrukten artsen de goede effecten van koude en warme wisselbaden en stoomruimtes op hart, bloedsomloop en ademhalingswegen, waardoor het fenomeen kuren een hoge vlucht nam onder welgestelden.

Vanuit de gedachte dat aandacht voor het uiterlijk ook heilzaam werkt op het innerlijk, bieden wellnesscomplexen ook schoonheidsbehandelingen aan. Vrijwel alle behandelingen zijn gestoeld op de heilzame effecten van water, badrituelen of afgeleiden daarvan.

Lichaams- en gezondheidscultus

Sara Rosenthal van Rosenthal Interiors, die zich sinds 1997 bezighoudt met het ontwikkelen van wellnessconcepten en de vormgeving daarvan, voorspelt dat het wellnesscomplex een merk wordt dat op alle aspecten van de lichaams- en gezondheidscultus zal inspelen. “Voeding wordt steeds belangrijker. Spa’s zullen biologisch en lokaal geproduceerd eten aanbieden of organic food, rekening houdend

De vormgeving van het interieur moet het effect van de ervaring of behandeling versterken

met mogelijke allergieën of overgevoeligheden, en nemen consulenten in dienst voor voedsel- en dieetadviezen.” ‘De natuur’, of de verschijningsvormen daarvan, is leidend in veel recente wellnessontwerpen. “Waar een tiental jaar geleden de kleurrijke oriëntaalse esthetiek badkamers en spa’s domineerde, maakt nu de sobere Noord-Europese sfeer opgang. Natuurlijke, duurzame materialen als natuursteen en hout worden gebruikt, in een strakke vormgeving”, aldus Rosenthal. Daarbij is de cultuur van de plek steeds belangrijker: in plaats van te baden in een generieke jacuzzi die overal in de wereld had kunnen staan, wordt de ervaring authentieker als blijkt dat deze is vervaardigd van vurenhout uit de regio.

City, day & fish spa

De programma’s van wellnesscomplexen breiden zich steeds verder uit. Aangezien de meeste spa’s aan de randen van steden liggen of op het platteland, zijn er hotels en horecagelegenheden in opgenomen, zodat er langer kan worden verbleven. Consumenten die op zoek zijn naar korte wellnesservaringen, kunnen terecht in ‘city of day’-spa’s. In deze stedelijke, publieke voorzieningen worden korte cosmetische behandelingen, massages of kleine baden aangeboden. Wellnesstrends volgen elkaar razendsnel op: zo is de ‘fish spa’, waarin kleine vissen in een paar uur de voeten een mini-pedicure geven door aan de huid te knabbelen, momenteel erg populair. Daarnaast wenst een grootschalig wellnesscomplex steeds

meer retailruimte, waar ze producten verkopen waar de klanten in de behandelruimtes mee kennismaakten. Zo is de wellnesservaring thuis opnieuw te beleven. Rosenthal: “En daardoor verblijft de bezoeker zo lang mogelijk in de spa-‘bubble’.”

Glamoureu socializen

Een andere ontwikkeling is de vraag naar duobehandelingen en gemeenschappelijke ruimtes. Rosenthal: “Mensen willen samen dezelfde ervaring meemaken. En behalve ruimtes voor individuele behandelingen zullen er ook plekken moeten zijn waar je na afloop samenkomt om over je eigen ervaringen te praten.” In een ontwerp voor day spa’s is het sociale element nog belangrijker, zoals bij keten Dr. Fish, waarvoor Rosenthal de interieurs ontwerpt. “Een fish spa behandelt handen en voeten en niet het hele lichaam. Daardoor is het laagdrempelig en geschikt om er een middag met vrienden heen te gaan. Je wordt ontvangen als een



Lakeside Bath in Caldaro (I), door the next ENTERprise. Fotograaf Lukas Schaller



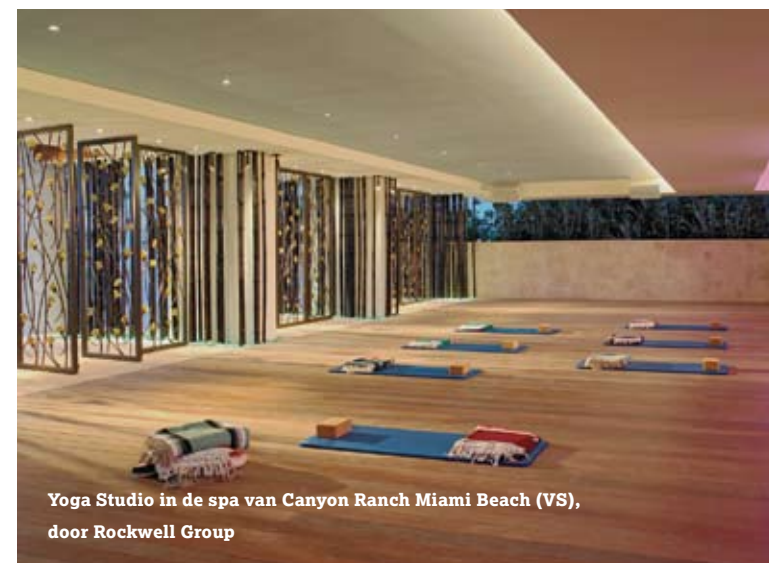
V3 skintherapy, Amsterdam-Hamam, door Rosenthal Interiors & Partners. Fotograaf Michiel Croon



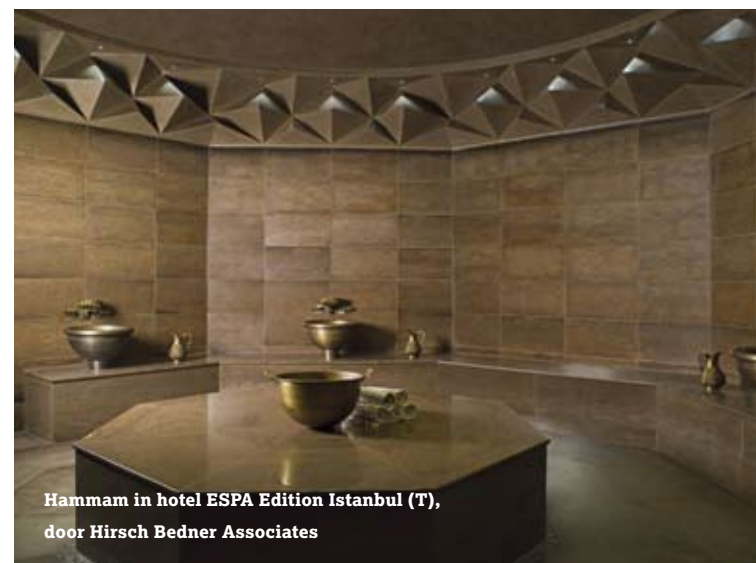
Dr. Fish in Arnhem, door Rosenthal Interiors & Partners. Fotograaf Dutchphotoagency Amsterdam, Diederik van der Laan



Saltercristall Sauna, onderdeel van spa Welcome Hotel Bad Arolsen, Kassel (D), door Rosenthal Interiors & Partners. Fotograaf Michiel Croon



Yoga Studio in de spa van Canyon Ranch Miami Beach (VS), door Rockwell Group



Hammam in hotel ESPA Edition Istanbul (T), door Hirsch Bedner Associates

zoutbrokkensauna, zorgt ervoor dat ze deze intensiever beleven en vaker terugkeren. Mensen raken snel verveeld, daarom wordt het interieur van een gemiddeld wellness-complex na tien jaar volledig vervangen.”

Zintuigen op scherp

Voorwaarde in ruimtes die wellness bevorderen, of deze nu publiek zijn of privaat, is dat de omgeving prettig is voor het (vaak naakte) lichaam. De vormgeving van het interieur moet het effect van de ervaring of behandeling versterken. Daarbij is privacy belangrijk: je wil graag naar buiten kijken, maar niet worden bekeken. De overgangen tussen binnen en buiten, van warmte naar koude, moeten niet te hard zijn, deze worden sterker ervaren. Alle zintuigen staan immers op scherp wanneer de gedachtenstroom tot stilstand komt en de aandacht naar de staat van het lichaam

De crisis lijkt amper vat te hebben op deze tak van de vrijetijdsindustrie

gaat. Daarom is zorg en aandacht voor elementen die zicht, tastzin, maar ook gehoor, reuk en smaak beïnvloeden extra belangrijk. Kortom: kennis van de nieuwste behandelingen, technieken en materialen is onontbeerlijk.

Veelzijdige opgave

Voor (interieur)architecten is het realiseren van wellness een veelzijdige opgave waarin hij zijn expertise kan laten zien. In een ruimte registreren zij meerdere scenario's tegelijkertijd: kalmerende en stimulerende ervaringen, voor lichaam en ziel, voor innerlijk en uiterlijk. Daarbij vragen de programma's om allerlei functies, van retail, horeca en zorg tot ruimtes voor ontmoetingen en sport. Hoe deze logisch zijn in te delen, met een vanzelfsprekende routing en goede overgangen tussen de verschillende zones, met positieve effecten op het welbevinden van de mens, eist een invloend ontwerp.

VIP-gast met champagne. Het is prikkelend, want je doet iets bijzonders, iets wat je wilt delen met de buitenwereld, en ontspannend tegelijkertijd, door de massages na afloop. Je doet indirect iets aan je gezondheid en aan je verschijning, op een manier die ook een vleugje glamour heeft.”

Prikkels en herkenning

Het ontwerpen van ruimtes die bijdragen aan ons welzijn is momenteel een kansrijke opgave voor architecten. Als ontspanning niet de enige functie is van een wellnessontwerp, maar ook verkwikking, dient het ontwerp zowel prikkelende als kalmerende elementen te bevatten. Er zijn blikvangers en zones waar de blik vrij kan dwalen. Rosenthal stelt dat het creëren van een bijzondere wellness-beleving bestaat uit zeventig procent vertrouwde elementen en voor dertig procent uit nieuwe ervaringen. “Een spa heeft altijd een sauna, stoom- en bubbelbad, anders zijn mensen teleurgesteld. Een spannende impuls, zoals een



Eeuwige jeugd

Ontwerper Karim Rashid schrijft in zijn inleiding van het boek *Relax, Interiors for Human Wellness* dat we niet langer alleen naar een spa gaan om te relaxen of te vluchten uit ons dagelijks bestaan: “We willen er vijf jaar jonger weer uitwandelen, daarom moet de omgeving die wens weerspiegelen. Het ontwerp van een wellness center moet het gebruik van geavanceerde therapieën en behandelingen combineren met nieuwe cosmetische innovaties en nieuwe technologieën, om mee te kunnen in de internationale ontwikkeling van de zoektocht naar de eeuwige jeugd.”

Relax, Interiors for Human Wellness, samengesteld door Sarah Schultz, Frame Publishers, Amsterdam, isbn 978-90-77174-10-4 www.framemag.com

1 Sociaal Cultureel Planbureau, *Nederland in een dag. Tijdsbesteding in Nederland vergeleken met die in vijftien andere Europese landen*, oktober 2010.

2 Marit Overbeek, 'Het nieuwe werken', de Architect interieur, mei 2010, pag. 64-71.