

BeautyMed

Ganz schön gesund



UNSERE GESCHICHTE ÜBER
WOHLBEFINDEN, SELBSTFÜRSORGE
UND INNERE BALANCE

Haut & Psyche
express

WWW.GANZSCHOENGESUND.INFO

Das sind wir!

BeautyMed
Ganz schön gesund

EINLEITUNG

Unsere Psyche reagiert fein auf jede Form von Berührung – innerlich wie äußerlich. Einsichten aus einem Coaching können uns tief bewegen und etwas in Gang setzen.

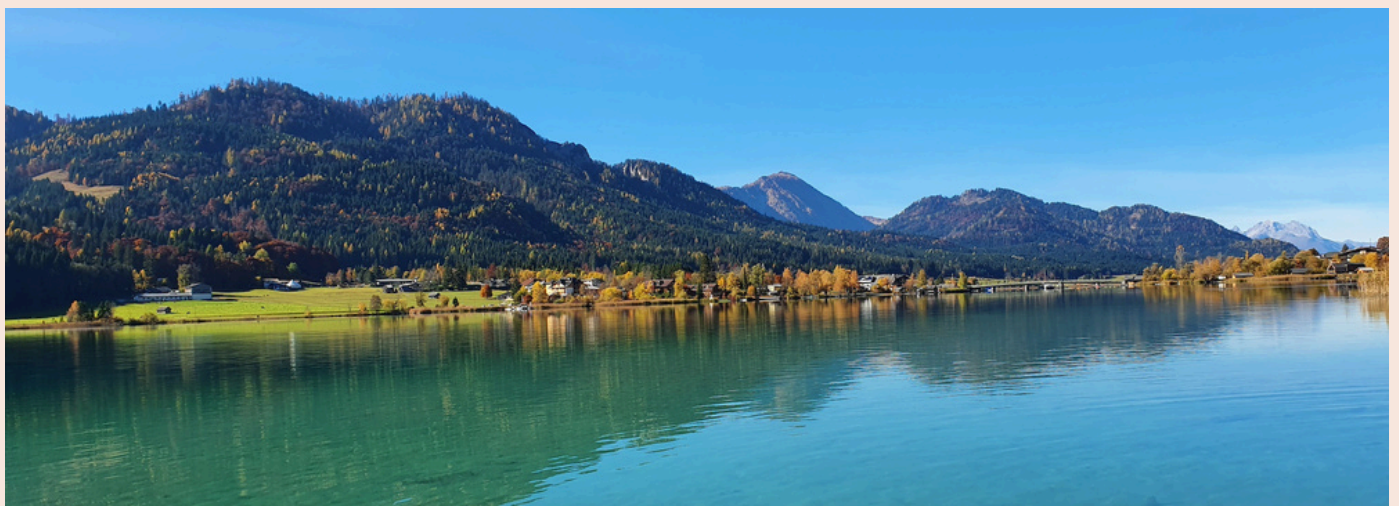
Damit diese Veränderungen nachhaltig wirken, braucht es aber auch eine Rückbindung an den Körper. Denn wer sich selbst wieder spürt, kann innere Entwicklung besser verankern.

Körperwahrnehmung entsteht nicht nur durch Bewegung, sondern auch durch achtsame, gezielte Berührung der Haut.

Sie stärkt das Körpergefühl, fördert Selbstakzeptanz und schafft Verbindung zwischen innerer und äußerer Welt.

Deshalb ergänzen wir Coaching auf Wunsch um Gesichts- und Körperbehandlungen, die diesen Prozess auf körperlicher Ebene wirksam unterstützen.

Exklusiv in Graz und Leibnitz





UNTER DIE HAUT

DIE FALTE HAT EINEN GRUND

Im Coaching geht es uns nicht nur um Problemanalyse, sondern darum, Herz, Seele und Verstand zu berühren. Tools aus der Positiven Psychologie helfen, alte Muster zu lösen und die Beziehung zu sich selbst zu stärken.

Echter Wandel braucht den Körper – also das Erleben und Fühlen. Deshalb endet der Prozess bei uns nicht im Kopf, sondern geht unter die Haut. Zufriedenheit entsteht, wenn Kopf, Körper und Herz im Einklang sind – das ist unser Credo für das unter.die.Haut Coaching bei Ganz schön gesund.

„Wir geben dem Erkenntnisprozess im Coaching die Chance, gleich ins Fühlen zu gehen – und dem Heilungsprozess in der Kosmetik die Chance, innerlich Zufriedenheit zu erfahren.“

– **David Kleiner, Psychologe & Inhaber unter.die.Haut-Coaching:**

- 30 Min. kostenfreies Erstgespräch
- 50 Min. Coaching-Sitzung
- Positive Psychologie, wirksame Tools
- Vertraulichkeit
- Erreichbarkeit in Graz & Leibnitz



INNERE ZUFRIEDENHEIT UND ÄUSSERE SCHÖNHEIT - KEINE TRENNUNG

Innere und äußere Balance sind keine Gegensätze, sondern untrennbar miteinander verbunden. Gefühle, Werte und Gewohnheiten spiegeln sich sichtbar in Mimik, Haltung und Stimme wider.

Gleichzeitig beeinflussen Schlaf, Ernährung, Bewegung und Hautpflege nicht nur das äußere Erscheinungsbild, sondern auch Stimmung, Energie und Selbstwahrnehmung.

Authentizität – also die Übereinstimmung von Selbstbild und Auftreten – wirkt besonders attraktiv, weil sie Vertrauen schafft und innere Ruhe ausstrahlt. Emotionen zeigen sich unmittelbar im Körper: Freude lockert die Muskulatur und öffnet den Blick, während Stress zu Verspannung, flachem Atem und angespannter Mimik führt.

Wer sich selbst wertschätzt, trifft gesündere Entscheidungen, schläft besser, bewegt sich regelmäßig und pflegt sich bewusst – das stärkt Hautbild, Präsenz und Ausstrahlung. Kleine, beständige Routinen wie Atemübungen, aufrechte Haltung, klare Ziele oder regelmäßige Reflexion fördern die innere Balance und lassen Vitalität nach außen sichtbar werden.

Auch soziale Aspekte spielen eine große Rolle: Achtsame Kommunikation, Verlässlichkeit und wertschätzende Beziehungen verstärken die eigene Wirkung und unterstützen stabile Gewohnheiten.

So entsteht ein positiver Kreislauf: Innere Stabilität nährt sichtbare Vitalität, die wiederum Selbstvertrauen und innere Ruhe stärkt.

Schönheit ist deshalb kein oberflächlicher Zustand, sondern das Ergebnis eines ganzheitlichen Lebensstils. Sie wächst Schritt für Schritt durch Achtsamkeit, Konsequenz und Selbstfürsorge – und zeigt sich in einem lebendigen Ausdruck, klarer Haltung und einer offenen Ausstrahlung.

Im unter.die.Haut Coaching können Sie diesen Prozess gezielt unterstützen und mit einfachen Maßnahmen im Alltag beginnen. Denn innere Zufriedenheit wächst durch Verlässlichkeit – und macht Sie sichtbar schön, von innen heraus.



DIE HAUT

UNSER GRÖSSTES ORGAN

Die Haut ist unser größtes Organ – sie schützt uns und spiegelt, wie es uns innerlich geht. Stress, Emotionen oder Belastungen zeigen sich oft zuerst auf der Haut. Umgekehrt wirkt Pflege nach außen auch nach innen: Sie schenkt Ruhe, Nähe und Selbstfürsorge.

„Manche sagen, es ist eine Stunde bei der Kosmetikerin. Wir sagen, es ist eine Stunde mehr auf dem Weg zu sich selbst.“

Während wir äußerlich pflegen, darf innerlich Entspannung entstehen. Kerzen, Musik und achtsame Berührung schaffen Raum zum Loslassen – für Haut und Seele.

So wird Pflege zu einer stillen Form von Coaching, die die Haut zum Strahlen und die Seele zur Ruhe bringt..

Und natürlich ist die professionelle Behandlung für Problemhaut hier möglich.



BASIC TREATMENTS

- 50min Behandlungszeit
- Hautunreinheiten, Augen- und Mimikfältchen, Tränensäcke oder Pigmentflecken
- Ganzjährig geeignet
- Soforteffekt, ohne Ausfallzeit

MESOBOOST

- 60min Behandlungszeit
- Ideal für die Hautverjüngung
- Sofortige Effekte für müde, stumpfe und trockene Haut.
- Ganzjährig geeignet

PROBLEMLHAUT

- 40min - 60min Behandlungszeit
- Hautunreinheiten, Akne
- Rosacea, Couparose etc.
- Teenager
- als Kur verfügbar
- Ganzjährig geeignet

MICRONEEDLING

- 60min Behandlungszeit
- Pigmentbewegungen, erschlafftes Bindegewebe, Falten, Aknenarben und Rote Äderchen.
- Soforteffekt, nicht im Sommer

GENUSS GESICHTS-BEHANDLUNGEN

- 80min Behandlungszeit
- Unentbehrlich bei gestresster, glanzloser, fahler oder matter Haut.
- Das ganze Jahr geeignet
- Soforteffekt, ohne Ausfallzeit





DER KÖRPER

KÖRPERGEFÜHL UND KÖRPERBILD

Der Körper ist **Resonanzraum** unserer Psyche. Wenn wir ihn nicht mehr richtig spüren, verlieren wir Leichtigkeit und Kraft.

Bewegung, Berührung und Entgiftung sind daher auch seelische Prozesse – sie bringen uns wieder in Fluss.

Das Lymphsystem durchzieht jede Zelle unseres Körpers. Stauungen darin können sich nicht nur körperlich, sondern auch emotional zeigen: als Schwere, Müdigkeit, Gereiztheit.

Stress beeinflusst diesen Fluss ebenso wie Ernährung oder Schlaf.

Unsere Behandlungen – etwa Lymphdrainage, Endermologie oder Massage-Rituale – fördern nicht nur Entgiftung, sondern auch seelische Entlastung. Sie helfen, festgefahrene Muster zu lösen und neue Energie zu spüren.

„Eine Blockade im Körper ist oft auch ein festgefahrenes Muster in der Psyche. Bewegung schafft innere Leichtigkeit.“



LPG ENDERMOLOGIE

- 25 - 45min Behandlungszeit
- Bodyforming
- bei Cellulite, Bauchfett, schwachem Bindegewebe
- Sich im Körper wieder wohlfühlen

ENDERMOTHERAPIE

- 25 - 45min Behandlungszeit
- Beschleunigt Rückbildung. Schwellungsabbau
- Therapeutisch bei Wassereinlagerungen
- Lymphdrainage-Wirkung

MASSAGE - HOT STONE

- 25 - 80min Behandlungszeit
- Wärme bis in tiefe Gewebезonen
- Selbstheilungskräfte aktivieren
- Entspannung pur

KOPF - NACKEN RITUAL

- 40min Behandlungszeit
- Kopf, Schulter und Gesichtsbereich harmonisieren
- verbesserter Lymphfluss, angeregte Durchblutung
- Entspannt unmittelbar

KÖRPERGEFÜHL

- 25 - 45min Behandlungszeit
- gezielte Körperstimulationen
- Parasympathische Aktivierung
- Reset für überlastete Systeme
- körperliches Feedback



SPECIALS

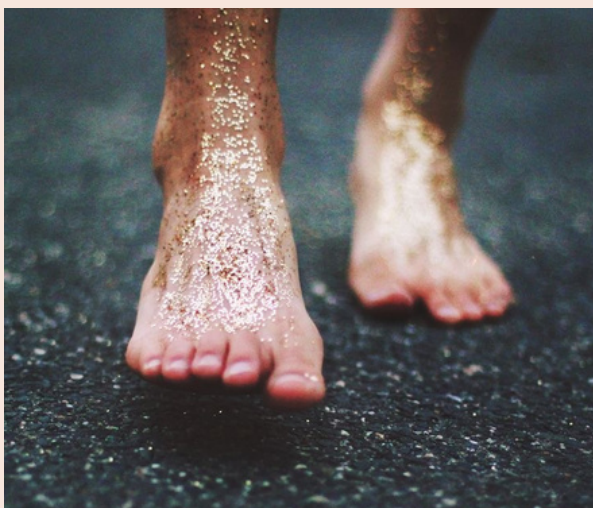


ALPHALIEGE

Angenehme Schwerelosigkeit, erholsame Tiefenentspannung und das Eintauchen in befreiende Erlebniswelten verbinden sich mit einer sanften Aktivierung von Körper und Geist.
Gerne in Kombination mit dem unter.die.Haut Coaching.

X-CHAIR

Mit Magnetwellen stimulieren wir den Beckenboden. Bei Harninkontinenz, Prostataprobleme und Rückenschmerzen erzielen wir nachhaltige Ergebnisse.



PEDIKÜRE

Die kosmetische Fußpflege ist eine ideale Kombination aus Pflege, Entspannung und ästhetischer Verbesserung für die Gesundheit der Füße.

B O N U S



MAMA SPECIAL

Bei uns bekommen Sie eine **Auszeit** und können sich auf ganzer Linie verwöhnen lassen!

Staunen Sie über die Behandlungskünste für **Gesicht** und **Körper** von Donna und Janina, beide selbst Mütter, die wissen, wie bedeutsam **eine Stunde nur für sich** ist.

RÜCKBILDUNG

Der Körper (und der Geist) haben in der Schwangerschaft Höchstleistungen vollbracht. Haut straffen, Bauch, Beine, Narbe, ggf. Beckenboden - alles aus einer Hand!



MÄNNER

Mind- und Bodyfitness
Unsere Kombinationsmethode aus Coaching und Behandlung verhilft Männern schnell zu mehr Ruhe, Selbstvertrauen und Lebensfreude.



Team

BeautyMed
Ganz schön gesund



Mag. David Kleiner
Geschäftsführung
und Psychologe



Donna Kolaric
Dipl. Kosmetikerin
und Endermologin



Sarah Adel
Dipl. Kosmetikerin und
Endermologin



Janina Schweier
Dipl. Kosmetikerin
und Endermologin



Lili Száraz
Dipl. Kosmetikerin
und Endermologin



Cornelia Strohmaier
Dipl. Kosmetikerin
und Endermologin

„Schönheit ist kein oberflächlicher Zustand, sondern das Ergebnis von Achtsamkeit, Berührung und innerer Ruhe.“

BeautyMed
Ganz schön gesund

Ganz schön gesund by BeautyMed

Burgring 22, A-8010 Graz

Jösserstrasse 2, A-8434 Tillmitsch

Graz

+ 43 676 434 6545

willkommen@ganzschoengesund.info

Tillmitsch

+ 43 676 347 8910

salon@ganzschoengesund.info

www.ganzschoengesund.info